

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dismenorea adalah nyeri perut bagian bawah yang signifikan yang terjadi selama menstruasi (Barcikowska et al., 2020). Ketidaknyamanan ini umumnya memiliki kualitas kram dan mungkin menjalar ke paha atau punggung bawah. Selain itu, nyeri ini dapat disertai dengan gejala lain seperti mual, diare, sakit kepala, atau sakit punggung (Barcikowska et al., 2020). Karena berdampak pada ketidaknyamanan dan dampaknya terhadap kualitas hidup yang dimiliki oleh nyeri dismenore, hal ini diakui sebagai masalah kesehatan (Femi Agboola et al., 2017).

Bagi banyak wanita, dismenore adalah kondisi buruk yang berdampak signifikan pada kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan. Oleh karena itu, dismenore juga menimbulkan kerugian ekonomi yang signifikan akibat pengeluaran untuk obat, perawatan kesehatan dan hilangnya produktivitas. Ada perbedaan yang signifikan dalam prevalensi dalam beberapa literatur. Dismenore menghalangi perempuan untuk melakukan aktivitas normal, misalnya siswa yang mengalami dismenore primer tidak mampu fokus dalam belajar karena nyeri yang dialaminya, dan motivasi belajarnya menurun (Alatas, 2016).

Kejadian dismenore sangat tinggi di seluruh dunia. Rata-rata, lebih dari 50% wanita di semua negara menderita nyeri haid. Di Amerika Serikat, prevalensi dismenore diperkirakan 45-90%. Studi epidemiologi Klein dan Litt

(2018) pada populasi remaja Amerika (12-17 tahun) menemukan bahwa angka kejadian (prevalensi) dismenore mencapai 59,7%. Studi tersebut juga menemukan bahwa dismenore menyebabkan 14 persen remaja sering bolos sekolah, dan remaja melaporkan nyeri, termasuk nyeri berat pada 12 persen, nyeri sedang pada 37 persen, dan nyeri ringan pada 49 persen. Dibandingkan dengan remaja yang tidak bersekolah karena dismenore, proporsi di Swedia sekitar 72 persen, dibandingkan dengan sekitar 14 persen di Amerika Serikat. Di Asia prevalensi dismenore primer juga cukup tinggi, dengan angka prevalensi 75,2% di Taiwan (Andriyani, 2017).

Di Indonesia angka kejadian dismenorea adalah 64,25%, dimana dismenore primer sebanyak 54,89% dan dismenore sekunder sebanyak 9,36%. Selama 50 tahun terakhir, 75% wanita pernah mengalami kram menstruasi. Gejala dismenore primer biasanya muncul pada wanita yang berpotensi melahirkan anak dan pada wanita yang belum pernah hamil. Nyeri sering terjadi pada wanita sebelum usia 20 sampai 25 tahun. Hingga 61% terjadi pada wanita yang belum menikah (Siti & Esitra, 2017). Sedangkan di Riau, kejadian dismenore pada remaja putri (kelompok umur 15-16 tahun) mencapai 95,7% (Putri, 2018).

Kejadian dismenore dapat dipengaruhi oleh faktor gizi, kandungan zat gizi makro dan mikro pada makanan yang dikonsumsi (Negi et al., 2018). Kebiasaan makan dipengaruhi oleh faktor personal, sosial dan lingkungan. Kebiasaan makan yang tidak sehat seperti mengonsumsi makanan cepat saji (junk food), melewati waktu makan dapat menimbulkan berbagai masalah kesehatan (Kabir et al., 2018).

Sebuah penelitian terhadap mahasiswi berusia 13-19 tahun menunjukkan bahwa 68,29 persen memiliki kebiasaan makan yang buruk. Survei mengungkapkan bahwa 65,95 persen mahasiswi pernah makan makanan cepat saji. Hingga 66,10% kasus dismenore pada anak muda terkait dengan kebiasaan makanan cepat saji. Menurut Wadhawan dan Nikita, (2019), kekurangan mikronutrien seperti vitamin B6, kalsium, magnesium, dan potasium pada makanan cepat saji dapat menginduksi gejala pramenstruasi. Elemen jejak yang ditemukan dalam makanan memiliki efek antiinflamasi dan pereda nyeri, oleh karena itu dapat menekan produksi prostaglandin dan leukotrien. yang membantu mengurangi rasa nyeri pada dismenore (Saei et al., 2020). Di samping itu, kurangnya mikronutrien pada makanan cepat saji juga dapat memicu dismenore dan gangguan siklus menstruasi (Negi et al., 2018). Menurut Fujiwara dkk, (2009) yang dikutip dalam Negi et al. (2018) asam lemak jenuh pada makanan cepat saji dapat mempengaruhi metabolisme hormon progesteron pada siklus menstruasi, sehingga meningkatkan jumlah asam arakidonat yang dimetabolisme oleh jalur siklooksigenase yang kemudian diubah menjadi prostaglandin sehingga menyebabkan rasa nyeri saat dismenore. yang dimetabolisme oleh jalur siklooksigenase. meningkatkan dismenore pada wanita dengan kebiasaan makan makanan cepat saji.

