

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menstruasi merupakan proses alami keluarnya darah dari vagina secara berkala selama masa reproduksi, yang menandakan bahwa seorang perempuan dalam masa subur. Saat menstruasi, perempuan sering merasakan keluhan-keluhan seperti mudah tersinggung, gelisah, suka tidur, payudara mengalami pembesaran, rasa tidak nyaman serta merasakan nyeri hebat yang biasa disebut dengan dismenore (Amelia & Zahra, 2023).

Dismenore merupakan nyeri haid yang terasa diperut bagian bawah disertai rasa kram yang menjalar ke punggung. Nyeri dismenore disebabkan oleh peningkatan kadar prostaglandin yang menyebabkan kontraksi rahim (*myometrium*), sehingga menimbulkan gejala seperti sakit kepala, mual muntah, diare, dan nyeri perut selama 1-3 hari saat menstruasi. Dismenore terbagi menjadi dua jenis, yaitu dismenore primer dimana kondisi nyeri haid yang terjadi tanpa adanya kelainan organ reproduksi, umumnya dialami sejak 6-12 bulan setelah menarche. Kemudian dismenore sekunder dimana kondisi nyeri haid yang disebabkan oleh gangguan organ reproduksi, seperti endometriosis atau mioma uteri (Pratiwi *et al.*, 2024).

Menurut data Badan Riset dan Inovasi Nasional (2023), sebanyak 64,5% remaja perempuan di Indonesia mengalami dismenore, terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Sedangkan berdasarkan Dinas Kesehatan DIY (2023), prevalensi dismenore pada remaja di Daerah Istimewa Yogyakarta mencapai 52%. Kondisi ini tidak bisa dianggap sepele, karena dismenore dapat menimbulkan dampak negatif, baik jangka pendek seperti menurunkan konsentrasi belajar, mengganggu aktivitas, gangguan tidur dan gangguan emosi. Selain itu, dampak jangka panjang dismenore dapat menurunkan kualitas hidup dan

meningkatkan risiko gangguan reproduksi seperti endometrium, kista ovarium, hingga infertilitas (Wildayani *et al.*, 2023).

Faktor risiko yang mempengaruhi terjadinya dismenore terbagi menjadi dua yaitu faktor internal dan eksternal. Faktor internal seperti usia menarche, siklus menstruasi, riwayat keluarga, serta kebiasaan olahraga. Sedangkan faktor eksternal seperti tingkat stress, konsumsi *fast food*, dan anemia. Ketidakseimbangan hormonal akibat faktor-faktor tersebut dapat memicu aktivasi sistem neuroendokrin, yang pada akhirnya meningkatkan produksi prostaglandin serta dapat memperparah nyeri menstruasi (Aisyaroh *et al.*, 2022).

Anemia merupakan kondisi dimana tubuh mengalami penurunan jumlah hemoglobin darah yang dapat menimbulkan gejala lemah, letih, lesuh, lelah, lunglai dan pusing disertai dengan wajah yang pucat (Helmyati *et al.*, 2023). Menurut Kemenkes RI (2021), prevalensi anemia pada remaja putri di Indonesia mencapai 22,7%, yang berarti sekitar 22,7 dari setiap 100 remaja putri mengalami anemia, dengan proporsi terbesar terdapat pada kelompok umur 15–24 tahun. Sedangkan menurut Dinas Kesehatan Daerah Istimewa Yogyakarta (2023), 19,3% remaja putri yang mengalami anemia. Prevalensi anemia pada remaja putri di Kabupaten Bantul 54,8%, Yogyakarta 35,2%, Gunung Kidul 18,4%, dan Sleman 18,1%. Sementara itu, data Dinas Kesehatan Kabupaten Bantul menunjukkan prevalensi anemia remaja putri di Kecamatan Sewon sebesar 26,67%, yaitu 40 dari 150 remaja putri yang diperiksa hemoglobinnya melalui program skrining di sekolah dan puskesmas. Angka ini menunjukkan bahwa sekitar satu dari empat remaja putri di wilayah tersebut mengalami anemia, sehingga anemia masih menjadi masalah kesehatan yang cukup menonjol dan memerlukan perhatian serius dalam upaya pencegahan maupun penanganannya.

