

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenorea merupakan keadaan saat menstruasi dengan munculnya rasa nyeri di bagian perut, punggung bagian bawah, dan kram. Dismenorea primer merupakan nyeri haid yang terjadi tanpa adanya kelainan genekologi yang nyata, rasa nyeri akan muncul sebelum haid atau bahkan bersamaan dengan permulaan haid dan terjadi dalam beberapa jam atau bahkan hingga beberapa hari (Hayati, 2020). Dismenorea terjadi karena adanya kontraksi otot uterus yang terjadi karena adanya zat yang bernama prostaglandin, sehingga dengan adanya kadar prostaglandin yang semakin tinggi maka akan berpengaruh terhadap rasa nyeri haid yang semakin parah (Pramardika, 2019).

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya dismenorea primer diantaranya adalah faktor usia *menarche* dini, faktor indeks massa tubuh, faktor siklus menstruasi yang tidak teratur, faktor kadar prostaglandin, faktor riwayat keluarga, faktor dari konsumsi alkohol, serta faktor dari merokok (Pramardika, 2019). Dismenorea yang dialami oleh remaja dapat menyebabkan kerugian, karena rasa nyeri yang dialami dapat mengganggu konsentrasi saat belajar dan menyebabkan penurunan prestasi belajar (Fitriani, 2020).

Salah satu faktor penyebab dismenorea primer ialah makanan cepat saji yang dapat didefenisikan sebagai makanan serba praktis yang dapat dikemas dan disajikan dengan cepat dan mudah seperti contohnya *hamburger, fried chicken, french fries*, dan *pizza* (Azizah, 2019). Pola konsumsi menjadi salah satu faktor

terjadinya dismenorea primer, pola makan makanan cepat saji (*fast food*) menjadi penyebab dismenorea karena pada makanan cepat saji mengandung asam lemak trans yang merupakan salah satu jenis radikal bebas. Radikal bebas yang terdapat didalam tubuh dapat menyebabkan kerusakan pada membran sel, apabila pada membran sel terjadi kerusakan maka akan berpengaruh terhadap salah satu komponennya yaitu posfolipid yang bertugas untuk menyediakan asam arakiodat untuk mensintesis prostaglandin dalam tubuh. Apabila konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) berlebih maka akan terjadi penumpukan prostaglandin pada tubuh yang menjadi penyebab terjadinya rasa nyeri pada saat menstruasi (Indahwati dkk, 2017).

Selain pola konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), faktor lain yang menyebabkan dismenorea primer adalah status gizi atau indeks massa tubuh. Status gizi pada masa remaja merupakan salah satu hal yang sangat penting untuk diperhatikan, hal ini berkaitan dengan masa pertumbuhan mereka. Sangat penting bagi seorang remaja putri untuk memastikan status gizi mereka baik dengan mengkonsumsi makanan-makanan bergizi. Tubuh dengan keadaan status gizi baik sangat dibutuhkan pada masa remaja karena untuk membantu mereka siap menghadapi perubahan-perubahan pada diri mereka, salah satunya adalah perubahan terkait reproduksi (Melliniawati dkk, 2021). Permasalahan-permasalahan lainnya yang banyak dialami oleh remaja adalah anemia, kurang energi kronik (KEK), stunting, penurunan kesegaran jasmani, penurunan produktivitas, serta obesitas yang akan berdampak dengan terjadinya penyakit tidak menular yang berhubungan dengan pola makan seperti jantung koroner, hipertensi,

dan diabetes melitus tipe 2 dimasa depan. Permasalahan tersebut tentunya dapat muncul dan masih saling berhubungan (Putri, 2018).

Hasil penelitian yang dilakukan (Ginting, 2020) menunjukkan bahwa siswi yang mengalami dismenorea dengan status gizi gemuk sebanyak 6,89%, status gizi kurus sebanyak 55,17%, dan status gizi normal sebanyak 37,93%. Hasil penelitian oleh (Kusumawati, 2020) menyatakan bahwa dari tabulasi silang siswi yang sering mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) sebanyak 71 orang (75%) mengalami dismenorea primer, sedangkan siswi yang jarang mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) sebanyak 22 orang (68,8%) tidak mengalami dismenorea primer. Penelitian lainnya menemukan 26 orang (81,3%) siswi yang mengalami dismenorea primer karena sering mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*), sedangkan 35 orang (60,2%) mengalami dismenorea primer walaupun jarang mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*). Berdasarkan penelitian-penelitian pendahulu maka dapat dilihat bahwa terdapat hubungan antara status gizi dan pola konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan dismenorea primer pada remaja putri.

