

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization (WHO) mengungkapkan bahwa masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa disebut dengan remaja. Seseorang bisa dikatakan remaja apabila ia berada dalam rentang usia 12-19 tahun (WHO, 2014). Fase peralihan pertumbuhan secara fisik, seksual, dan biologis akan dialami remaja sebagai salah satu ciri bahwa seorang remaja sudah masuk dalam masa pubertas. Beberapa tanda seorang remaja putri masuk ke dalam masa pubertas, salah satunya adalah mengalami haid atau menstruasi. Menstruasi atau haid merupakan meluruhnya lapisan endometrium beserta ovum yang tidak dibuahi oleh sel sperma melalui jalan lahir atau vagina. Gumpalan darah kotor ini atau lapisan endometrium keluar selama kurang lebih 3-7 hari. Sedangkan normal siklus menstruasi pada wanita terjadi antara 21 hingga 35 hari (Miraturrofi'ah, 2020). Terjadinya menstruasi pada seorang wanita mengakibatkan munculnya gangguan kesehatan reproduksi, yaitu PMS (*Pre Menstrual Syndrom*) dan *Dismenorea*.

Dismenorea merupakan nyeri haid yang sering dikeluhkan oleh wanita saat mengalami menstruasi. Dismenorea terjadi karena adanya penurunan hormon estrogen dan progesteron sehingga produksi prostaglandin meningkat dari endometrium dan menyebabkan kontraksi uterus (Wildayani *et al.*, 2023). Gejala nyeri dismenorea ini bervariasi, setiap wanita merasakan gejala nyeri yang berbeda-beda dari ringan hingga berat. Umumnya nyeri dismenorea terasa pada bagian abdomen dan menjalar ke bagian punggung. Selain itu dismenorea terbagi menjadi dismenorea primer dan sekunder. Dismenorea primer merupakan rasa sakit di perut bawah dengan tidak didasari gangguan pada organ genital yang terjadi awitan diusia 20 tahun atau setelah siklus ovulasi teratur. Akhir dari terjadinya dismenorea primer pada wanita adalah di rentang usia 15-25

tahun atau awal menuju usia dewasa muda. Sedangkan dismenorea sekunder merupakan nyeri menstruasi yang berkaitan dengan adanya kondisi patologi pelvis yang mendasari (Anggraini *et al.*, 2022).

Prevalensi perempuan mengalami dismenorea primer di dunia rata-rata mencapai lebih dari 50% (Aulya *et al.*, 2021). Angka kejadian di Indonesia sendiri mencapai 64,25%, yang tergolong pada dismenorea primer sebesar 54,89% dan dismenorea sekunder sebesar 9,36%. (WHO, 2017). Provinsi DIY angka kejadian dismenorea sebesar 52% yang terjadi pada kelompok wanita usia produktif (Luli, 2020). Dampak dari dismenorea yang muncul akibat dari rasa nyeri yang terjadi secara terus-menerus tanpa adanya penanganan adalah gangguan pada kegiatan belajar, konsentrasi belajar terganggu, menurunnya motivasi, ketidakhadiran siswi, menurunnya kinerja akademik, sehingga terjadinya penurunan prestasi belajar siswi (Syakila *et al.*, 2022). Remaja putri yang mengalami kegelisahan, ketegangan, ataupun kecemasan memiliki berisiko lebih sering mengalami dismenorea primer.

Rasa nyeri dismenorea yang dirasakan pada remaja putri berlangsung selama beberapa jam sebelum menstruasi dan 48 jam sampai dengan 72 jam awal menstruasi. Gejala nyeri yang dirasakan berlokasi pada bagian suprapubik seperti kram perut, nyeri tajam, dan sakit. Selain itu remaja putri yang mengalami dismenorea merasakan sensasi penuh dan mulas pada pelvis yang menjalar ke paha serta bagian dalam lumbosakralis (Wildayani *et al.*, 2023). Nyeri yang timbul biasanya terlokalisasi pada abdomen bawah atau tengah dan menjalar hingga ke pinggul, paha, dan punggung. Dismenorea primer yang dialami wanita menimbulkan beberapa gejala seperti meriang atau tidak enak badan, muntah, mual, kelelahan, nyeri kepala, diare, dan paling parah pingsan. Faktor risiko terjadinya dismenorea adalah asupan zat besi yang rendah, kurangnya aktivitas fisik, stress, usia *menarche* terlalu dini, dan makanan cepat saji (Linton *et al.*, 2020).

