

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Wanita mengalami proses perkembangan yang kompleks sepanjang kehidupannya, mencakup perubahan anatomi, fisiologis, serta sistem reproduksi. Perkembangan ini dimulai sejak masa kanak-kanak, berlanjut pada masa remaja, hingga mencapai kedewasaan. Seiring dengan proses tersebut, organ-organ tubuh wanita juga mengalami pematangan untuk mencapai fungsi reproduksi yang optimal. Tanda awal kematangan tersebut ditandai dengan terjadinya menstruasi yang umumnya terjadi pada akhir masa pubertas, di mana seluruh sistem anatomi, fisiologis, dan reproduksi mulai berfungsi secara terpadu dalam menunjang kemampuan reproduksi wanita (Marwang, 2024).

Menstruasi atau haid merupakan proses fisiologis periodik pada perempuan yang diatur oleh hormon reproduksi. Proses ini ditandai dengan perdarahan periodik akibat peluruhan mukosa rahim yang terjadi ketika ovum tidak mengalami fertilisasi oleh spermatozoa (Harahap et al., 2021). Sebelum atau selama waktu menstruasi, banyak wanita mengalami rasa sakit yang dikenal secara medis sebagai dismenore. Nyeri haid atau dismenore biasanya dirasakan di perut bagian bawah atau panggul dan terjadi secara berkala. Secara medis, kondisi ini terbagi menjadi dismenore primer dan sekunder. Dismenore primer adalah nyeri saat menstruasi yang terjadi tanpa adanya gangguan struktural pada sistem reproduksi. Sebaliknya, dismenore sekunder disebabkan oleh gangguan ginekologi atau kondisi medis yang muncul, seperti *endometriosis*, *adenomiosis uteri*, *salpingitis* kronis, serta masalah kesehatan lainnya (Amrullah Syah Putra et al., 2024).

Berdasarkan hasil tinjauan sistematis dan meta-analisis terhadap lebih dari 20.000 wanita muda dari 38 negara, prevalensi dismenore tercatat sebesar 71,1% (Macgregor et al., 2023). Di tanah air, sekitar 107.673 wanita mengalami dismenore atau sekitar 64,25% dari populasi yang diteliti. Dari angka itu, 59.671 orang mengalami dismenore primer dan 9.496 orang mengalami dismenore sekunder. Dismenore sekunder biasanya disebabkan oleh berbagai gangguan

organik pada sistem reproduksi, misalnya endometriosis yang terjadi pada sekitar 3%–10% wanita usia reproduktif, adenomiosis dengan prevalensi antara 14%–57%, serta mioma uteri yang dilaporkan terjadi pada 2,39%–11,79% pasien ginekologi (Nadila & Zulala, 2024). Di Daerah Istimewa Yogyakarta, prevelensi dismenore pada wanita dalam rentang usia produktif mencapai 52%. Di sisi lain, di Kabupaten Sleman, angka kejadian dismenore pada kelompok usia yang sama tercatat sebesar 88,64% (Santiya et al., 2022). Berdasarkan data pelayanan kesehatan di wilayah Gamping, jumlah pasien yang terdiagnosis mioma uteri yang merupakan salah satu penyebab utama dismenore sekunder, tercatat sebanyak 110 pasien pada tahun 2021, 74 pasien pada tahun 2022, dan kembali meningkat menjadi 105 pasien pada tahun 2023. Dari keseluruhan kasus tersebut, terdapat 19 pasien dengan kondisi gawat darurat akibat mioma uteri. (Nadila & Zulala, 2024).

Dismenore dapat memberikan dampak signifikan terhadap berbagai aspek kehidupan. Salah satunya adalah penurunan aktivitas fisik dan produktivitas. Dismenore juga berdampak pada gangguan emosi dan psikologis seperti kecemasan, mudah marah, hingga stress. Nyeri menstruasi juga diketahui mengganggu kualitas tidur yang menyebabkan kelelahan fisik. Bahkan, dismenore juga terbukti mengganggu konsentrasi belajar, khususnya pada siswi dan mahasiswi yang sedang menempuh pendidikan (Karlinda et al., 2022). Dismenore dapat berperan sebagai tanda gejala awal dari berbagai penyakit medis yang mendasari dan mempengaruhi kesehatan reproduksi wanita. Dismenore kerap menjadi gejala klinis dari berbagai gangguan, termasuk *endometriosis*, *adenomiosis*, *mioma* pada *uterus*, penyakit radang panggul (PID), maupun kelainan reproduksi lain seperti infertilitas (Macgregor et al., 2023).

