

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan perdarahan yang terjadi secara siklik setiap bulan selama masa reproduksi. Setiap bulan lapisan dinding Rahim akan menebal untuk mempersiapkan kemungkinan kehamilan. Jika tidak terjadi pembuahan lapisan tersebut akan luruh dan keluar melalui vagina dalam bentuk darah menstruasi. Pada fase ini, peningkatan kadar prostaglandin dapat memicu kontraksi otot rahim dan gangguan aliran darah, yang menyebabkan nyeri haid atau dismenore (Thiyagarajan *et al.*, 2020).

Dismenore merupakan salah satu gangguan menstruasi yang paling umum dialami oleh perempuan di berbagai belahan dunia. Prevalensinya bervariasi antarnegara; di Tiongkok tercatat sebesar 41,7% (Bigambo *et al.*, 2022), sedangkan di wilayah Australia dan Selandia Baru angkanya jauh lebih tinggi, mencapai 92% pada perempuan berusia di bawah 25 tahun (Black *et al.*, 2025). Di samping itu, temuan dari penelitian yang dilakukan di Arab Saudi pada tahun 2024 menunjukkan bahwa sebanyak 92% responden mengalami dismenore primer, sedangkan 7% lainnya menderita dismenore sekunder (Bigambo *et al.*, 2022).

Berdasarkan data global, angka kejadian dismenore pada wanita usia produktif berkisar antara 45% hingga 95%, dan dismenore primer dialami oleh sekitar 60%–75% remaja. Menurut *World Health Organization* (WHO), prevalensi

dismenore di berbagai negara umumnya melebihi 50%, dengan rentang antara 16,8% hingga 81,3%. Beberapa negara menunjukkan prevalensi tinggi, seperti Swedia (72%), Kuwait (85,6%), dan Amerika Serikat (90%). Di Indonesia, prevalensi dismenore mencapai sekitar 64,5%, dengan 54,89% merupakan dismenore primer. Kondisi ini menunjukkan bahwa dismenore masih menjadi permasalahan kesehatan reproduksi yang umum dialami oleh perempuan Indonesia. (Badan Riset dan Inovasi Nasional, 2024)

Angka serupa ditemukan di Jakarta, di mana prevalensi dismenore primer tercatat sebesar 54,89%, sedangkan sisanya merupakan dismenore sekunder (Willda *et al.*, 2023). Provinsi Lampung angka kejadian dismenore cukup tinggi, hasil penelitian didapatkan sebanyak 54,9% wanita mengalami dismenore (Jihan & Rita, 2024). Selain itu penelitian di Fakultas Keperawatan Universitas Riau pada angkatan 2022–2023 menemukan bahwa sebanyak 47,4% mahasiswi mengalami dismenore dengan kategori nyeri berat (Darmayanti, 2023).

Belum ada data pasti tentang prevalensi dismenore di Provinsi Sumatera Barat. Namun beberapa jurnal menyebutkan kejadian dismenore di Sumatera Barat mencapai 57,3% dari penderita yang mengeluh nyeri, 9% nyeri berat, 39% nyeri sedang dan 52% nyeri ringan. Dismenore primer menyebabkan 12% remaja sering tidak masuk sekolah (Saputri *et al.*, 2023). Selain itu berdasarkan penelitian di Kota Padang terhadap mahasiswi biologi Universitas Negeri Padang, diketahui bahwa prevalensi dismenore mencapai 87,7%, terdiri atas nyeri ringan 27,4%, nyeri sedang 50,7%, dan nyeri berat 13,7%. Data ini menunjukkan bahwa sebagian

besar mahasiswi di Kota Padang mengalami dismenore dengan tingkat nyeri yang bervariasi. Kondisi ini dapat memengaruhi aktivitas belajar dan konsentrasi mahasiswi (Suherman et al., 2023).

