

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi sebagai proses atau peralihan diri dari dunia anak-anak untuk melmasuki dunia delwasa. Pada masa ini terjadi banyak perubahan yang meliputi berbagai dimelnsi yaitu dimelnsi fisik, kognitif, psikololgis, dimelnsi moral dan sosial (Sulistyol, 2019).

Dismenorea merupakan gangguan fisik yang sangat menonjol pada wanita yang sedang mengalami menstruasi berupa gangguan nyeri/ kram pada perut, nyeri haid memiliki dampak yang cukup besar pada remaja putri karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Terdapat dua jenis dismenorea, yaitu dismenorea primer saat menstruasi merasa nyeri tetapi tidak disertai penyakit lain. Dismenorea sekunder nyeri saat menstruasi dikarenakan adanya penyakit penyerta seperti endometriosis, mioma, dan polip endometrium (Fitriana and Pramardika, 2019).

Laporan dari *Wold Health organizations* (WHO) tahun 2020 prevelensi gangguan siklus menstruasi pada wanita sekitar 45 %.di dunia lebih dari 1,9 miliar orang mengalami kelebihan berat badan yaiti 31,6 % mengalami obesitas dan 39% diantaranya yakni remaja .Obesitas telah mencapai proporsi epedemi secara global, dan setidaknya 2,8 juta meninggal setiap tahun akibat kelebihan berat badan atau Obesitas (Hermawan *et al.*, 2019).

Berdasarkan Survei Pemeriksaan Kesehatan dan Gizi Nasional menunjukkan, rentang usia 9 hingga 14 tahun, rata-rata usia menarche perempuan di Indonesia adalah sekitar 12,5 tahun. Dianggap lebih sering terjadi pada wanita yang sedang menstruasi, tingkat nyeri yang tinggi saat mengalami dysmenorrhea pada remaja dapat menyebabkan kecemasan yang berlebihan dan mempengaruhi kualitas kesehatan, konsentrasi yang buruk saat belajar, prestasi akademik dan aktivitas (Misliani, et al., 2019).

Remaja putri perlu menjaga nutrisi yang baik. Mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang dapat mempengaruhi pembuatan hormon yang berperan dalam terjadinya menstruasi seperti, follicle stimulating hormone (hormon FSH), luteinizing hormone (LH), hormon estrogen serta hormon yang berperan didalam siklus menstruasi yaitu hormone progesteron yang dapat mempengaruhi rahim dan mengurangi kontraksi selama Siklus menstruasi (Nasution et al., 2022).

Angka kejadian dismenorea di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif. Di Asia, 74,5% dari remaja putri mengalami dismenorea, pada penelitian di China, prevalensi dismenorea primer (Ilham *et al.*, 2022).

Menurut Kementerian Kesehatan dalam sebuah artikel yang berjudul “Gizi remaja tentukan kualitas keturunan” pada tahun 2020 menunjukkan bahwa perlu perbaikan status gizi remaja di Indonesia. Menurut data Riskasdes tahun

2018 menunjukkan 25,7% remaja usia 13-15 tahun dan 26,9% remaja usia 16-18 tahun dengan status gizi pendek dan sangat pendek, 8,7% remaja usia 13-15 tahun dan 8,1% remaja usia 16-18 tahun dengan kondisi sangat kurus, serta 16% remaja usia 13-15 tahun dan 13,5% remaja usia 16-18 tahun dengan obesitas.

Penelitian terdahulu mengatakan bahwa dari 210 remaja putri, 114 (54,3%) memiliki IMT $<18,5$ yang berarti bahwa 50% dari remaja putri kekurangan gizi. Hanya 13 (6,2%) yang memiliki kelebihan berat badan. Remaja putri yang memiliki BMI $<18,5$ mengalami lebih banyak gejala dan masalah yang berhubungan dengan menstruasi. Pada penelitian lain mengatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara IMT dengan ketidakteraturan menstruasi dan mengatakan bahwa pentingnya menerapkan gaya hidup sederhana dan efektif untuk memodifikasi perilaku dalam pengurangan kelebihan berat badan sehingga mengarah pada kehidupan reproduksi yang sehat di kalangan Wanita. (Aulya *et al.*, 2023).

Penelitian yang telah dilakukan oleh Bala tahun 2020 penelitian ini bertujuan ada kaitannya antara IMT terdapat siklus menstruasi. Hal ini dikarenakan status gizi berupa obesitas memiliki persentase lemak tubuh yang tinggi merupakan bahan dasar dalam pembentukan hormon estrogen. Kadar estrogen yang tinggi menyebabkan feedback terhadap FSH menjadi terganggu sehingga tidak mencapai kadar puncak dan mengganggu pertumbuhan folikel yang menyebabkan pemanjangan dari siklus menstruasi. Apabila terjadi gangguan pada proses ini maka akan terjadi gangguan ovulasi (Bala *et al.*, 2020).

Badan Pusat Statistik Sumatera Barat (2022) menyebutkan terdapat 970.993 remaja usia 10-19 tahun, yang terdiri dari 501.374 remaja putra dan 469.619 remaja putri. Badan Pusat Statistik Kota Padang (2020) melaporkan terdapat 141.042 pemuda berusia antara 10 sampai 19 tahun, yang terdiri dari 64.895 perempuan, 2021 22.837,9 remaja usia 10-19 tahun dan 21.487,3 perempuan (Badan Pusat Statistik Kota Padang, 2021).

