

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Dismenorea merupakan keluhan berupa rasa nyeri pada perut bagian bawah yang sering dialami beberapa wanita pada saat atau sebelum menstruasi. *Dismenorea* terjadi karena ketidakseimbangan pada hormon prostaglandin yang disebabkan oleh kurangnya kadar estrogen sehingga mempengaruhi pada menstruasi dan terbentuknya prostaglandin. Peningkatan pada prostaglandin ini akan mempersempit pembuluh darah pada arteriol uterus sehingga menyebabkan iskemia (kurangnya suplai darah) dan kejang pada perut bagian bawah sehingga menimbulkan nyeri (Amany *et.al*, 2022).

Dismenore ditandai dengan rasa tidak nyaman pada perut bagian bawah yang tidak teratur, yang dapat meluas hingga ke punggung. Periode ini biasanya terjadi sebelum atau selama menstruasi. Manifestasi perilaku yang dialami *dismenorea* meliputi gejala depresi, peningkatan sensitivitas, gangguan siklus tidur, fluktuasi suasana hati, dan berkurangnya aktivitas. Secara fisik, pengguna mungkin mengalami gejala seperti sakit perut atau kembung, sembelit, diare, payudara membesar, mual, dan vertigo (Herawati, 2017).

Dibandingkan dengan perempuan yang lebih tua, perempuan remaja mempunyai insiden *dismenore* primer yang lebih tinggi; kejadiannya memuncak pada usia muda dan menurun setelah melahirkan. Secara global, prevalensi *dismenore* sangat tinggi. Seperti dilansir World Health Organization pada tahun 2011 (Herawati, 2017), sekitar 90% wanita mengalami *dismenore* selama siklus menstruasinya. Tingkat prevalensi yang beragam telah didokumentasikan dalam penelitian, berkisar antara 60% di Amerika Serikat hingga 72% di Swedia (Lail, 2017). Prevalensi *dismenore* di Indonesia sebesar 64,25 persen, dengan rincian 54,89 persen disebabkan oleh *dismenore* primer dan sisanya disebabkan oleh *dismenore* sekunder (Herawati, 2017). Hasil penelitian terbaru menunjukkan bahwa populasi tertentu mengalami tingkat prevalensi *dismenore* yang signifikan. Berdasarkan penelitian Hanum tahun 2019 yang melibatkan enam puluh partisipan, delapan puluh persen siswi di Kabupaten Gresik terkena *dismenore*. Pada tahun 2020, 235 responden SMK di Kabupaten Gresik mengikuti penelitian

Munisah yang menemukan bahwa 89,7% remaja menderita nyeri haid (dismenore).

Dismenore memberikan banyak hambatan bagi remaja putri yang sedang menstruasi, menghambat aktivitas sehari-hari melalui pemicu rasa lesu, penurunan semangat dan konsentrasi, bahkan penurunan fungsi kognitif, yang akhirnya berujung pada perasaan tidak puas (Fitri & Ariesthi, 2020). Selain itu, *dismenore* berpotensi menimbulkan konsekuensi psikologis termasuk kecemasan, tekanan, dan penderitaan emosional, yang dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman dan bahkan menimbulkan rasa permusuhan yang besar (Munisah et al., 2021).

Kejadian *dismenore* primer dipengaruhi oleh banyak faktor risiko, seperti indeks massa tubuh, karakteristik siklus menstruasi, menarche prematur, dan kecenderungan keluarga. Terdapat korelasi yang signifikan antara konsumsi *fast food* dan *dismenore* primer, yang ditandai dengan ketersediaan dan kenyamanan makanan tersebut.

Fast food sering dikaitkan dengan konsentrasi radikal bebas yang tinggi, yang dapat menyebabkan kerusakan pada membran sel, serta asam lemak trans dan natrium. Sintesis prostaglandin, yang merupakan senyawa penting yang berhubungan dengan nyeri haid, dapat terganggu oleh cedera membran sel (Indahwati et al., 2017). Sumber alami, hidrogenasi, penyulingan minyak, dan penggorengan merupakan sumber asam lemak trans (Ulfa, 2016). Selain itu, memiliki kekurangan kandungan mikronutrien terdapat dalam *fast food*, yang dapat memperburuk ketidakaturan menstruasi dan *dismenore* (Devita et al., 2019). Ringkasnya, konsumsi *fast food* yang berlebihan menyebabkan penumpukan prostaglandin di dalam tubuh, yang kemudian berkontribusi terhadap ketidaknyamanan menstruasi (Amany et al., 2022).

Hal ini didukung oleh penelitian yang dilakukan oleh Ghina Tsamara (2019) Data ini menunjukkan adanya korelasi yang kuat antara frekuensi konsumsi makanan cepat saji dengan terjadinya *dismenore*. Nilai p-value sebesar 0,000 diperoleh dari 26 responden (89,7%) yang melaporkan sering makan *fast food* dan menderita *dismenore*.

