

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan periode dimana seseorang individu bertumbuh dari fase anak-anak menuju dewasa. Menurut *World Health Organization (WHO)* 2022, kriteria masa remaja pada perempuan dan laki-laki berbeda yaitu, pada perempuan kriteria usianya dimulai dari 15-18 tahun kemudian pada laki-laki 17-19 tahun. Sedangkan standar usia masa remaja akhir pada perempuan yaitu dari usia 18-21 tahun. Adapun perubahan pada fisik, psikis maupun sosial yang dimana disebut sebagai masa pubertas. Pada remaja putri akan mengalami salah satu tanda pubertas yaitu menstruasi. Menstruasi merupakan perdarahan siklis yang berlangsung pada perempuan selama masa reproduksi dalam kehidupan mereka sebagai indikasi bahwa organ reproduksi sudah berfungsi dengan baik. Pada perempuan menstruasi pertama disebut sebagai *menarche*. *Menarche* sendiri adalah menstruasi pertama yang terjadi pada seorang perempuan (Ambarwati, 2021)

Bagi beberapa perempuan pada saat menstruasi akan selalu ada gangguan yang terjadi dan dismenore merupakan salah satu dari gangguan tersebut. Dismenore merupakan nyeri panggul yang terjadi pada perempuan saat menstruasi. Adapun keluhan lain yang disertai pada saat menstruasi yaitu mual, muntah, mudah lelah dan nyeri payudara (Purwono et al., 2020)

Kejadian dismenore secara global didapatkan bervariasi dari 20% hingga 90% (De Sanctis dkk, 2015). Angka tertinggi telah dilaporkan pada remaja putri dalam populasi berkisar 15,8% - 89,5% dan lebih sering terjadi pada rentang usia antara 17-24 tahun di seluruh dunia dan dilaporkan menurun pada perempuan usia lanjut (Sanctis dkk, 2015).

Menurut Kurniati et al., 2019 prevalensi dismenore di Eropa dan Amerika telah dilaporkan lebih dari setengah populasi remaja yang berkisar 52,4% hingga 85,7. Di Indonesia diketahui terdapat 92% dismenore yang terjadi pada remaja putri, kasus tersebut berkurang dengan bertambahnya usia. (Beddu et al., 2015)

Dismenore mempunyai banyak faktor pencetus salah satu yang dapat menimbulkan resiko terjadinya dismenore adalah status gizi, yang dimana status gizi dapat diklasifikasikan menjadi 3 bagian: status gizi lebih, status gizi normal dan status gizi kurang. Pada remaja dengan status gizi yang kurang selain dapat menimbulkan permasalahan pada fungsi reproduksinya, hal tersebut dapat menimbulkan dampak terjadinya dismenore sehingga disarankan akan lebih baik pada remaja putri diperbaiki asupan nutrisinya (Syafriani, 2021). Namun disisi lain seseorang dengan gizi yang lebih mempunyai faktor resiko dismenore. Permasalahan gizi pada remaja timbul dikarenakan ketidakseimbangan asupan gizi yang dikonsumsi dengan yang disarankan (Kartika et al., 2014). Minimnya asupan energi (kalori) dan zat gizi yang diterima oleh tubuh untuk menjaga kesehatannya yang dimana tidak sesuai dengan keperluan tubuh sehingga dapat menyebabkan gizi buruk.

Kebiasaan pada remaja putri adalah sering diet dan membatasi sendiri asupan nutrisi mereka sehingga tanpa disadari dapat menyebabkan kelelahan dan sulit untuk memenuhi kebutuhan gizi harian. Selain remaja yang mempunyai gizi lebih disebabkan karena sering mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) sehingga jumlah energi yang masuk (*energy intake*) akan berlebih (Kartika et al., 2014).

Penanganan dismenore diberikan untuk menghilangkan rasa sakit. Banyak remaja yang memilih beristirahat untuk menghilangkan rasa nyerinya, selain dengan beristirahat ada sebagian remaja yang menggunakan kompres botol pada perutnya. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Susiloningtyas, 2018 dengan judul Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Dengan Sikap Penanganannya menyatakan penggunaan kompres kain atau handuk panas atau botol panas pada bagian yang dirasakan nyeri, umumnya di abdomen dan punggung bagian bawah, juga disarankan untuk mandi air hangat, minum minuman hangat serta penggunaan obat pereda nyeri dapat membantu mengurangi dismenore pada remaja putri.

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Shinta Amalia Kartika, Yulia Lanti R. D., Rosalia Sri Hidayati dalam jurnal berjudul hubungan antara status gizi dengan derajat dismenore pada siswi SMA Negeri 1 Surakarta menyebutkan bahwa terdapat hubungan bermakna antara status gizi dengan terjadinya dismenore. Hal ini disebabkan adanya ketidakseimbangan nutrisi yang dikonsumsi dengan pola gizi yang dianjurkan. Adapun hal lain yaitu remaja sering kali membatasi diri untuk mengonsumsi makanan. Namun pada

penelitian yang dilakukan oleh Dita Trimayasari Kadar Kuswandi dalam jurnal berjudul hubungan usia *menarche* dan status gizi siswi kelas 2 dengan kejadian dismenore bahwa berdasarkan penelitian yang dilakukan dan peneliti menarik kesimpulan tidak ada hubungan yang bermakna antara status gizi siswi kelas 2 dengan kejadian dismenore, hal tersebut dikarenakan siswi yang mengalami dismenore lebih banyak (91.2%) terjadi pada status gizi yang normal.

Berdasarkan pemaparan data dan penjelasan dari beberapa penelitian adanya perbedaan data dan pendapat. Dari perbedaan data ini membuat penulis tertarik untuk membahas dan meninjau kembali mengenai hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore pada beberapa jurnal tersebut. Penelitian ini menggunakan *Literatur Review* dengan mengambil dan menelaah beberapa hasil penelitian yang membahas mengenai hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore dan penanganannya pada remaja putri.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore dan penanganannya pada remaja putri?

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore dan penanganannya pada remaja putri (melalui review jurnal periode 2014-2021)

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui hubungan status gizi kurang dan status gizi lebih dengan kejadian dismenore
- b. Untuk mengetahui cara penanganan dengan terjadinya dismenore pada remaja putri

D. Manfaat

1. Bagi Penulis

Penulis dapat menjadikan penelitian ini sebagai sarana pengembangan pengetahuan melalui pengaplikasiannya ilmu dan melatih penulis dalam berpikir ilmiah.

2. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi pengetahuan bagi masyarakat mengenai hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore dan penanganannya pada remaja putri.

3. Bagi instansi Kesehatan

Bagi dinas kesehatan dan tenaga kesehatan, hasil penelitian ini dapat digunakan untuk menambah literatur dalam upaya penanganan dismenore pada remaja putri.

4. Bagi institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi literatur untuk meningkatkan ilmu pengetahuan mengenai hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore dan penanganannya pada remaja putri