

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan pendarahan yang terjadi secara teratur dari *uterus* yang disertai peluruhan endometrium. Menstruasi yang terjadi pada remaja putri dapat disertai dengan keluhan. Pada masa awal menstruasi remaja putri rentan mengalami keluhan, salah satu keluhan yang dialami oleh remaja putri yaitu *dismenorea*. *Dismenorea* sering kali menyebabkan gangguan konsentrasi, nafsu makan menurun, susah tidur, dan merasa pusing (Julaecha dkk, 2023).

Angka kejadian *dismenorea* berdasarkan data *World Health Organization* (2020), angka kejadian *dismenorea* di dunia sebanyak 90% wanita mengalami *dismenorea* saat menstruasi. Angka kejadian *dismenorea* di Indonesia menurut data Riset Kesehatan Dasar Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (2017), angka kejadian *dismenorea* 64,25% dari wanita subur dan 78,6% kelompok remaja.

Prevalensi kejadian *dismenorea* di provinsi Bali menurut Dinas Kesehatan Provinsi Bali (2019), jumlah kasus *dismenorea* yaitu 9,52% (29.505 jiwa) yang terdiri dari *dismenorea* primer dan sekunder, angka kejadian *dismenorea* di Kota Denpasar yaitu 7,17% (2.115 jiwa). Berdasarkan data pokok Pendidikan Kebudayaan (2024), jumlah remaja paling banyak berada di Denpasar Utara.

Menurut Anggara dkk, (2026) Terdapat berbagai faktor yang menyebabkan terjadinya *dismenorea* pada remaja putri yaitu status gizi, aktivitas fisik, faktor psikologis serta usia *menarche*. Status gizi merupakan ukuran keberhasilan seseorang dalam pemenuhan nutrisi yang diindikasikan oleh berat badan dan tinggi

badan. Pada remaja putri dengan status gizi kurang terjadi perubahan hormon gonadotropin untuk mensekresi hormon LH dan FSH karena hal tersebut hormon estrogen akan berdampak sehingga berdampak pula pada siklus menstruasi. Ketidakseimbangan hormon estrogen menyebabkan terbentuknya hormon prostaglandin yang berlebih dan dapat menyebabkan *vaso spasme* pada *arteriol uterin* yang membuat iskemia dan kram pada perut bagian bawah sehingga terjadi *dismenorea* (Retno dan Amalia, 2023).

Prevalensi status gizi remaja putri di dunia menurut data *World Health Organization* tahun 2020 menyatakan bahwa 25,9% remaja putri mengalami gizi kurang, 17,5% gizi lebih, dan 5,6% mengalami obesitas. Berdasarkan survei kesehatan Indonesia tahun 2023 prevalensi status gizi kurang dan sangat kurang pada remaja usia 13-15 tahun sebesar 7,6 %, gizi lebih (*overweight*) 12,1% dan obesitas 4,1%. Prevalensi data berdasarkan hasil riset kesehatan dasar (2018) angka status gizi remaja dengan kategori status gizi kurang di Provinsi Bali tahun 2018 adalah 6,0% dan obesitas sebesar 36,93%. Di Kota Denpasar data status gizi remaja dengan kategori kurus tahun 2018 sebanyak 7,54% dan angka obesitas sebanyak 40,02%.

Penelitian yang dilakukan oleh Retno dan Amalia (2023) menemukan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea* namun masih ada keterbatasan *p-value = 0,003* yang artinya ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea*. Penelitian yang dilakukan oleh Ginting dkk, (2021) di SMA Negeri 1 tambun utara Kabupaten Bekasi tahun 2018, dengan sampel penelitian sebanyak 96 responden penelitian menunjukkan hasil ada

hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea* pada remaja putri dengan $p\text{-value} = 0,023 < \alpha (0,05)$ dengan $OR = 2,870$.

Penanganan *Dismenorea* yang dilakukan Pemerintah Indonesia bekerja sama dengan badan kependudukan dan keluarga berencana nasional mendirikan organisasi pusat informasi dan konseling remaja (PIK-R) di sekolah jenjang SMP, SMA, dan perguruan tinggi untuk memberikan edukasi kepada remaja mengenai kesehatan reproduksi. Penanganan permasalahan gizi bagi anak sekolah yang dilakukan oleh pemerintah yaitu pemerintah bersama Kementerian Pendidikan dan Kebudayaan telah membuat suatu program yaitu program gizi anak sekolah pada tahun 2018, dimana program ini memberikan sarapan kepada siswi untuk meningkatkan status gizi, kebiasaan sarapan, dan pendidikan berkarakter dalam membiasakan hidup bersih dan sehat (Maharani dkk, 2025 ; Wikurendra, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 2 Denpasar studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui pendekatan wawancara kepada 15 remaja putri yang sudah mengalami menstruasi, ditemukan data bahwa 80% (12 kasus) remaja putri yang mengalami *dismenorea* dan cenderung sering mengonsumsi makanan yang kurang bergizi sehingga perubahan berat badan cenderung dialami.

Pembaruan dalam penelitian ini yaitu berfokus pada perhitungan status gizi yang dilakukan dengan pengukuran langsung menggunakan alat ukur berat badan berupa timbangan digital dan mengukur tinggi badan dengan menggunakan alat ukur *microtoise*, selain itu peneliti juga menggunakan tabel acuan Indeks Massa Tubuh (IMT) remaja putri dengan indikator perhitungan indeks massa tubuh berdasarkan usia yang ditetapkan oleh WHO 2007.

A. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang tersebut, maka permasalahan yang akan diteliti dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan status gizi dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar”.

B. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus penelitian ini adalah :

- a. Mengidentifikasi status gizi pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar.
- b. Mengidentifikasi kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar.
- c. Menganalisis hubungan status gizi dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar.

C. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Memberikan sumbangan ilmiah terhadap ilmu pengetahuan yang berhubungan dengan status gizi dan kejadian *dismenorea primer* serta hubungan kedua komponen tersebut pada remaja putri.

2. Manfaat praktis

a. Bagi subjek penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat berfungsi sebagai media edukasi dan meningkatkan literasi kesehatan reproduksi bagi responden

b. Bagi pelayanan Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber rujukan dalam pengembangan strategi pelayanan kesehatan yang bersifat preventif.

c. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi bagi keluarga sebagai unit terkecil masyarakat dalam menyusun pola konsumsi rumah tangga yang mendukung kesehatan reproduksi anak perempuan, guna mencegah dampak jangka panjang dari malnutrisi dan gangguan siklus menstruasi.

d. Bagi peneliti

Penelitian ini bagi peneliti diharapkan akan mampu menambah pengetahuan untuk menerapkan teori penulis terutama yang berkaitan dengan hubungan status gizi dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri.

e. Bagi institusi pendidikan

Bagi institusi diharapkan mampu menambah literatur sebagai dasar penelitian khususnya tentang hubungan status gizi dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri.