

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Pubertas merupakan periode perkembangan fisik dan reproduksi yang terjadi pada masa remaja, di mana tubuh mengalami perubahan signifikan untuk mencapai kematangan seksual. Proses ini terjadi pada laki-laki dan perempuan, yang ditandai dengan perubahan akibat pengaruh dari perubahan hormon. Selain perubahan fisik, pubertas pada perempuan juga sering kali diiringi oleh perubahan emosi dan psikologis yang signifikan. BKKBN (Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional) Indonesia menjabarkan usia remaja dalam kategori *young adult* mulai dari 10 hingga 24 tahun. Pada fase tersebut remaja akan mengalami transformasi emosional, fisik dan sosial yang terlihat secara jelas. Proses ini sering dianggap sebagai jembatan antara masa kanak-kanak dan kedewasaan.

Pada periode ini, remaja mengalami pertumbuhan fisik yang pesat, perubahan hormon, dan pengembangan identitas diri. Salah satu hal yang penting diketahui terutama pada wanita adalah kesehatan reproduksi. Para wanita wajib untuk memahami kesehatan reproduksi sebagai bagian dari siklus. Salah satu aspek krusial adalah siklus menstruasi yang dapat menyebabkan gangguan menstruasi. (Kusmiran, 2014).

Menstruasi adalah siklus fisiologis bulanan pada perempuan yang melibatkan pelepasan darah dan jaringan dari dinding rahim. Proses ini merupakan bagian dari siklus normal menstruasi secara umum terjadi dalam periode 21-35 hari. Menstruasi dimulai pada masa pubertas sebagai tanda kesiapan reproduksi. Menstruasi wajar dan akan dialami oleh, wanita pada umumnya. Namun, masih banyak perempuan yang menghadapi kendala dalam siklus menstruasi mereka,

termasuk mengalami ketidaknyamanan seperti nyeri haid, yang umumnya dikenal sebagai dismenore.

Berdasarkan WHO, angka kejadian dismenore secara global mencapai melebihi 50% pada setiap negara. Pada negara Swedia angka terjadinya kejadian dismenore mencapai sekitar 72%, dan pada negara Amerika Serikat angka terjadinya dismenore terprediksi mencapai 90%, diantaranya rentang 10% sampai 15% teridentifikasi sebagai dismenore berat. Kejadian dismenore cukup sering terjadi di Indonesia. Untuk angka terjadinya kejadian dismenore primer diprediksi muncul sejumlah 54,89%, sementara sisanya 45,11% mengalami dismenore sekunder (Nurul, 2017).

WHO dan kemenkes RI menjelaskan bahwa status gizi merupakan kondisi keseluruhan tubuh seseorang yang mencerminkan seberapa baik atau seberapa buruk kebutuhan nutrisi mereka terpenuhi. Ini mencakup aspek-aspek seperti asupan makanan, penyerapan nutrisi, dan pemanfaatan zat-zat gizi oleh tubuh. Analisis terhadap status gizi dapat dilakukan dengan mempertimbangkan berbagai faktor, termasuk berat badan, tinggi badan, komposisi tubuh, dan tingkat energi. Status gizi dapat memengaruhi berbagai fungsi tubuh, termasuk siklus menstruasi pada perempuan, sehingga kecukupan dan keseimbangan gizi penting dalam upaya menjaga kesehatan reproduksi dan hormonal.

Penting bagi remaja wanita untuk menjaga status gizi yang baik agar dapat mengoptimalkan kesehatan reproduksi mereka, termasuk dalam fase luteal siklus menstruasi. Asupan gizi yang memadai berperan krusial dalam menyediakan energi bagi tubuh untuk memproduksi hormon-hormon penting seperti LH (*luteinizing hormone*), estrogen, progesteron dan FSH (*follicle-stimulating hormone*). Hormon-hormon ini memainkan peran sentral dalam regulasi siklus menstruasi dan keseimbangan hormonal. Fase luteal, yang terjadi setelah pelepasan sel telur, melibatkan peningkatan produksi progesterone. Status gizi yang optimal mendukung pembentukan dan fungsi hormon-hormon tersebut, sementara gangguan atau kekurangan gizi dapat mempengaruhi regulasi siklus haid dan kontraksi uterus. Oleh karena itu, menjaga pola makan sehat dan gizi seimbang

adalah langkah penting bagi remaja wanita dalam menjaga kesehatan reproduksi dan siklus menstruasi yang normal. Pengabaian pada aspek ini akan berimbas pada rasa tidak nyaman selama siklus menstruasi berlangsung (Proverawati, 2009).

Sejauh ini penelitian mengenai pengaruh status gizi terhadap terjadinya dismenore primer masih minim dilakukan, terlebih lagi penelitian yang sudah ada pun menggunakan populasi yang sangat sedikit dan terlebih lagi pada mahasiswa kedokteran Indonesia. Maka dari itu peneliti ingin melihat lebih lanjut apakah terdapat hubungan mengenai status gizi terhadap dismenore primer pada mahasiswa kedokteran Universitas Pelita Harapan.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Tujuan dari penelitian ini untuk melihat hubungan status gizi dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang sebelumnya belum dilakukan. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan pada status gizi dan dismenore terhadap mahasiswi pada Universitas Hang Tuah Surabaya. Meski begitu, belum ada informasi mengenai sampel yang diambil dari lingkungan Universitas Pelita Harapan. Berdasarkan pemaparan tersebut, penelitian ini dirancang untuk mengisi kesenjangan pengetahuan tersebut dan menyelidiki hubungan antara status gizi dengan dismenore primer terhadap mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

- 1) Bagaimana kondisi status gizi mahasiswi Fakultas Kedokteran di Universitas Pelita Harapan?
- 2) Berapa jumlah kejadian dismenore primer yang dialami oleh mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?
- 3) Apakah terdapat hubungan antara status gizi dan kejadian dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dan kejadian dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

- a) Untuk mengetahui gambaran Status Gizi Mahasiswi Fakultas Kedokteran di Universitas Pelita Harapan
- b) Untuk mengetahui jumlah kejadian dismenore primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- c) Untuk mengetahui Hubungan Status Gizi dengan Dismenore Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Akademis**

- a) Menjadi sumber bacaan atau jurnal pembanding untuk penelitian selanjutnya berkaitan dengan hubungan antara status gizi dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- b) Meningkatkan wawasan pembaca mengenai hubungan antara status gizi dengan dismenore primer pada menstruasi mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

### **1.5.2 Manfaat Praktis**

- a) Memberikan informasi kepada pembaca mengenai hubungan antara status gizi dengan dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.