

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan fisik, psikis dan psikososial. Sedangkan definisi menurut WHO, Ketika seseorang pertama kali mulai menunjukkan perubahan dalam isyarat intim, Pemuda prihatin dengan pertumbuhan intelektual dan pola persepsi diri masa kanak-kanak serta transisi ke ketergantungan sosial ekonomi yang relatif mandiri.

Sebagian besar Sebelum dan selama menstruasi, remaja putri yang mengalami menstruasi secara teratur biasanya mengalami dismenore atau disebut juga kram menstruasi. Kondisi ginekologi yang dikenal dengan dismenore (dismenore) disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon progesteron dalam tubuh. Hal ini menyebabkan wanita mengalami sensasi terbakar, yang sangat umum terjadi. Produksi prostaglandin pada wanita dismenorea sepuluh kali lebih tinggi daripada wanita non-dismenorea. Menurut Irianto (2017), prostaglandin meningkatkan kontraksi rahim dan mengaktifkan usus besar secara berlebihan. Nyeri di perut bagian bawah, yang biasanya datang bersamaan dengan menstruasi, merupakan salah satu rasa tidak aman yang dialami hampir setiap wanita juga dengan rasa pusing, mual bahkan ada juga yang sampai pingsan. Menurut Path (2017) Kram menstruasi dapat diperparah dengan banyak mengonsumsi gula, garam, kopi, teh, cokelat, minuman bersoda, makanan siap saji (fast food), produk susu, dan makanan

olahan. Oleh karena itu, menghindari alkohol, kopi, es krim, makanan berlemak, dan coklat disarankan untuk mengurangi nyeri.

Dismenore dilaporkan oleh World Health Organization (WHO) pada tahun 2017 pada sekitar 10-15% anak muda dari total 1.769.425 orang. Menurut Anugroho (2018), 10% anak muda di Inggris mengalami dismenore yang sangat parah sehingga harus bolos sekolah 1-3 hari per bulan karenanya. Dismenore dapat mempersulit gadis-gadis muda untuk melakukan hal-hal yang biasanya mereka lakukan, yang merusak nilai mereka di sekolah karena mereka tidak dapat menemukan cara untuk menjadi lebih baik. (Sallika,2019).

Menurut Rohmat (2018) Aktivitas seseorang dalam aktivitas praktik berupa tindakan, pikiran, dan perhatian. Remaja putri yang mengikuti kegiatan pelatihan dapat mengganggu pelatihan, sulit berkonsentrasi, dan kurang semangat, yang dapat menyebabkan beberapa remaja putri tidak bersekolah.

Di Indonesia, dismenore diderita sekitar 107.673 orang (64,25 persen), dengan dismenore primer dialami 59.671 orang (54,89 persen) dan 9,496 jiwa (9,36%) mengalami dismenorea sekunder (Herwati,2017). Data dari Riskeudas Depkes RI (2020) menunjukkan penderita dismenorea mencapai 60-70% wanita. Belum ada data pasti tentang prevalensi dismenore di Provinsi Sumatera Utara; Namun, studi Ellen Vita Extract tahun 2019 pada siswi kategori VIII dan IX di SMP Negeri 1 Dolok Masihul menunjukkan bahwa 745,5% dari 106 responden mengalami dismenore primer. (Ellen,2019).

SMP Negeri 1 Batang Kuis dapat ditemukan di Dusun Terkini, Kecamatan Batang Tes, Kabupaten Deli Serdang, Provinsi Sumatera Utara, di

Jalur Batang Cerdas - Lubuk Pakam. Tes Batang untuk SMP Negeri 1. Survei awal terhadap 40 siswi kategori VII sampai IX diketahui bahwa 40 orang (100 persen) mengalami haid teratur dan 30 orang (90 persen) mengalami dismenore. Selanjutnya terdapat 25 siswa dengan keluhan dismenore kategori nyeri ringan (50 persen), 15 siswa dengan keluhan dismenore pada kategori nyeri berat (25 persen), dan 5 siswa dengan keluhan dismenore pada kategori nyeri tidak tertahankan (15). persen). 40 siswi dismenore berpartisipasi dalam survei awal yang diamati dari pola makannya didapatkan bahwa 80% siwi SMP Negeri 1 Batang Kuis mengalami kejadian dismenore karena pola makan yang tidak sehat.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan konsumsi pola makan dengan kejadian dismonere di SMP Negeri 1 Batang Kuis.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Adapun rumusan masalah berdsarkan latar belakang dalam penelitian ini yaitu:

1. apakah ada hubungan konsumsi pola makan dengan kejadian dismonere di SMP Negeri 1 Batang Kuis.
2. Apakah ada hubungan frekuensi makanan sehat dengan dismenore di SMP Negeri 1 Batang Kuis

## **1.3 Tujuan**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara pola makan dengan dismenore pada remaja putri di SMPN 1 Batang Kuis.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran kejadian dismonere pada remaja putri di SMP Negeri 1 Batang Kuis
2. Mengetahui hubungan konsumsi pola makan dengan kejadian dismonere pada remaja putri di SMP Negeri 1 Batang Kuis.
3. Mengetahui tingkat dismenore pada remaja putri SMPN 1 Batang Kuis

### **1.4 Manfaat Penelitian**

1. Bagi Universitas Islam Negeri Sumatera Utara  
Sebagai bahan acuan ataupun referensi dalam proses belajar mengajar.
2. Bagi Masyarakat dan Tempat yang diteliti  
dapat berbagi informasi terkait hubungan dismenore pada remaja putri dengan pola konsumsi .
3. Bagi Pemerintah  
Sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan pendidikan kesehatan kepada siswi sekolah.
4. Bagi Peneliti  
dapat memberikan kontribusi pengetahuan dan pengalaman untuk studi kasus dismenore yang melibatkan diet pada remaja putri.