Beberapa faktor yang berkontribusi terhadap kejadian dismenore meliputi status gizi (65%), usia menarche (60%), kurangnya aktivitas fisik (61%), Riwayat keluarga (48%), stress, siklus menstruasi tidak teratur, dan durasi menstruasi yang melebihi batas normal. Di antara faktor-faktor tersebut, status gizi diidentifikasi sebagai salah satu faktor signifikan yang dapat memengaruhi dismenore. Studi sebelumnya telah menunjukkan bahwa baik kekurangan maupun kelebihan gizi di luar rentang normal dapat meningkatkan risiko terjadinya dismenore (Gunawati &

Nisman, 2021). Status gizi menggambarkan kondisi tubuh seseorang, yang dipengaruhi oleh seberapa seimbang kebutuhan nutrisi, terutama zat besi dan energi, dengan makanan yang dikonsumsi. Salah satu cara paling umum untuk menilai status gizi adalah dengan melihat Indeks Massa Tubuh (IMT).

Cara sederhana menilai status gizi seseorang adalah dengan menggunakan IMT. Hitungannya dengan membagi berat badan (kg) dengan tinggi badan (m) yang dikuadratkan. Dari angka IMT ini, kita bisa mengetahui perkiraan lemak tubuh dan menempatkannya ke dalam kategori: kekurangan berat badan, normal, kelebihan berat badan, atau obesitas (Wahyuningsih & Pratiwi, 2019). Individu yang memiliki IMT di bawah nilai normal mengindikasikan adanya kekurangan asupan kalori, berat badan, serta cadangan lemak tubuh, yang dapat berdampak pada terganggunya sekresi gonadotropin hipofisis secara pulsatif. Gangguan ini dapat menghambat produksi hormon reproduksi, sehingga meningkatkan risiko terjadinya dismenore. Sebaliknya, individu dengan IMT di atas rentang normal cenderung mengalami peningkatan kadar prostaglandin yang berlebihan. Kondisi ini dapat memicu spasme miometrium karena prostaglandin, yang merupakan lipid endogen ditemukan dalam konsentrasi tinggi di otot uterus. Selain itu, IMT yang tinggi juga dapat menyebabkan kelebihan hormon estrogen akibat konversi androgen, androgen bisa dikonversi menjadi estrogen melalui enzim aromatase. Ketika proses konversi ini berlebihan (misalnya karena peningkatan aktivitas aromatase), maka kadar estrogen dalam tubuh akan meningkat secara tidak normal. Kelebihan estrogen ini punya efek besar terhadap rahim dan siklus menstruasi, dan berkontribusi terhadap terjadinya dismenore (Zulfa & Lestari, 2022).

Penelitian terdahulu telah mengindikasikan bahwa baik kondisi kekurangan maupun kelebihan berat badan dapat memberikan pengaruh signifikan terhadap keseimbangan hormonal dan metabolisme tubuh. Perubahan dalam keseimbangan ini berpotensi meningkatkan risiko terjadinya dismenore pada individu (Retno & Amalia, 2023). Dengan demikian, penelitian lebih lanjut mengenai hubungan antara IMT dan kejadian dismenore sangat diperlukan. Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk pengembangan program edukasi kesehatan yang efektif. Selain itu, penelitian ini bertujuan untuk mendorong perempuan agar dapat

mengambil langkah-langkah penanganan dini dismenore secara mandiri berdasarkan pemahaman yang diperoleh dari hasil penelitian.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 4 Juni 2025 terhadap 15 Wanita Usia Subur (WUS) di Puskesmas Gamping 1 melalui wawancara, diperoleh hasil bahwa 13 orang (86,67%) mengalami dismenore, sedangkan 2 orang (13,33%) tidak mengalaminya. Selain itu, data rekam medis di Puskesmas Gamping 1 mencatat adanya 26 kasus mioma uteri pada tahun 2025, yang diketahui menjadi salah satu faktor utama penyebab dismenore. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah terdapat hubungan signifikan antara IMT dan kejadian dismenore pada WUS di Puskesmas Gamping 1, sehingga diharapkan bisa memberikan gambaran lebih jelas mengenai pentingnya menjaga berat badan ideal untuk meminimalkan atau mengurangi nyeri menstruasi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan yang telah disampaikan pada latar belakang sebelumnya, maka permasalahan dapat dirumuskan “Apakah ada hubungan antara Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenore pada Wanita Usia Subur (WUS) di Puskesmas Gamping I?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah melihat apakah ada hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenore pada Wanita Usia Subur (WUS) di Puskesmas Gamping I.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran Indeks Masa Tubuh (IMT) pada Wanita Usia Subur (WUS) di Puskesmas Gamping I.
- b. Untuk mengetahui gambaran kejadian dismenore pada Wanita Usia Subur (WUS) di Puskesmas Gamping I.

