

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dismenore adalah nyeri saat menstruasi atau kram menstruasi. Nyeri yang dirasakan biasanya terjadi sekitar waktu menstruasi dimulai. Gejala biasanya berlangsung kurang dari tiga hari. Nyeri biasanya dapat dirasakan di panggul atau perut bagian bawah, dan dapat menyebar ke paha dan punggu bawah. Gejala lain dapat meliputi sakit punggung, diare, atau mual.<sup>1</sup>, muntah, diare, sakit kepala, pusing, disorientasi, pingsan dan kelelahan.<sup>8</sup>

Gejala dismenore dapat terjadi pada saat ovulasi terjadi dan dapat berlangsung hingga akhir menstruasi. Ini karena dismenore sering dikaitkan dengan perubahan kadar hormonal dalam tubuh yang terjadi pada saat ovulasi. Secara garis besar, prostaglandin memicu kontraksi otot-otot abdominal yang dapat menyebabkan nyeri dan gejala gastrointestinal.<sup>9</sup>

Estimasi prevalensi dismenore termasuk tinggi, hasilnya bervariasi yang berkisar antara 45 sampai 93% pada wanita usia subur.<sup>4</sup>, dengan kasus tertinggi adalah pada wanita remaja.<sup>5</sup> Sebagian wanita (3 hingga 33%) mengalami nyeri yang sangat parah, hingga membuat mereka tidak mampu melakukan aktivitas selama 1 hingga 3 hari setiap siklus menstruasi, yang membutuhkan mereka untuk absen dari aktivitas sehari-hari mereka.<sup>6</sup> Di Indonesia, kejadian dismenore cukup besar, telah dilaporkan bahwa 60-70% wanita di Indonesia menderita dismenore.

Produk susu adalah jenis pangan yang dihasilkan dari mamalia yang memproduksi susu. Mereka terutama dihasilkan dari mamalia seperti sapi, kerbau, kambing, domba, dan unta. Contoh-contoh susu termasuk makanan seperti yogurt, keju, susu, mentega, es krim, dan lain-lain.<sup>13</sup>

Tingkat konsumsi susu sangat bervariasi di seluruh dunia. Negara dengan konsumsi tertinggi dapat mengkonsumsi lebih dari 150kg per kapita per tahun, sedangkan konsumsi terendah hingga di bawah 30 kg per kapita per tahun. Menurut Kementerian Pertanian (Kementan), berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS), pada tahun 2019 konsumsi produk susu Indonesia hanya 16,23 L per kapita/tahun. Jumlah ini termasuk sangat rendah jika di bandingkan dengan negara-negara Asia Pasifik lainnya. <sup>14</sup>

Mekanisme produk susu dalam menyebabkan terjadinya dismenore masih kontroversial. Beberapa studi yang melaporkan bahwa produk susu dapat mengurangi kejadian dismenore, namun ada pula studi yang melaporkan bahwa produk susu dapat meningkatkan angka kejadian dismenore.

## **1.2. Rumusan Masalah**

- Penelitian sebelumnya yang menilai hubungan antara produk susu dan angka kejadian dismenore masih kontroversial.
- Dismenore merupakan salah satu masalah pada siklus menstruasi paling utama yang menyebabkan absenteisme sekolah pada remaja perempuan. <sup>17</sup>

## **1.3. Pertanyaan Penelitian**

- Apakah terdapat hubungan di antara konsumsi produk susu dan dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

## **1.4. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan Umum  
Mengetahui hubungan antara produk susu dengan dismenore
2. Tujuan Khusus
  - a. Mengetahui angka kejadian dismenore mahasiswa Fakultas Kedokteran UPH

- b. Mengetahui tingkat konsumsi susu mahasiswi Fakultas Kedokteran UPH

### **1.5. Manfaat Penelitian**

Studi kasus ini, diharapkan dapat memberikan manfaat bagi:

- i. Manfaat Akademik
  - a. Menambah pengetahuan untuk ilmu kedokteran tentang hubungan antara produk susu dan angka kejadian dismenore
  - b. Menjadi referensi untuk penelitian yang lain
- ii. Manfaat Klinis
  - a. Menjadi informasi bagi masyarakat dan tenaga kesehatan mengenai konsumsi susu dan pengaruhnya terhadap angka kejadian dismenore.