Prevalensi penderita dismenorea di negara Indonesia berkisar 60-70 % dimana 54,89% diantaranya mengalami dismenorea primer. Beberapa negara didunia diantaranya di Swedia sekitar 72% wanita di negaranya mengalami dismenorea sedangkan di Amerika Serikat wanita yang mengalami dismenorea mecapai 90%. Sekitar 10-15% wanita - wanita tersebut bahkan mengalami dismenorea tingkat berat. (Lail 2019). Hasil observasi awal yang telah dilakukan di SMP AL-Azhar Medan, remaja putri usia 14-15 tahun berjumlah 90 orang.

Remaja putri yang mengalami dismenorea primer terdapat 52 siswi diantaranya yang mengalami dismenorea primer.

Berdasarkan latar belakang masalah diatas maka perlu dilakukan penelitian dengan judul “**Hubungan Antara Status Gizi dan Pola Konsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri di SMP Al-Azhar Medan**”.

1.2 Identifikasi Masalah

Identifikasi masalah pada penelitian ini yaitu :

1. Status gizi tidak normal dapat meningkatkan terjadinya dismenorea primer
2. Tingginya konsumsi *fast food* menyebabkan dismenorea primer
3. Siklus menstruasi tidak teratur dapat meningkatkan terjadinya dismenorea primer
4. Usia *menarche* dini dapat meningkatkan terjadinya dismenorea primer
5. Riwayat keluarga dapat meningkatkan terjadinya dismenorea primer
6. Tingginya kebiasaan merokok dapat menyebabkan dismenorea primer
7. Tingginya konsumsi alkohol dapat menyebabkan dismenorea primer

1.3 Pembatasan Masalah

Batasan masalah pada penelitian ini yaitu :

1. Status gizi dibatasi pada status gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih, dan obesitas
2. Pola konsumsi makanan dibatasi pada makanan cepat saji (*fast food*)

3. Dismenorea primer dibatasi pada tidak nyeri, nyeri ringan, nyeri sedang, nyeri berat, dan nyeri hebat
4. Subjek penelitian dibatasi pada remaja putri usia 14-15 tahun.

1.4 Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu :

1. Bagaimanakah karakteristik responden ?
2. Bagaimanakah status gizi pada remaja putri ?
3. Bagaimanakah pola konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada remaja putri ?
4. Bagaimanakah dismenorea primer pada remaja putri ?
5. Bagaimanakah hubungan status gizi dengan dismenorea primer pada remaja putri ?
6. Bagaimanakah hubungan pola konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan dismenorea primer pada remaja putri ?
7. Bagaimanakah hubungan antara status gizi dan pola konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan dismenorea primer pada remaja putri ?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui :

1. Karakteristik responden
2. Status gizi pada remaja putri
3. Pola konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada remaja putri

4. Kejadian dismenorea primer pada remaja putri
5. Hubungan status gizi dengan dismenorea primer pada remaja putri
6. Hubungan pola konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan dismenorea primer pada remaja putri
7. Hubungan antara status gizi dan pola konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan dismenorea primer pada remaja putri

1.6 Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini ialah dapat menjadi informasi baru bagi remaja-remaja putri terkait pentingnya menjaga status gizi tetap normal dan mengurangi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) agar dapat mengurangi resiko mengalami dismenorea primer. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar bagi pihak sekolah untuk mulai memperhatikan dan melakukan kegiatan-kegiatan edukasi terkait pentingnya status gizi dan pola konsumsi makanan pada usia remaja. Penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi sumber referensi dan bahan pertimbangan terkait kelebihan dan kekurangan metode penelitian seperti ini, sehingga bagi peneliti berikutnya yang tertarik meneliti tentang topik ini dapat melakukan penelitian lebih mendalam namun dengan lokasi yang berbeda dan tentunya dengan penelitian yang lebih detail dan lebih baik lagi.