

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dismenore adalah rasa nyeri disertai sakit yang umum wanita alami saat menstruasi. Saat seorang wanita mengalami menstruasi, dismenore menyebabkan nyeri perut bagian bawah yang ringan yang sering disertai gejala lain seperti berkeringat, sakit kepala, diare, dan muntah. Dismenore terbagi dalam dua jenis yaitu primer serta sekunder. Dismenore primer merupakan timbulnya kram menstruasi tidak disertai kelainan pada genital dan biasanya pertama kali terjadi setelah siklus ovulasi wanita stabil pada wanita usia 20 tahun ke bawah. Prevalensi dismenore primer tertinggi dialami oleh usia dewasa muda 15 sampai 25 tahun. Kram menstruasi serta kelainan pada genital merupakan gejala dismenore sekunder, kerap terjadi di usia di atas 30 tahun.^(1,2)

Prevalensi dismenore relatif tinggi di seluruh dunia, ini terbukti dengan studi yang dilakukan World Health Organization (WHO) dismenore primer mempengaruhi sekitar 50% wanita secara global. Banyak negara memiliki tingkat prevalensi dismenore yang berbeda. Di AS, sekitar 90% wanita terkena dismenore serta 10-15% mengalami nyeri haid yang parah, yang mencegah mereka melakukan aktivitas apa pun. Prevalensi dismenore yang relatif tinggi di Indonesia menunjukkan bahwa 60-70% penderita dismenore adalah wanita Indonesia. Di Indonesia, frekuensi remaja usia 17 sampai 24 adalah 64,5%. Di Indonesia, prevalensi dismenore primer yakni 54,89%, dan dismenore sekunder sisanya yakni 45,11%.⁽³⁾ Berdasarkan penelitian Sari (2021), kejadian dismenorea primer pada siswa perempuan di SMP Negeri 109 Jakarta ditetapkan sebesar 65,8%.⁽⁴⁾

Dismenore primer memiliki beberapa faktor risiko, seperti gaya hidup, usia menarche dini, riwayat keluarga, lamanya siklus menstruasi, nulipara, rendahnya indeks massa tubuh, serta status ekonomi. Penelitian

yang dilakukan oleh Nada Ismalia di Fakultas Kedokteran Universitas Lampung tahun 2017 menemukan adanya hubungan antara gaya hidup dengan prevalensi dismenore primer pada mahasiswi Universitas Lampung. Dijelaskan bahwa wanita dengan dismenore primer memiliki gaya hidup yang kurang aktif secara fisik, stres, mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*), dan merokok baik itu perokok pasif maupun perokok aktif.⁽⁵⁾

Dalam kehidupan sehari-hari, gaya hidup merupakan pola yang dipengaruhi oleh berbagai keadaan. Berdasarkan penelitian Ismalia (2017), terdapat hubungan antara gaya hidup seperti aktivitas fisik, stres, konsumsi makanan cepat saji, dan merokok baik itu perokok pasif maupun perokok aktif dengan wanita yang mengalami kram menstruasi atau dismenore. Wanita dengan dismenore cenderung kurang aktif secara fisik, memiliki tingkat stres yang lebih tinggi, mengonsumsi lebih banyak makanan cepat saji (*fast food*), dan menjadi perokok pasif dibandingkan wanita tanpa kram menstruasi. Meskipun dismenore primer bukanlah kondisi yang menyebabkan kematian, hal itu berpengaruh negatif terhadap kualitas hidup wanita. Dismenore dapat menurunkan produktivitas dan fungsi seseorang. Mayoritas wanita dengan dismenore melewati satu atau dua hari dari sekolah atau bekerja.^(6,7)

Gaya hidup akan berubah sebagai akibat dari perbedaan antara sekolah menengah dan kuliah. Kebiasaan makan remaja akhir-akhir ini telah berubah dalam asupan dan kebutuhan gizi mereka seperti mengonsumsi makanan cepat saji yang meluas dan melewati asupan makanan. Seringnya mengonsumsi makanan cepat saji akan menimbulkan pola makan yang terganggu. Stres pada mahasiswi juga lebih tinggi karena perbedaan metode belajar sehingga mahasiswi merasa kesulitan. Sehubungan dengan berubahnya gaya hidup pada mahasiswi, peneliti menjadi tertarik untuk meneliti hubungan antara gaya hidup yang terdiri dari tingkat aktivitas fisik, tingkat stres, mengonsumsi makanan cepat saji (*fast*

food), dan perokok pasif dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.⁽⁸⁾

1.2. Rumusan Masalah

- a. Apakah terdapat korelasi antara tingkat aktivitas fisik dengan dismenorea primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019 ?
- b. Apakah terdapat korelasi antara tingkat stres dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019 ?
- c. Apakah terdapat korelasi antara mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019 ?
- d. Apakah terdapat korelasi antara perokok pasif dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019 ?

1.3. Hipotesis

1. H0: Tidak ada korelasi antara tingkat aktivitas fisik dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.
H1: Terdapat korelasi antara tingkat aktivitas fisik dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.
2. H0: Tidak ada korelasi antara tingkat stres dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.
H1: Terdapat korelasi antara tingkat stres dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.
3. H0: Tidak ada korelasi antara mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.
H1: Terdapat korelasi antara mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.

4. H0: Tidak ada korelasi antara perokok pasif dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.
- H1: Terdapat korelasi antara perokok pasif dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.

1.4. Tujuan Penelitian

1.4.1. Tujuan Umum

Guna mengetahui hubungan antara gaya hidup dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.

1.4.2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui korelasi antara tingkat aktivitas fisik dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.
- b. Mengetahui korelasi antara tingkat stres dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.
- c. Mengetahui korelasi antara mengonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.
- d. Mengetahui korelasi antara perokok pasif dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UKI Angkatan 2019.

1.5. Manfaat Penelitian

1.5.1. Manfaat Bagi Subjek Penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar dalam melakukan pencegahan terjadinya dismenore.

1.5.2. Manfaat Bagi Peneliti

Berkontribusi pada pemahaman, pengetahuan, dan pengalaman penulis dalam melakukan penelitian tentang hubungan antara aktivitas fisik, stres, konsumsi makanan cepat saji (*fast food*), dan perokok pasif dengan dismenore primer.

1.5.3. Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini dimaksudkan untuk mengedukasi para wanita dalam mencegah dismenore primer.

