

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan salah satu periode perkembangan manusia. Masa remaja juga merupakan suatu tahapan dimana pada tahapan tersebut manusia menjalani masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. (Larasati & Alatas, 2016) Pada masa remaja ini banyak ditandai dengan perubahan fisik, mental, maupun psikososial. Jumlah remaja di Indonesia pada tahun 2021, sebesar 22.577,3 jiwa, dimana terdapat jumlah remaja putri yaitu sebesar 10.989,2 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2021).

Secara teori, setiap bulannya wanita normal mengalami peristiwa reproduksi yang biasa disebut dengan menstruasi. Menstruasi sendiri merupakan pengeluaran darah dan sel sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding Rahim perempuan secara periodic (Rustam, 2015,). Hal itu terjadi karena tidak adanya telur matang yang dibuahi oleh sperma sehingga dapat dipastikan bahwa semua wanita normal pasti akan mengalami proses tersebut. Pada saat menstruasi banyak wanita yang mengalami gangguan, salah satunya adalah *dismenore*. *Dismenore* sendiri adalah nyeri selama menstruasi yang disebabkan oleh kejang otot pada uterus. Gejala utama pada penyakit ini adalah nyeri pada awal menstruasi. Nyeri ini dapat terasa tajam, tumpul siklik ataupun menetap. Nyeri pada kejadian dismenore ini dapat berlangsung selama beberapa jam sampai 1 hari, akan tetapi jarang melebihi 72 jam. Gejala-gejala sistemik yang menyertai diantaranya berupa mual, diare, sakit kepala, dan juga perubahan emosional. (Masruroh & Fitri, 2019)

Angka dismenore di Indonesia juga tidak kalah tinggi dibandingkan dengan negara di dunia lainnya. Menurut Proverawati & Misaroh (2012) di Indonesia angka kejadian dismenore terdiri dari 72,89% dismenore primer dan 21,11% dismenore sekunder dan angka kejadian dismenore berkisar 45-95% di kalangan perempuan umur produktif. Nyeri haid ini juga dilaporkan sebagai keluhan *ginekologis* paling umum dan paling sering menyebabkan ketidakhadiran seorang remaja putri baik dari kerja, sekolah ataupun aktivitas lainnya (Bahri, 2015). Berdasarkan Badan Kesehatan Dunia (WHO) angka dismenore di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan pada setiap Negara mengalami kejadian *dismenore* ini. Di

Indonesia sendiri, kejadian dismenore yang dialami wanita normal mempunyai angka yang cukup besar yakni 60-70%. (Lail, 2019) Dampak yang ditimbulkan dari kejadian dismenore ini salah satunya ialah penurunan aktivitas sehari-hari sampai penggunaan terapi. Status gizi berhubungan dengan adanya lemak di dalam tubuh. Hal tersebut mempengaruhi jumlah insulin dan leptin. Karena pada saat kelebihan berat badan maka terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasi pembuluh darah atau terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita, sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan mengakibatkan nyeri pada saat menstruasi (Nurwana, dkk. 2017).

Pengetahuan gizi sendiri adalah sesuatu yang diketahui mengenai makanan dan hubungannya dengan kesehatan. Pengetahuan gizi akan mempengaruhi kebiasaan makan atau perilaku makan dan kemampuan memilih makanan yang merupakan sumber zat-zat gizi dalam memilih makanan yang baik. Pengetahuan remaja yang kurang tentang gizi maka akan mempengaruhi remaja dalam memilih bahan makanan yang beragam, bergizi, seimbang, dan aman.

Menurut studi pendahuluan yang telah dilakukan pada remaja putri di SMA Ar-Rohmah Putri "*Boarding School*" Malang, 8 dari 10 siswi mengalami dismenore. Oleh karena itu, dengan beberapa paparan permasalahan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Gizi, Status Gizi dengan Dismenore (Nyeri Haid) Pada Remaja Putri Di SMA Ar-Rohmah Putri "*Boarding School*" Malang.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah dipaparkan diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah untuk apakah ada hubungan tingkat pengetahuan gizi dan status gizi pada kejadian dismonere atau nyeri haid remaja putri di SMA Ar-Rohmah Putri "*Boarding School*" Kampus 1 Malang.

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan umum

Tujuan umum diadakannya penelitian ini adalah untuk mengetahui dan mempelajari hubungan tingkat pengetahuan gizi dan status gizi dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMA Ar-Rohmah Putri

“Boarding School” Malang.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus dari diadakannya penelitian ini diantaranya adalah :

- a) Mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan dismenore pada remaja putri di SMA Ar-Rohmah Putri *“Boarding School”* Malang.
- b) Mengetahui hubungan antara status gizi dengan disemenore pada remaja putri di SMA Ar-Rohmah Putri *“Boarding School”* Malang.
- c) Mengetahui hubungan antara status gizi dengan tingkat pengetahuan gizi pada remaja putri di SMA Ar-Rohmah Putri *“Boarding School”* Malang.
- d) Mempelajari hubungan antara tingkat pengetahuan gizi dengan dismenore pada remaja putri di SMA Ar-Rohmah Putri *“Boarding School”* Malang.
- e) Mempelajari hubungan antara status gizi dengan disemenore pada remaja putri di SMA Ar-Rohmah Putri *“Boarding School”* Malang.
- f) Mempelajari hubungan antara status gizi dengan tingkat pengetahuan gizi pada remaja putri di SMA Ar-Rohmah Putri *“Boarding School”* Malang.

D. MANFAAT PENELITIAN

i. Manfaat bagi Sekolah

Dapat dijadikan sebagai gambaran tentang efek kejadian dismenore terhadap proses pembelajaran dan prestasi belajar pada siswanya dan juga sebagai masukan bagi pihak sekolah untuk membangun peran pusat informasi dan memberikan penyuluhan dan pemeriksaan reproduksi bagi remaja putri.

ii. Manfaat bagi Peneliti

Dapat menjadikan penelitian sebagai tambahan pengetahuan dan wawasan serta meningkatkan kepedulian terhadap masalah kesehatan reproduksi remaja.

iii. Manfaat bagi Polkesma

Sebagai bahan masukan penelitian lebih lanjut di masa yang akan datang dalam rangka mengembangkan ilmu pengetahuan Gizi Politeknik Kesehatan Kemenkes Malang.