Dismenore merupakan keluhan nyeri yang muncul menjelang atau saat menstruasi, ditandai dengan rasa kram pada perut bagian bawah. Kondisi ini sering kali disertai dengan gejala penyerta seperti mual, muntah, sakit kepala, hingga gangguan pencernaan seperti diare (Cunningham et al., 2018). Dismenore tidak hanya menyebabkan rasa nyeri saat menstruasi, tetapi juga dapat menimbulkan berbagai gangguan kesehatan lainnya seperti anemia defisiensi besi, endometriosis, dan adenomiosis yang ditandai dengan nyeri menstruasi hebat (Sari et al., 2022). Berdasarkan data laporan Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2024 prevalensi anemia pada remaja putri sebanyak 34,12% dan terdapat 64 kasus endometriosis yang terjadi di Kota Padang (Dinas Kesehatan Kota Padang, 2025).

Dismenore sangat berdampak pada remaja putri meliputi rasa nyaman terganggu, aktivitas menurun, pola tidur terganggu, selera makan terganggu, hubungan interpersonal terganggu, kesulitan berkonsentrasi saat belajar, Nyeri juga mempengaruhi status emosional (Donayeva et al., 2023). Faktor utama yang memicu dismenore primer meliputi gaya hidup dan kondisi individu. Gaya hidup seperti kurang aktif secara fisik, tingkat stres yang tinggi, konsumsi makanan cepat saji secara berlebihan, kualitas tidur, serta mengkonsumsi kopi. (Wang et al., 2022).

Konsumsi kopi menjadi salah satu faktor yang dapat memengaruhi timbulnya dismenore karena kandungan kafein di dalamnya bersifat vasokonstriktor, yaitu menyebabkan penyempitan pembuluh darah yang memperparah kondisi iskemik pada uterus selama menstruasi. Hal ini dapat meningkatkan kontraksi otot rahim dan menimbulkan nyeri haid yang lebih berat, terutama pada remaja putri yang memiliki sensitivitas tinggi terhadap perubahan hormonal (Juwitasari & Oktavia, 2022). Tren minum kopi di kalangan mahasiswa juga semakin meningkat seiring dengan gaya hidup modern dan tingginya tuntutan akademik. Kopi sering dikonsumsi untuk menambah fokus, mengurangi rasa kantuk, atau sekadar menjadi bagian dari aktivitas sosial. Namun, kebiasaan ini dapat berdampak negatif bila dikonsumsi berlebihan, karena kafein dapat memperburuk nyeri menstruasi akibat efeknya terhadap penyempitan pembuluh darah (Ningsih & Rahman, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Nagastya et al. (2023) di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dengan judul “Hubungan antara konsumsi kopi dan dismenore primer pada mahasiswa program studi sarjana Kedokteran fakultas kedokteran Universitas Udayana Tahun 2022” menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara konsumsi kopi dan kejadian dismenore primer pada mahasiswa. Dalam studi tersebut, sebanyak 56,8% dari 95 responden mengalami dismenore primer. Hasil uji statistik menunjukkan nilai $p = 0,003$ dan odds ratio (OR) sebesar 4,03, yang berarti mahasiswa yang mengonsumsi kopi

memiliki risiko 4 kali lebih besar mengalami dismenore primer dibandingkan yang tidak.

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Latifa dan Farida (2024) dengan judul “Hubungan Antara Status Gizi dan Konsumsi Kopi Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Negeri Semarang” menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi kopi dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri. Dari total 68 responden, sebagian besar (75%) yang mengalami dismenore termasuk dalam kategori konsumsi kopi sedang hingga tinggi. Uji statistik dengan menggunakan Chi Square menunjukkan nilai $p = 0,012$, yang berarti terdapat hubungan yang bermakna antara konsumsi kopi dan kejadian dismenore primer.

Berdasarkan data jumlah penduduk perempuan di Kota Padang sebanyak 481.233 jiwa penduduk. Salah satu kecamatan di kota Padang dengan jumlah Perempuan terbanyak yaitu di Padang Utara (Badan Pusat Statistik Kota Padang, 2025).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan pada mahasiswi Prodi D3 Kebidanan Padang Poltekkes Kemenkes Padang, dari 10 responden seluruhnya dilaporkan mengalami dismenore. Dengan Tingkat nyeri yang dirasakan 4 orang nyeri berat, 4 orang nyeri sedang, dan 2 orang nyeri ringan. Pada kategori nyeri berat, mahasiswi mengaku aktivitas sehari-hari sangat terganggu hingga tidak dapat beraktivitas normal. Sementara itu, terkait kebiasaan konsumsi kopi,