Dari jurnal ilmiah kesehatan masyarakat yang diterbitkan oleh Alfia dewi et ., Tahun 2023 didapatkan bahwa dinas kesehatan kota adang yang tercatat rekapitulasi hasil penjarigan kesehatan pemeriksaan peserta didik kota padang 2021 yang telah dilakukan Kepala Sekolah Dasar (SD), Sekolah menengah pertama (SMP) dan sekolah menengah atas (SMA).Terdapat masalah Obesitas tertinggi Pada peseta didik SMA. Hasil rekapitulasi penjarigan kesehatan peserta didik SMA kelas XI (sebelas) di wilayah kerja masing-masing . jumlah murid yang terjaring dalam pemeriksaan penilaian status gizi sebanyak 7.275 siswa, dan 2009 orang mengalami obesitas yang terdapat di dua puluh tiga puskesmas, dimana sebanyak 54 kasus obesitas terdapat di puskesmas Padang Pasir Kota Padang (Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Barat 2021).

Pada studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan february tahun 2025 pada sekolah yaitu SMA 2 Padang, SMA 10 Padang dan SMA 3 Padang. Dari 10 siswi yang dismenore dari masing-masing sekolah, pada SMA 2 Padang ditemukan 4 orang siswi (40%) yang mengalami dismenorea dan status gizi obesitas, pada SMA 3 Padang di temukan rata-rata 5 orang siswi (50%) yang mengalami dismenorea, dan pada SMA 10 Padang ditemukan 6 orang siswi (60%) yang mengalami dismenorea. Dari ketiga sekolah diatas menunjukan

angka kejadian dismenorea yang tertinggi SMA 2 Padang yaitu sebanyak 7 orang (87,5%).

Saat dilakukan wawancara pada 7 orang siswi mengenai dismenorea masih terdapat 4 orang di antara siswi yang mengalami status gizi obesitas begitu juga dismenorea, siswi beranggapan status gizi obesitas pada saat dismenorea hanya hal yang biasa . Untuk tindakan dismenorea terdapat 3 di antara siswi yang tidak tau mengenai status gizi obesitas saat mengalami dismenorea Siswi tersebut mengatakan mereka hanya harus mengatur pola makan yang seimbang dan kemudian ada yang hanya mengabaikan pola makan dan gizi yang seimbang . Untuk tindakan yang dilakukan di sekolah guru hanya mengatur pola makan dan mengosumsi makan yang seimbang dan bergizi . tidak ada pencatatan khusus dari sekolah terhadap siswi yang mengalami dismenorea.

Berdasarkan latar belakang ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai status gizi dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di MAN 2 Padang.

Hasil peneliti Rusdi, Tantomo dan Kartika Sari yang mengungkapkan bahwa terdapat hubungan status gizi dengan dismenorea yang dilakukan Surakarta dengan hasil signifikan antara IMT dengan kejadian dismenore dengan nilai $P = 0,000$ ($p < 0,5$) penelitian yang dilakukan di Padang dengan nilai $P = 0,009$ ($p < 0,5$) (Kurniatai et al., 2019). Adapun penelitian oleh Rusdi, Tantomo dan Kartika Sari yang dilakukan di Padang dengan nilai $P = 0,021$ ($p < 0,05$) (Rusdi et al 2021). Dapat disimpulkan bahwa dismenorea lebih banyak dialami oleh status gizi normal.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar Belakang di atas Rumusan Masalah dalam Penelitian ini adalah “Hubungan Status Gizi dengan kejadian Disminorea pada Remaja Putri Di SMA 02 Padang Tahun 2025?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian disminorea pada Remaja Putri di SMA 2 Padang Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian status gizi pada Remaja Putri di SMA 2 Padang Tahun 2025
- b. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian dismenorea pada Remaja Putri di SMA 2 Padang
- c. Mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea pada remaja puri SMA 2 Padang

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

a. Bagi Peneliti

Dengan penelitian ini, dapat memperdalam ilmu mengenai Hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea pada remaja putri serta dapat menerapkan metodologi penelitian secara tepat dan benar.

b. Bagi Instusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dan saran bagi kepala sekolah dan guru-guru mengenai pentingnya

c. Bagi Masyarakat

Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai Hubungan status gizi dengan kejadian disminore pada remaja putri menstruasi siklus tidur dan status gizi sehingga dapat menurunkan angka kejadian status gizi lebih atau siklus tidur yang kurang baik serta kejadian gangguan siklus menstruasi pada tahun berikutnya

E. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini untuk melihat Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian *Dismenorea* Remaja Putri di SMAN 2 Padang Tahun 2025 Di laksanakan di SMAN02 Padang pada bulan Maret-Agustus 2025 Pengimpula data di lakukan pada tanggal 17 juli-21 juli 2025. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu Status dan variabel dependen yaitu *Dismenorea*. Penelitian ini bertujuan mengetahui Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian *Dismenorea*. Adapun populasi pada penelitian ini adalah 420 remaja putri di SMAN 2 Padang Tahun 2025 dengan sampel sebanyak 81 remaja putri diambil dengan metode teknik pengambilan *Teknik Random Sampling*. Jenis penelitian ini adalah kuantitatif, metode yang digunakan adalah deskriptif analitik *dengan desain cross sectional study* variabel independen dalam penelitian ini adalah hubungan status gizi Sedangkan variabel dependen adalah dismenorea. Analisis data menggunakan univariat dan bivariat