

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Kesehatan reproduksi adalah keadaan baik dari fisik, mental, sosial yang utuh dalam segala hal yang berkaitan dengan fungsi, peran dari sistem reproduksi wanita. Pengetahuan kesehatan reproduksi sebaiknya dilakukan sejak remaja karena seseorang akan dapat mengenali kelainan pada kesehatan reproduksinya sedini mungkin, terutama tentang menstruasi. Menstruasi atau haid mengacu pada pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Ketika masa siklus menstruasi pada wanita, tidak sedikit yang mengalami ketidaknyamanan fisik sehingga terasa mengganggu (Kinanti, 2009). Menurut Fritz dan Speroff (2011), masalah menstruasi yang dialami merupakan peristiwa wajar dialami, salah satunya seperti *dismenore*. *Dismenore* merupakan nyeri haid yang biasanya bersifat kram dan berpusat pada perut bagian bawah yang terasa selama menstruasi sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, dikarenakan otot rahim mengalami kontraksi sehingga menimbulkan rasa kram atau nyeri.

Di Indonesia belum ada angka pasti mengenai jumlah wanita muda yang mengalami *dismenore* primer. Namun, terdapat beberapa penelitian yang bertujuan untuk mengetahui prevalensi kejadian *dismenore* di Indonesia. Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik (BPS) di Sukoharjo pada tahun 2012, jumlah wanita di Kabupaten Sukoharjo usia 10-19 tahun sebanyak 69.797 atau 8,14% jiwa, dari jumlah tersebut menurut data yang diperoleh dari Puskesmas wilayah Kabupaten Sukoharjo, total jumlah kunjungan pasien *dismenore* yaitu sebanyak 237 kasus. Pada tahun 2007 sebanyak 54,89% wanita di Indonesia mengalami *dismenore*, sementara data WHO sebanyak 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami *dismenore* diantaranya 10% mengalami *dismenore* berat. Pada tahun 2013, kejadian *dismenore* mempengaruhi 85% di kalangan wanita dan lebih dari 20% merasakan nyeri hebat sehingga tidak dapat beraktivitas 1-3 hari di setiap siklus haidnya, maka diperoleh data 50% dari seluruh wanita di dunia

mengalami *dismenore* (Sugi, 2013). Upaya yang sering dilakukan wanita untuk mengatasi *dismenore* antara lain mengonsumsi obat pereda nyeri haid, minuman khusus menstruasi, dan suplemen kalsium serta mengompres dengan air hangat (Ghozali, 2015).

Menurut penelitian Safitri, dkk (2015) menunjukkan bahwa terdapat hubungan asupan kalsium dan aktivitas olahraga dengan kejadian *dismenore* pada siswi kelas XI di SMAN 2 Palu. Siswi yang kurang asupan kalsium dan olahraga berisiko lebih besar mengalami *dismenore* karena peran kalsium tidak maksimal didalam tubuh sehingga otot reproduksi tidak dapat merelaksasi. Penelitian Nafiroh (2013) menunjukkan bahwa 78,3% siswi yang pengetahuan mengenai *dismenore* rendah maka dapat berisiko mengalami *dismenore* hal ini disebabkan karena pengetahuan berperan penting terutama dalam memilih makanan terkait kandungan gizinya.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti tertarik untuk mengetahui lebih jauh mengenai “Hubungan Asupan Kalsium dan Gambaran Pengetahuan Terhadap Kejadian *Dismenore* pada Remaja Putri Usia 16-18 Tahun di SMA Negeri 34 Jakarta Selatan” berdasarkan tinjauan yang dilakukan bahwa jumlah siswi lebih banyak dibandingkan siswa, sehingga peneliti mengasumsikan bahwa resiko terjadi *dismenore* lebih besar.

## **I.2 Hipotesis**

Adanya hubungan antara asupan kalsium dan gambaran pengetahuan terhadap kejadian *dismenore* pada remaja putri usia 16-18 tahun di SMA Negeri 34 Jakarta Selatan.

## **I.3 Tujuan Penelitian**

### **I.3.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan asupan kalsium dan gambaran pengetahuan terhadap kejadian *dismenore* pada remaja usia 16-18 tahun di SMA Negeri 34 Jakarta Selatan.

### **I.3.2 Tujuan Khusus**

- a) Mengetahui gambaran asupan kalsium remaja putri terhadap kejadian *dismenore*
- b) Mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri ketika mengalami *dismenore*
- c) Mengetahui hubungan asupan kalsium remaja putri terhadap kejadian *dismenore*
- d) Mengetahui hubungan gambaran pengetahuan remaja putri terhadap kejadian *dismenore*

### **I.4 Rumusan Masalah**

Berdasarkan data yang tersedia yang menunjukkan tingginya kejadian *dismenore* pada wanita terutama remaja, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan asupan kalsium dan gambaran pengetahuan terhadap kejadian *dismenore* pada remaja putri.

### **I.5 Manfaat Penelitian**

#### **I.5.1 Bagi Peneliti**

Penelitian yang dilakukan diharapkan dapat menambah wawasan dan pengalaman kepada peneliti serta dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

#### **I.5.2 Bagi Institusi**

Hasil penelitian dapat menambah karya penelitian dan kepustakaan untuk fakultas ilmu kesehatan sebagai bahan referensi dalam penelitian selanjutnya.

#### **I.5.3 Bagi Sekolah**

Memberikan informasi mengenai hasil penelitian kepada sekolah untuk memperluas pengetahuan mengenai *dismenore* termasuk upaya yang dapat dilakukan untuk mencegah atau mengatasi kejadian *dismenore*.

#### **I.5.4 Bagi Orangtua**

Memberikan informasi mengenai hasil penelitian kepada orangtua untuk membantu menambahkan asupan makanan gizi seimbang terutama untuk asupan kalsium pada saat masa menstruasi yang dapat meringankan kejadian *dismenore*

#### **I.6 Ruang Lingkup**

Penelitian dilakukan dengan jenis penelitian kuantitatif dengan menggunakan desain penelitian *Cross Sectional*. Pengumpulan data didapat dengan melakukan pengisian *food frequency questionnaire* (FFQ) untuk mengetahui asupan kalsium dan pengisian kuisioner untuk mengetahui gambaran pengetahuan terhadap kejadian *dismenore* di SMA Negeri 34 Jakarta Selatan.