diperoleh hasil 2 orang memiliki kategori tinggi, 4 orang kategori sedang, dan 4 orang kategori ringan. Jenis konsumsi kopi yang paling sering diminum adalah kopi instan dengan tujuan utama untuk meningkatkan konsentrasi dan mengurangi rasa kantuk. Dengan demikian, hasil survei awal menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami dismenore dengan variasi tingkat keparahan yang berbeda-beda.

Hasil temuan ini menunjukkan bahwa dismenore merupakan permasalahan penting dalam kesehatan reproduksi yang memerlukan perhatian serius, terutama pada kelompok remaja. Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian agar mengetahui Hubungan Kebiasaan Minum Kopi dengan Kejadian Dismenore di Poltekkes Kemenkes Padang Tahun 2025”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang dan permasalahan yang telah diuraikan, dapat dirumuskan permasalahan peneliti : Apakah Ada Hubungan Kebiasaan Minum Kopi dengan Kejadian Dismenore Di Poltekkes Kemenkes Padang Tahun 2025?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan Kebiasaan Minum Kopi dengan Kejadian Dismenore Di Poltekkes Kemenkes Padang Tahun 2025.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi konsumsi kopi di Poltekkes Kemenkes Padang tahun 2025.
- b. Mengetahui distribusi frekuensi kejadian dismenore di Poltekkes Kemenkes Padang tahun 2025.
- c. Mengetahui hubungan kebiasaan minum kopi dengan kejadian dismenore di Poltekkes Kemenkes Padang tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam menjelaskan hubungan antara konsumsi kopi dengan dismenore, sehingga dapat memperkaya literatur di bidang kesehatan reproduksi, khususnya mengenai faktor-faktor yang memengaruhi gangguan menstruasi pada remaja akhir.

2. Praktis

- a. Bagi Peneliti

Menambah tingkat pengetahuan peneliti tentang hubungan kebiasaan minum kopi dengan kejadian dismenore dalam penerapan ilmu, serta sebagai syarat menyelesaikan pendidikan sarjana kebidanan

- b. Mahasiswi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Padang:

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi yang bermanfaat bagi mahasiswi dan dapat meningkatkan kesadaran untuk lebih selektif dalam

memilih pola konsumsi harian, khususnya terkait asupan kafein, sebagai upaya pencegahan nyeri haid yang berlebihan.

c. Bagi Poltekkes Kemenkes Padang:

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan informasi dan dasar dalam memberikan edukasi kesehatan reproduksi khususnya dalam menanamkan pola hidup sehat yang berpengaruh terhadap siklus menstruasi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya:

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai literatur awal dalam mengkaji hubungan antara pola hidup, khususnya konsumsi zat stimulan seperti kafein, dengan gangguan menstruasi. Selain itu, dapat menjadi dasar untuk penelitian lanjutan dengan cakupan variabel yang lebih luas serta pendekatan metode yang lebih mendalam.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas Hubungan Kebiasaan Minum Kopi dengan Kejadian Dismenore di Poltekkes Kemenkes Padang Tahun 2025. Variabel dependen adalah Dismenore dan variabel independen adalah kebiasaan minum kopi. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan desain penelitian potong lintang (*cross sectional*). Penelitian ini telah dilaksanakan di Poltekkes Kemenkes Padang Prodi DIII Kebidanan Padang. Populasi penelitian ini adalah mahasiswi berusia 18-22 tahun dan mengalami dismenore berjumlah 442 orang dengan jumlah sampel 82 orang. Dengan teknik pengambilan sampel *statified random sampling*.

Penelitian dimulai dari bulan September 2025 sampai Februari 2026 dan pengumpulan data dilakukan selama 2 hari pada 29 November – 08 Desember 2025. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dianalisis menggunakan uji *Fisher's Exact Test* dengan analisis univariat dan bivariat pada tingkat kemaknaan 95% ($p\text{ value} < 0,05$).