Factor lain ialah status gizi yang dapat memicu terjadinya *dismenore* primer. status gizi merujuk pada asupan makanan. Asupan berfungsi sebagai

sumber tenaga yang dapat mempertahankan tubuh dan pertumbuhan. Peningkatan kadar estrogen merangsang kontraksi dan sensitivitas uterus selama fase luteal, sehingga memerlukan konsumsi kalori atau energi yang cukup. Mengabaikan elemen ini dapat mengakibatkan *dismenore* atau bentuk ketidaknyamanan menstruasi lainnya (Agustina & Khairina, 2020).

Status gizi kurang dapat disebabkan oleh kurangnya konsumsi makanan, salah satunya adalah zat besi yang penting untuk pembentukan sel darah merah dan hemoglobin. Hemoglobin memainkan fungsi penting dalam pengikatan dan distribusi oksigen; penyampaian oksigen yang tidak mencukupi dapat menyebabkan iskemia dan nyeri haid (Rahmawati, 2022). Di sisi lain, status gizi berlebihan yang disebut obesitas dapat disebabkan oleh penumpukan jaringan adiposa. Hal ini dapat menyebabkan penebalan dinding rahim dan berpotensi menghambat aliran darah saat menstruasi, yang pada akhirnya menyebabkan nyeri haid (Wahyuni & Oktaviani, 2018).

Pada remaja SMK dan SMA Kota Magelang, Fitriani (2020) menemukan adanya hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenore*. *Dismenore* yang didapatkan sebesar 32,5% individu dengan status gizi kurus, menurut penelitian tersebut. Dalam penelitian yang dilakukan Syafriani (2021) pada remaja putri, *dismenore* terjadi pada 80,9% remaja putri dengan status gizi abnormal. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya hubungan yang bermakna secara statistik ($p < 0,001$) antara status gizi dengan kejadian *dismenore*.

Hasil survei lapangan yang melibatkan wawancara dengan delapan mahasiswi Fakultas Kesehatan menunjukkan bahwa ketidaknyamanan menstruasi merupakan kejadian bulanan bagi semua peserta. Empat orang siswa tersebut tergolong memiliki status gizi normal dan rutin mengonsumsi *fast food*; dua orang tergolong kurus namun jarang mengonsumsi *fast food*; dan dua orang diidentifikasi mengalami obesitas dan sering mengonsumsi *fast food*. Menariknya, pilihan makanan di sekitar, yang sebagian besar terdiri dari mie ayam dan wadah teh, sebagian besar merupakan tempat makan cepat saji yang banyak diminati ialah pentol Korea, batagor, dan bakso.

Berdasarkan latar belakang diatas seperti tingginya prevelensi *dismenorea* primer peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan status gizi

dan konsumsi *fast food* dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara status gizi dan konsumsi *fast food* dengan kejadian *dismenorea* pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

1.3 Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Penelitian ini menunjukkan menganalisis hubungan antara Status gizi dan konsumsi *fast food* dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

b. Tujuan Khusus

1. Mengetahui karakteristik mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.
2. Mengetahui status gizi mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.
3. Mengetahui pola konsumsi *fast food* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.
4. Mengetahui kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Muhammadiyah Gresik.
5. Menganalisis hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Muhammadiyah Gresik.
6. Menganalisis hubungan antara konsumsi *Fast Food* dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Muhammadiyah Gresik.

1.4 Manfaat Penelitian

a. Secara Teoritis:

1. Memberikan informasi statistik mengenai status gizi, pola konsumsi makanan cepat saji, dan prevalensi *dismenore* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

2. Menganalisis hubungan status gizi dengan kejadian *dismenore* pada mahasiswa Universitas Muhammadiyah Gresik yang terdaftar di Fakultas Kesehatan.
 3. Mengetahui hubungan frekuensi kejadian *dismenore* pada mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik dengan pola konsumsi makanan cepat saji.
- b. Secara Praktis:
1. Bagi Universitas Muhammadiyah Gresik
Hasil penelitian ini dimaksudkan untuk membekali mahasiswa yang terdaftar di Universitas Muhammadiyah Gresik dengan pengetahuan yang relevan dan menjadi acuan, sehingga memudahkan mereka dalam mengejar keilmuan.
 2. Bagi responden
Hasil penelitian ini memberikan wawasan berharga mengenai korelasi antara konsumsi *fast food*, status gizi, dan prevalensi *dismenore* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan.
 3. Bagi Peneliti Lain
Hasil penelitian ini memberikan wawasan dan pembuktian yang signifikan untuk penelitian ilmiah selanjutnya mengenai korelasi antara status gizi, konsumsi *fast food*, dan terjadinya *dismenore* atau penelitian yang berhubungan dengan kondisi tersebut.

1.5 Hipotesis

1. H_0 = Tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

H_1 = Terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

2. H_0 = Tidak terdapat hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik.

H_1 = Terdapat hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik

