

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dismenore atau nyeri haid merupakan nyeri kram yang hilang timbul di daerah perut bagian bawah bersamaan dengan datangnya siklus menstruasi. Beberapa wanita mengeluhkan kram yang dirasakan sering kali menyebabkan mual dan muntah, memar, sakit kepala dan perasaan yang tidak menyenangkan (Dehnavi *et al.*, 2018). Dismenore juga diketahui sebagai keluhan menstruasi yang berdampak besar pada kualitas hidup seorang wanita terutama terganggunya produktivitas untuk beraktivitas terutama bekerja (Ju, *et al.*, 2014). Dismenore yang biasanya dialami oleh wanita juga didefinisikan sebagai nyeri hipogastrik yang berasal dari rahim, dan terjadi setelah siklus ovulasi. Nyeri ini biasanya berlangsung dua atau tiga hari setiap periode menstruasi (Chen, *et al.*, 2015). Definisi dari nyeri sendiri adalah pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan yang terkait dengan kerusakan jaringan sebenarnya atau alih (*IASP Announces Revised Definition of Pain - IASP, 2020*).

Kejadian dismenore sering dialami oleh remaja. Di Malaysia 69,5% remaja putri di sana mengalami nyeri haid atau dismenore saat menstruasi. 52,7% dari siswi yang mengalami dismenore tersebut

mengeluhkan aktivitas sehari-hari mereka terganggu dan membutuhkan istirahat (Soe, *et al.*, 2017). Di Kendari 90,3% remaja putri mengalami dismenore saat menstruasi dan 9,7% tidak mengeluhkan dismenore (Nurwana, *et al.*, 2017). Sedangkan di Yogyakarta, tepatnya di Gamping, 89,2% remaja putri mengalami dismenore (Agustini, *et al.*, 2019). WHO mendefinisikan remaja sebagai individu dalam kelompok usia 15-24 tahun (*Adolescent Health*, 2020). Remaja merupakan masa dimana seseorang berkembang dari anak-anak menuju dewasa, yang ditunjukkan dari perubahan fisik, perkembangan seksual, psikologi dan sosial (*Adolescent Health*, 2020).

Dismenore memiliki 3 tingkatan atau derajat keparahan. Dengan modifikasi VMS (*Verbal Multidimensional Scoring System*) dan NRS (*Numeric Rating System*), dismenore dibagi menjadi dismenore ringan, sedang, dan berat. Dimana dari 77,7% wanita yang mengalami dismenore, 23% mengalami dismenore ringan, 49,3% mengalami dismenore sedang, dan 5,4% mengalami dismenore berat (Resmiati, 2020). Di Surakarta, 64,2% mengalami dismenore ringan, 23,7% mengalami dismenore sedang, dan 1,8% mengalami dismenore berat (Wrisnijati, *et al.*, 2019).

Dismenore memang bukanlah suatu penyakit, melainkan keluhan ginekologis yang dialami remaja wanita. Hal itu menyebabkan banyak wanita menjadi terganggu aktivitasnya dikarenakan dismenore. Sebanyak 40% dari wanita yang mengalami dismenore menyatakan bahwa saat nyeri

terjadi mengharuskan mereka untuk beristirahat dan berdampak kepada ketidakhadiran di sekolah maupun di pekerjaan (Syed dan Rao, 2020).

Dismenore yang dirasakan oleh banyak wanita terbukti mengganggu aktivitas sehari-hari. Sehingga sudah banyak metode yang dilakukan untuk mencegah nyeri haid bertambah parah, mulai dari metode farmakologi dan non farmakologi. Metode yang hingga saat ini direkomendasikan untuk mengurangi keparahan nyeri haid dapat berupa penggunaan pil kontrasepsi, *calcium channel blocker*, suplemen makanan olahraga dan pijat refleksi (Dehnavi, *et al.*, 2018). Obat anti inflamasi nonsteroid (NSAID) merupakan obat yang dapat mengurangi nyeri haid dikarenakan dapat menghalangi produksi prostaglandin yang merupakan penyebab dismenore terjadi (Marjoribanks *et al.*, 2015). Metode non-farmakologi yang sering dilakukan berupa olahraga, menghangatkan perut dan punggung dengan botol air panas, akupuntur dan kompresi, mengurangi kafein, pola makan yang baik, dan konsumsi jamu (Heidarimoghadam *et al.*, 2019).

Penelitian tentang faktor apa saja yang mempengaruhi kejadian dismenore telah banyak dilakukan. Status gizi, aktivitas fisik, riwayat alergi dan asupan magnesium merupakan faktor yang berhubungan dengan dismenore. Aktivitas fisik sendiri menjadi faktor dominan terhadap kejadian dismenore (Resmiati, 2020). Dijelaskan bahwa wanita yang beraktivitas rendah berisiko 8,8 kali mengalami dismenore dibanding dengan wanita yang beraktivitas sedang hingga tinggi (Resmiati, 2020).

Menarche pada usia awal dan lama menstruasi juga merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore (Nurwana, *et al.*, 2017). Ada pula indeks masa tubuh yang terhitung *underweight*, tidak teraturnya siklus menstruasi, ibu yang memiliki riwayat mengalami dismenore menjadi faktor risiko terjadinya dismenore (Hu *et al.*, 2020). Pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui faktor risiko apa saja yang berpengaruh terhadap derajat dismenore.

Dalam Al-Qur'an, Allah SWT berfirman tentang obat dari suatu nyeri:

Q.S. Asy-Syu'ara ayat 80

وَإِذَا مَرَضْتُ فَهُوَ يَشْفِينِ

Artinya: "Dan apabila aku sakit, Dialah Yang menyembuhkan aku."

Dalam ayat ini dijelaskan apabila seseorang mengalami sakit atau nyeri maka Allah yang memberi ridha seseorang untuk sembuh.

B. Rumusan Masalah

1. Adakah pengaruh antara usia *menarche* terhadap derajat dismenore?,
2. Adakah pengaruh indeks masa tubuh terhadap derajat dismenore?
3. Adakah pengaruh riwayat ibu terhadap derajat dismenore?
4. Adakah pengaruh antara aktivitas fisik terhadap derajat dismenore?

5. Adakah pengaruh antara konsumsi *junkfood* terhadap derajat dismenore?
6. Adakah pengaruh antara konsumsi makanan sehat terhadap derajat dismenore?
7. Adakah pengaruh antara upaya penanganan (kompres hanget, konsumsi jamu, minum obat, berbaring, dan istirahat) terhadap derajat dismenore?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor risiko apa saja yang mempengaruhi derajat dismenore.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh riwayat ibu terhadap derajat dismenore.
- b. Untuk mengetahui pengaruh aktivitas fisik terhadap derajat dismenore.
- c. Untuk mengetahui pengaruh usia *menarche* terhadap derajat dismenore.
- d. Untuk mengetahui pengaruh indeks masa tubuh terhadap derajat dismenore.
- e. Untuk mengetahui pengaruh konsumsi *junkfood* terhadap derajat dismenore.

- f. Untuk mengetahui pengaruh konsumsi makanan sehat terhadap derajat dismenore.
- g. Untuk mengetahui pengaruh upaya penanganan terhadap derajat dismenore.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat dan Remaja Wanita

Penelitian ini dapat memberi informasi mengenai dismenore dan faktor risiko apa saja yang mempengaruhinya

2. Bagi Profesi Dokter

Penelitian ini dapat melengkapi teori mengenai dismenore dan faktor risiko yang mempengaruhi derajat dismenore

3. Bagi Mahasiswa Kedokteran

Penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mahasiswa kedokteran mengenai dismenore dan faktor risiko yang mempengaruhi derajat dismenore.

E. Keaslian Penelitian

No.	Penulis. Judul. Tahun.	Variabel	Jenis penelitian	Hasil penelitian	Persamaan
1.	Hu.Zhao, <i>et al.</i> <i>Prevalence and Risk Factors Associated with Primary Dysmenorrhea Among Chinese Female University Students: a Cross-Sectional Study.</i> 2019.	Variabel dependen: dismenore Variabel independen: Pendapatan rumah tangga, riwayat ibu, usia <i>menarche</i> , siklus haid, dan sarapan.	Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain penelitian cross-sectional. Analisis data dilakukan dengan multivariat regresi logistic biner	Prevalensi dismenore primer pada mahasiswi Cina sebanyak 41,7%. Indeks masa tubuh <i>underweight</i> , pendapatan rumah tangga <80.000 CNY, riwayat ibu dismenore, usia <i>menarche</i> <12 tahun, siklus menstruasi yang tidak teratur, dan melewatkan sarapan menjadi faktor risiko dismenore.	Variable independen : riwayat ibu dan usia <i>menarche</i>
2.	Barcikowska, <i>et al.</i> <i>Dysmenorrhea and Associated Factors among Polish Women: A Cross-Sectional Study.</i>	Variabel dependen: dismenore Variabel Independen: riwayat dismenore ibu,	Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian <i>cross sectional</i> . Sampel sebanyak 1.127	Dismenore mempengaruhi 94% wanita dan lebih banyak terjadi pada responden yang ibunya memiliki riwayat dismenore, dan saudara	Variable independen : riwayat dismenore ibu, usia <i>menarche</i> ,

	2020	saudara perempuan yang mengalami dismenore, usia <i>menarche</i> , frekuensi stress, dan kurangnya aktivitas fisik.	mahasiswi.	perempuan yang mengalami dismenore. Faktor lain yang berhubungan dengan dismenore yaitu, usia <i>menarche</i> , frekuensi stress, dan kurangnya aktivitas fisik. Sedangkan faktor yang tidak berhubungan secara signifikan dengan dismenore yaitu, diet, merokok, indeks masa tubuh, dan asupan alkohol.	dan aktivitas fisik.
3.	Al-Matouq, <i>et al.</i> <i>Dysmenorrhea among high-school students and its associated factors in Kuwait.</i> 2019.	Variabel dependen: dismenore Variabel Independen: usia <i>menarche</i> , siklus menstruasi, konsumsi kopi, minum obat, riwayat operasi, jumlah	Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain penelitian <i>cross sectional</i> . Sampel sebanyak 763 mahasiswi dengan <i>purposive sampling</i> . Analisis data menggunakan regresi	Usia <i>menarche</i> , siklus menstruasi, dan konsumsi kopi berhubungan dengan kejadian dismenore dalam analisis multivariat.	Variable independen : indeks masa tubuh , usia <i>menarche</i> , aktivitas fisik, riwayat keluarga, konsumsi <i>junkfood</i> ,

		penggantian pembalut hari 1-2, riwayat keluarga dismenore, konsumsi <i>junkfood</i> , IMT, dan aktivitas fisik.	logistik.		minum obat.
--	--	--	-----------	--	-------------

Tabel 1. Keaslian Penelitian