Salah satu faktor terjadinya dismenorea primer pada remaja putri adalah makanan cepat saji. Remaja putri cenderung lebih menyukai

makanan cepat saji karena praktis, mudah didapat, terjangkau, dan sesuai selera mereka tanpa memikirkan kecukupan zat gizi dari makanan tersebut. Hal tersebut akan berdampak pada penurunan kualitas gizi remaja dan berakibat pada munculnya gangguan kesehatan jika dikonsumsi secara terus-menerus. Makanan kemasan kaleng, *hamburger*, *fried chicken* atau *pizza* merupakan makanan dengan kandungan lemak tinggi, asam lemak jenuh tinggi, dan rendah serat serta vitamin yang termasuk ke dalam makanan cepat saji. (Aulya *et al.*, 2021). Kandungan gizi yang tidak seimbang pada makanan ini dapat menghalangi proses metabolisme progesteron pada fase luteal. Dampak yang ditimbulkan dari hal tersebut adalah terjadinya peningkatan kadar prostaglandin yang menimbulkan rasa nyeri dismenorea.

Remaja putri yang sering mengonsumsi makanan cepat saji akan berpengaruh pada terjadinya dismenorea primer karena menyebabkan kerusakan membran sel karena adanya radikal bebas dan mengganggu fosfolipid sehingga berakibat pada penumpukan hormon prostaglandin dan terjadi dismenorea, artinya penelitian ini terdapat hubungan antara konsumsi makanan cepat saji dengan dismenorea primer dengan $p\text{-value} = 0.001$ (Thania *et al.*, 2023). Sedangkan pada penelitian Husni *et al* (2022) menyebutkan bahwa tidak ada keeratan antara konsumsi fast food dengan gangguan menstruasi dengan $p\text{-value} = 0.278$.

Studi pendahuluan telah dilakukan di Sekolah Menengah Kejuruan Koperasi Yogyakarta, siswi diberikan lembar pernyataan untuk diisi dan didapatkan hasil remaja putri yang mengalami nyeri haid atau dismenorea sebanyak 10 orang dari 18 siswi. Gejala yang dialami remaja putri saat dismenorea berbeda-beda, seperti nyeri perut bagian bawah, mual, pusing, hingga pingsan. Hal ini berdampak pada gangguan konsentrasi belajar pada siswi. Selain itu, remaja putri di Sekolah Menengah Kejuruan Koperasi Yogyakarta sehari-hari cenderung sering mengonsumsi makanan cepat saji, baik dari bekal yang dibawa maupun makanan yang dibeli dari kantin sekolah.

Sesuai dengan latar belakang yang telah peneliti tuliskan, peneliti akan melakukan penelitian untuk membuktikan adakah hubungan antara konsumsi makanan cepat saji dengan dismenorea primer pada remaja putri di Sekolah Menengah Kejuruan.

B. Rumusan Masalah

Peneliti ini memiliki rumusan masalah, yaitu bagaimana “Hubungan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenorea Primer pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Kejuruan”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan dismenorea primer pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui gambaran konsumsi makanan cepat saji pada siswi di SMK Koperasi Yogyakarta
- b. Diketahui gambaran dismenorea primer pada siswi di SMK Koperasi Yogyakarta
- c. Diketahui keeratan hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan dismenorea primer pada remaja putri di SMK Koperasi Yogyakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dilaksanakan dengan harapan dapat meningkatkan wawasan kepada pembaca dibidang keperawatan maternitas mengenai hubungan konsumsi makanan cepat saji dengan dismenorea primer pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswi SMK

Diharapkan setelah terlaksananya penelitian ini dapat memberikan manfaat bagi siswi Sekolah Menengah Kejuruan untuk mengetahui bahwa mengkonsumsi makanan cepat saji akan berdampak pada gangguan menstruasi yaitu dismenorea.

b. Bagi Guru

Penelitian ini diharapkan dapat menggambarkan frekuensi konsumsi makanan cepat saji siswi, sehingga pihak sekolah dapat menyediakan kantin sehat selama jam sekolah berlangsung.

c. Bagi Perawat

Dilakukannya penelitian ini dengan harapan dapat bermanfaat untuk perawat sebagai gambaran faktor risiko dismenorea dan dapat memberikan Pendidikan kesehatan mengenai pentingnya konsumsi makanan yang menandung gizi yang cukup untuk kebutuhan tubuh.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dilakukan dengan harapan dapat menjadi dasar penelitian selanjutnya yang mengenai faktor risiko mengenai hubungan dengan dismenorea seperti *menarche* dini, riwayat keluarga dengan dismenorea, dan stres.