Dari penjelasan yang telah disebutkan, masih banyak kasus dismenorea pada remaja. Konsumsi makanan yang tepat dapat memengaruhi terjadinya dismenorea, oleh karena itu kita perlu mengatur asupan makanan dengan

kandungan gizi yang seimbang, seperti yang telah diungkapkan oleh Allah dalam QS. Al Baqarah ayat 168 : Artinya: *“Wahai manusia, makanlah yang halal lagi baik dari apa yang terdapat di bumi, dan janganlah kamu mengikuti langkah-langkah syaitan; karena sesungguhnya syaitan itu adalah musuh yang nyata bagimu”*.

Dalam bahasa Arab, halal digambarkan sebagai yang baik, diperbolehkan dan sesuai hukum. Bagi umat Islam, makanan halal bersumber dan diproses sesuai dengan hukum Islam. Tentunya selain halal, makanan juga harus bergizi agar bermanfaat bagi tubuh dan kesehatan. Sebagaimana Allah berfirman dalam QS. Al - Baqarah ayat 172 : Artinya: *“Hai orang-orang yang beriman, makanlah di antara rezeki yang baik-baik yang kami berikan kepadamu dan bersyukurlah kepada Allah, jika benar benar kepada-Nya kamu menyembah”*.

SMAN 8 adalah salah satu SMA unggulan di kota Duri Kecamatan Mandau. Berdasarkan hasil survei awal, SMAN 8 Mandau berdekatan dengan gerai fast food, dan di sekitar sekolah juga terdapat banyak pedagang fast food lokal. Rasa sakit yang ditimbulkan dapat mempengaruhi produktivitas dan konsentrasi remaja saat belajar di sekolah, oleh karena itu diperlukan upaya untuk meningkatkan kesehatan remaja, terutama kesehatan reproduksi untuk mencegah penyakit di kemudian hari. Kesehatan remaja adalah faktor terpenting dalam menciptakan generasi yang berkualitas di masa mendatang.. Berdasarkan uraian di atas, penulis ingin mengetahui lebih dalam mengenai hubungan *fast food* dengan dismenorea dengan melakukan penelitian yang

berjudul "Hubungan antara frekuensi konsumsi dan jenis *deep frying fast food* dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 8 Mandau".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah penelitian ini adalah “Bagaimanakah Hubungan antara frekuensi konsumsi dan jenis *deep frying fast food* dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 8 Mandau?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara frekuensi mengonsumsi dan jenis *deep frying fast food* dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 8 Mandau

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi siswi SMAN 8 Mandau yang mengalami dismenore dan mengonsumsi jenis *deep frying fast food*.
- b. Mengetahui hubungan antara mengonsumsi jenis *deep frying fast food* dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 8 Mandau.

D. Sistematika Penulisan

Sistematika dalam penulisan proposal ini terdiri dari :

BAB I : Berisikan tentang latar belakang masalah, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, dan sistematika penulisan, materi skripsi.

BAB II : Teori-teori yang relevan dengan topic penelitian yaitu Menstruasi, Dismenore, konsumsi *fast food*, dan status gizi. Hasil penelitian

yang relevan , kerangka berfikir, hipotesis.

BAB III : Metode penelitian, variable penelitian, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, validitas dan reliabilitas, teknik analisa data, prosedur penelitian, tempat dan waktu penelitian, etika penelitian.

BAB IV :Menyajikan hasil dari penelitian yang dilanjutkan dengan pembahasan terhadap hasil temuan di lapangan dan dikaitkan dengan teori yang relevan.

BAB V : Penutup, yang berisikan kesimpulan dan saran yang ditujukan kepada pihak-pihak terkait.

E. Materi Skripsi

Materi yang terkait dalam penelitian ini adalah mengenai Hubungan Antara Frekuensi Mengonsumsi dan Jenis *Deep Frying Fast Food* dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMAN 8 Mandau.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan masukan bagi para tenaga pendidik dalam memberikan pendidikan kesehatan pada remaja, terutama tentang dismenore dan cara mengatasi masalah tersebut.

2. Bagi Remaja Putri

Diharapkan agar bermanfaat bagi remaja perempuan dengan memberikan pengaruh terhadap dismenore sehingga membantu remaja putri khususnya di SMAN 8 Mandau untuk bersikap positif dalam

mengatasi nyeri haid (dismenore).

3. Bagi Peneliti

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan referensi dan bahan refleksi dalam program kesehatan remaja khususnya mengenai nyeri haid dan penanggulangannya.