Hasil penelitian terdahulu anemia menjadi salah satu faktor resiko dismenore pada perempuan. Kondisi ini terjadi karena, hemoglobin dalam sel darah merah sangat berperan penting untuk mengikat dan mengangkut oksigen ke seluruh tubuh. Ketika kadar hemoglobin rendah, pasokan

oksigen menjadi terbatas, sehingga menyebabkan gangguan aliran darah dan munculnya iskemia pada jaringan rahim. Keadaan ini kemudian memicu kontraksi otot rahim yang berlebihan dan menimbulkan nyeri menstruasi yang lebih intens atau dismenore (Kusumasari *et al.*, 2022).

Hubungan antara anemia dan dismenore memiliki dampak ganda yang saling memperburuk satu sama lain. Remaja yang mengalami anemia cenderung memiliki daya tahan tubuh yang menurun dan lebih rentan mengalami nyeri haid berkepanjangan. Jika tidak ditangani, kombinasi anemia dan dismenore dapat menurunkan produktivitas, prestasi belajar, bahkan dapat mengganggu kualitas hidup remaja baik secara fisik, psikologis, maupun sosial. Remaja putri merupakan calon ibu masa depan, maka kondisi anemia dan dismenore yang tidak tertangani dapat berdampak juga pada kesehatan kehamilan dan keturunan di masa mendatang. Oleh karena itu, intervensi sejak remaja menjadi langkah strategis dalam meningkatkan kualitas kesehatan generasi masa depan (Wildayani *et al.*, 2023).

Hasil studi pendahuluan pada 7 Maret 2025 di SMA Negeri 1 Sewon menunjukkan bahwa 60 dari 63 siswi kelas X mengalami dismenore. Sebanyak 62% mengatasi nyeri dengan obat pereda seperti parasetamol, 18% menggunakan jamu, dan 20% tidak melakukan penanganan. Selain itu, 75% siswi menunjukkan gejala anemia seperti pusing, lemas, dan mudah lelah. SMA Negeri 1 Sewon telah memiliki program pemberian Tablet Tambah Darah (TTD) yang dilaksanakan oleh Puskesmas Sewon I setiap bulan serta pemeriksaan hemoglobin setahun sekali. Unit Kesehatan Sekolah (UKS) juga menyediakan obat nyeri haid seperti parasetamol dan asam mefenamat untuk membantu siswi yang mengalami dismenore.

Meskipun telah dilakukan berbagai penelitian sebelumnya mengenai hubungan anemia dengan dismenore, sebagian besar studi masih bersifat deskriptif atau dilakukan diluar konteks sekolah dengan pendekatan populasi umum. Belum banyak studi yang mengkaji secara langsung hubungan keduanya dengan pengukuran objektif Hb dan skala nyeri pada

remaja putri di lingkungan sekolah. Oleh karena itu penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi data empiris yang lebih aplikatif. Berdasarkan masalah ini, penulis tertarik meneliti hubungan anemia dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sewon.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah hubungan antara anemia dengan kejadian dismenore pada remaja putri?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui apakah ada hubungan antara anemia dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sewon.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui kejadian dismenore pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sewon
- b. Untuk mengetahui kejadian anemia pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sewon

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Diharapkan hasil dari penelitian ini dapat memberikan wawasan pengetahuan tentang hubungan anemia dengan kejadian dismenore pada remaja putri.

### **2. Manfaat Praktisi**

- a. Bagi SMA Negeri 1 Sewon

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan wawasan kepada remaja putri yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi khususnya terkait dismenore dan anemia. Selain itu,

dapat dijadikan sebagai bahan evaluasi untuk meningkatkan pemberian edukasi tentang kesehatan reproduksi pada remaja putri.

b. Bagi Mahasiswa Kebidanan

Penelitian ini menambah wawasan tentang anemia dan dismenore pada remaja putri serta dapat dijadikan referensi dalam kajian ilmiah dan edukasi kesehatan masyarakat.

c. Bagi Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Diharapkan dapat menambahkan literatur di perpustakaan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta dan menjadi referensi bagi mahasiswa lainnya dalam penyusunan tugas akhir.

d. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi referensi awal untuk mengembangkan penelitian hubungan anemia dengan dismenore pada remaja putri dengan cakupan sampel yang lebih besar, melibatkan sekolah di wilayah berbeda, serta menambahkan variabel seperti pola makan, aktivitas fisik, dan tingkat stres untuk memperkaya temuan.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	(Haka <i>et al.</i> , 2025)	<i>Prevalence of Anemia and Its Association with Dysmenorrhea Severity Among Female Students: An Epidemiological Study</i>	Metode penelitian ini menggunakan desain <i>cross-sectional</i> dengan pendekatan survei analitik.	Penelitian ini menunjukkan bahwa siswi yang mengalami anemia, sebagian kecil mengalami dismenore berat yaitu 22,9%, lebih banyak dibandingkan siswi yang tidak anemia yang mengalami dismenore berat hanya 4,0%.	variable penelitian yaitu anemia dan dismenorea, metode penelitian yaitu kuantitatif dengan desain <i>cross-sectional</i> .	Lokasi di SMA Negeri 1 Sewon, waktu penelitian 2025, metode pengambilan sampel menggunakan <i>simple random sampling</i> dimana didapatkan jumlah 42 siswi, pengukuran dismenore <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>
2	(Mulyana, 2024)	Gambaran Prevalensi Dismenore dan Anemia Pada Remaja Putri SMK Bhakti Kencana Tasikmalaya	Metode penelitian deskriptif yang bertujuan hanya untuk menggambarkan fenomena masalah kasus dismenore dan anemia	Berdasarkan hasil penelitian ini didapatkan hasil bahwa karakter umur siswi yang mengalami dismenore di SMK Bhakti Kencana Tasikmalaya berada di rentang usia 16 tahun sebanyak 21 (65.6%) orang, diketahui bahwa skala nyeri dismenore yang dialami oleh remaja putri tersebut kategori paling banyak adalah dismenore sedang sebanyak 8 (50%) orang, dan diketahui bahwa kadar hemoglobin pada kelompok remaja putri yang mengalami anemia ringan sebanyak 1 (6,3%) orang.	Variable penelitian yaitu dismenore dan anemia pada remaja putri	Lokasi penelitian di SMA Negeri 1 Sewon, waktu penelitian 2025, desain penelitian <i>cross-sectional</i> yang diukur diwaktu bersamaan, Pengukuran dismenore <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
3	Hasnia, (2024)	<i>Correlation Between Anemia and The Incidence Of Dysmenorrhea in Adolescent Girls</i>	Metode penelitian analitik observasional kuantitatif dengan desain <i>cross-sectional</i> .	Responden yang mengalami dismenore sebanyak 121 orang (91,7%) dan 11 responden (8,3%) tidak mengalami dismenore. Ada hubungan antara anemia dengan kejadian dismenore pada remaja putri di Pondok Pesantren Mambaus Sholihin Sekolah	Variable penelitian yaitu anemia dengan kejadian dismenore dan metode penelitian	Lokasi di SMA Negeri 1 Sewon, waktu penelitian 2025, metode pemilihan sampel dengan <i>Simple Random Sampling</i> sebanyak 42 siswi, pengukuran dismenore <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>
4.	(Rahmatanti <i>et al.</i> , 2020)	Hubungan Tingkat Stres dan Status Anemia dengan Dismenorea Primer Pada Siswi Kelas XII di SMAN 1 Nganjuk	Penelitian jenis observasional analitik dengan <i>cross sectional</i> .	Terdapat hubungan antara tingkat stress ( $p=0,002;C=0,339$ ) dan status anemia ( $p=0,001;C=0,522$ ) dengan dismenorea primer. Lama menstruasi ( $p=0,008;C=0,293$ ), riwayat keluarga ( $p=0,010;C=0,287$ ), tingkat vitamin E ( $p=0,001;C=0,596$ ) juga berhubungan dengan dismenorea primer.	Variabel penelitian yaitu anemia dan dismenore, metode penelitian, dan Teknik pengambilan sampel.	Lokasi di SMA Negeri 1 Sewon, waktu penelitian 2025, metode pengambilan sampel menggunakan <i>simple random sampling</i>
5.	(Hastuty, 2020)	Hubungan Kejadian Anemia dan Kebiasaan Minum Susu dengan Kejadian Dismenorea di SMA Negeri 2 Bangkinang Kota	Metode penelitian analitik dengan menggunakan pendekatan penelitian <i>Cross Sectional</i>	Berdasarkan hasil analisis hubungan antara anemia dengan kejadian dismenorea diperoleh bahwa ada sebanyak 27 (20,1%) siswi yang tidak anemia mengalami dismenorea, sedangkan diantara siswi yang anemia, ada 46 (34,3%) siswi yang mengalami dismenorea.	Variable penelitian yaitu dismenore dengan anemia, dan metode penelitian	Lokasi di SMA Negeri 1 Sewon, waktu penelitian 2025, metode pengambilan sampel menggunakan <i>simple random sampling</i> , metode pengumpulan data dilakukan saat sedang menstruasi.