

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi pertama yang dialami remaja putri (*adolescent*) digambarkan dengan istilah menarke. Menarke biasanya terjadi antara usia 10 dan 16 tahun dengan rata-rata usia 12,4 tahun.¹⁻³ Pada menstruasi terjadinya peluruhan dan pelepasan lapisan dinding rahim fisiologis akibat komunikasi hormon di dalam tubuh sehingga adanya darah yang keluar dari vagina.⁴ Dismenore yaitu nyeri akibat menstruasi atau nyeri haid dan merupakan salah satu penyebab paling sering terjadinya ketidaknyamanan pada daerah abdomen bagian bawah dan/atau pelvis menjelang dan selama menstruasi. Dismenore primer, dimana ditemukan adanya nyeri namun tidak ada gangguan organ atau patologi lainnya yang nyata, dan dismenore sekunder, dimana nyeri haid terjadi karena adanya gangguan pada organ pelvis, adalah dua kategori dismenore itu sendiri.

Meskipun dismenore primer bersifat idiopatik, ada banyak faktor risiko yang berkontribusi terhadap perkembangan gejala tersebut.⁵⁻⁷ Faktor risiko yang berhubungan dengan dismenore primer dapat dibagi menjadi faktor risiko yang *modifiable* dan *non-modifiable*. Indeks Massa Tubuh (IMT), aktivitas fisik, konsumsi makanan dan minuman cepat saji, konsumsi coklat hitam, stres, merokok dan konsumsi alkohol merupakan faktor-faktor risiko *modifiable*. Faktor risiko *non-modifiable* dapat dibagi menjadi faktor-faktor yang terkait dengan karakteristik dan pola menstruasi, seperti usia menarke, durasi menstruasi dan banyaknya darah saat menstruasi, dan faktor risiko yang tidak terkait dengan menstruasi, seperti riwayat keluarga.^{8,9}

Wanita muda yang mengalami gejala dismenore sering kali merasa tidak nyaman dan terasing akibat konflik emosional, stres, dan kecemasan yang berdampak negatif pada kehidupan sosial. Mereka juga mengalami kesulitan belajar, dan bekerja karena gangguan konsentrasi sehingga mereka kurang berprestasi baik secara akademik maupun non-akademik dibandingkan wanita muda tanpa kondisi tersebut dan sering kali membutuhkan hari libur dari sekolah

atau pekerjaan untuk beristirahat.¹⁰⁻¹³ Angka kejadian dismenore primer di dunia sangat beragam dan berkisar antara 16% hingga 91% pada wanita usia reproduktif (15 – 49 tahun).^{14,15} Puncak dari prevalensi dismenore primer berada pada remaja pertengahan atau akhir hingga awal atau pertengahan 20-an.¹⁶

Keadaan dismenore umum ditemukan dan mempunyai efek negatif terhadap hidup masing-masing wanita yang mengalaminya. Gangguan tersebut harus ditangani agar tidak berdampak lebih buruk. Oleh karena itu, peneliti hendak melakukan penelitian mengenai faktor-faktor risiko kejadian dismenore primer pada wanita muda yang berusia 15 hingga 24 tahun di kota Jakarta dan Tangerang.

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian ini akan menguji banyak faktor risiko dismenore primer, termasuk faktor-faktor yang tidak umum ditemukan dalam masyarakat, seperti konsumsi coklat hitam, konsumsi alkohol dan merokok. Penelitian ini berfokus kepada golongan dengan puncak prevalensi dismenore primer, yaitu wanita muda usia 15-24 tahun (mengikuti definisi *youth* oleh *World Health Organization* (WHO)). Besaran masalah dari faktor risiko dalam populasi akan didiskusikan. Responden penelitian merupakan wanita muda umum dari kota Jakarta dan Tangerang sehingga hasil yang diperoleh dapat merepresentasikan wanita muda kota Jakarta dan Tangerang, dan juga dapat menggambarkan kondisi di Indonesia karena mencakup semua keragaman etnis, status sosial ekonomi, gaya hidup serta makanan yang berada dalam negara.¹⁷⁻²⁰

1.3 Pertanyaan Penelitian

- a. Berapakah prevalensi usia menarke dini (usia menarke kurang dari 12 tahun) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?
- b. Berapakah prevalensi durasi menstruasi panjang (durasi menstruasi lebih dari 7 hari) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?