- c. Untuk mengetahui ada hubungan antara Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenore pada Wanita Usia Subur (WUS) di Puskesmas Gamping I.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Sebagai bagian dari syarat kelulusan Program S-1 Kebidanan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, penelitian ini dilakukan dengan harapan hasilnya bisa menambah wawasan ilmiah dan menjadi sumber informasi berguna bagi mahasiswi mengenai dismenore.

2. Bagi Praktisi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi signifikan sebagai bahan edukasi bagi praktisi kesehatan, seperti bidan, dokter, dan tenaga kesehatan lainnya dalam memberikan penyuluhan kepada wanita usia subur mengenai pentingnya keseimbangan gizi dan gaya hidup sehat guna menurunkan risiko dismenore.

3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat langsung bagi Wanita Usia Subur yang tinggal di wilayah Puskesmas Gamping I. Diharapkan bahwa mereka dapat menerapkan hasil penelitian ini untuk meminimalkan atau mengurangi kejadian dismenore dengan cara menjaga IMT mereka dalam rentang normal.

E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian digunakan untuk menambah bahan dasar dari penelitian sebelumnya untuk dijadikan penguat penelitian.

Tabel 1. 1. Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Riska Rusydi, Didik Gunawan Tamtomo, Lilik Retna Kartika Sari (Rusydi et al., 2021)	Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja	Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan <i>cross sectional</i> .	Hasil penelitian ini terdapat hubungan antara IMT dengan kejadian dismenorea primer pada remaja dengan nilai $p=0,021$.	Di dalam penelitian terdapat persamaan variabel independen dan variabel dependen.	Di dalam penelitian ini terdapat perbedaan metode penelitian yakni dalam pengambilan sampel dan analisis data, selain itu terdapat perbedaan pengkategorian IMT, waktu dan tempat.
2.	Keiko Takata, Kazuhiko Kotani, Hitoshi Umino (Takata et al., 2023)	<i>The Relationship Between Body Mass Index and Dysmenorrhea in the General Female Population</i>	Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif, <i>observasional analitik</i> dengan pendekatan <i>cross-sectional</i> .	BMI rata-rata tertinggi ditemukan pada kelompok dengan dismenore berat ($23,3 \pm 4,5$ kg/m ²), perbedaan BMI tetap signifikan secara statistik ($P = 0.02$).	Di dalam penelitian terdapat persamaan variabel independen dan variabel dependen.	Di dalam penelitian ini terdapat perbedaan instrumen dalam pengambilan data IMT, waktu dan tempat.
3.	Nining Tunggal Sri Sunarti, Reni Tri Lestari (Sunarti & Lestari, 2023)	Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Olah Raga dengan Kejadian Dismenore	Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain <i>cross-sectional</i>	Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenore (p value= 0,001). Ada hubungan antara aktivitas olah raga dengan kejadian dismenore (p value= 0,004).	Di dalam penelitian terdapat persamaan variabel <i>dependent</i>	Di dalam penelitian terdapat perbedaan variabel <i>independent</i> metode penelitian yakni dalam analisis data, selain itu terdapat perbedaan kuesioner,

						waktu dan tempat.
4.	Tazkyatunnisa Adinda Aprilia, Tika Noor Prastia, Ade Saputra Nasution (Adinda Aprilia et al., 2022)	Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Di Kota Bogor	Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik (p-value = 0,000), status gizi (p-value = 0,038) dan tingkat stres (p-value = 0,030) dengan kejadian dismenore.	Di dalam penelitian terdapat persamaan variabel <i>dependent</i> .	Di dalam penelitian terdapat perbedaan variabel <i>independent</i> , metode penelitian yakni dalam pengambilan sample dan analisis data, selain itu terdapat perbedaan kuesioner, waktu dan tempat.
5.	Rizki Ramadhan, Siti Haeriyah, Adi Dwi Susanto (Ramadhan et al., 2024)	Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Smk Az-Zahra Sepatan Kabupaten Tangerang	Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan pendekatan cross sectional, menggunakan uji chi-square.	Hasil analisis bivariat menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) terhadap kejadian dismenore primer dengan nilai p-value sebesar $0.000 < 0.05$.	Di dalam penelitian terdapat persamaan variabel <i>independent</i> dan variabel <i>dependent</i>	Di dalam penelitian terdapat perbedaan metode penelitian yakni dalam pengambilan sample dan analisis data, selain itu terdapat perbedaan kuesioner, waktu dan tempat.