- c. Berapakah prevalensi jumlah darah banyak saat menstruasi (jumlah darah ≥ 5 pad standar (20 cm) dalam satu hari) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?
- d. Berapakah prevalensi riwayat keluarga dismenore primer yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?
- e. Berapakah prevalensi Indeks Massa Tubuh (IMT) rendah (IMT kurang dari $18,5 \text{ kg/m}^2$) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?
- f. Berapakah prevalensi Indeks Massa Tubuh (IMT) tinggi (IMT lebih dari $22,9 \text{ kg/m}^2$) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?
- g. Berapakah prevalensi aktivitas fisik rendah (aktivitas fisik kurang dari 3 kali/minggu dengan durasi minimal 30 menit per sesi) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?
- h. Berapakah prevalensi konsumsi makanan dan minuman cepat saji secara sering (makanan minimal 200 gram, minuman minimal 400ml lebih dari 2 kali dalam 1 minggu) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?
- i. Berapakah prevalensi kurangnya konsumsi coklat hitam batang (coklat hitam batang 80%, minimal 100 gram) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?
- j. Berapakah prevalensi stres (skor kuesioner *Depression, Anxiety and Stress Scale* – 21 lebih dari 14) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?
- k. Berapakah prevalensi kebiasaan merokok (saat ini atau sebelumnya pernah rutin merokok) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?

1. Berapakah prevalensi konsumsi alkohol secara sering (lebih dari 2 kali dalam 1 minggu) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengevaluasi frekuensi faktor-faktor risiko kejadian dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.

1.4.2 Tujuan Khusus

Penelitian ini bertujuan khusus untuk:

- a. Mengetahui prevalensi usia menarke dini (usia menarke kurang dari 12 tahun) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- b. Mengetahui prevalensi durasi menstruasi panjang (durasi menstruasi lebih dari 7 hari) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- c. Mengetahui prevalensi jumlah darah banyak saat menstruasi (jumlah darah ≥ 5 pad standar (20 cm) dalam satu hari) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- d. Mengetahui prevalensi riwayat keluarga dismenore primer yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- e. Mengetahui prevalensi Indeks Massa Tubuh (IMT) rendah (IMT kurang dari 18,5 kg/m²) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- f. Mengetahui prevalensi Indeks Massa Tubuh (IMT) tinggi (IMT lebih dari 22,9 kg/m²) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.

- g. Mengetahui prevalensi aktivitas fisik rendah (aktivitas fisik kurang dari 3 kali/minggu dengan durasi minimal 30 menit per sesi) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- h. Mengetahui prevalensi konsumsi makanan dan minuman cepat saji secara sering (makanan minimal 200 gram, minuman minimal 400ml lebih dari 2 kali dalam 1 minggu) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- i. Mengetahui prevalensi kurangnya konsumsi coklat hitam batang (coklat hitam batang 80%, minimal 100 gram) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- j. Mengetahui prevalensi stres (skor kuesioner *Depression, Anxiety and Stress Scale* – 21 lebih dari 14) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- k. Mengetahui prevalensi kebiasaan merokok (saat ini atau sebelumnya pernah rutin merokok) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.
- l. Mengetahui prevalensi konsumsi alkohol secara sering (lebih dari 2 kali dalam 1 minggu) yang merupakan faktor risiko terhadap dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun) di kota Jakarta-Tangerang.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademik

- a. Menjadi referensi bagi penelitian berikutnya terkait dengan dismenore primer dan faktor-faktor risiko kejadian dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun).

- b. Meningkatkan pengetahuan pembacanya mengenai dismenore primer dan faktor-faktor risiko kejadian dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun).

1.5.2 Manfaat Praktis

Memberikan informasi kepada masyarakat mengenai dismenore primer serta faktor-faktor risiko dismenore primer pada wanita muda (15 – 24 tahun).

