BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dismenore merupakan adanya gangguan fisik pada wanita yang mengalami menstruasi, yang dikarakteristikkan dengan adanya nyeri pada saat menstruasi, dan nyeri tersebut bisa terjadi sebelum atau selama menstruasi dalam waktu yang singkat (Yeita, 2020).

Gejala utamanya adalah nyeri yang dimulai pada menstruasi. Nyeri dapat terasa tajam, tumpul, siklik ataupun menetap. Nyeri juga dapat berlangsung beberapa jam sampai 1 hari. Terkadang gejala tersebut dapat lebih lama dari satu hari, tapi jarang melebihi 72 jam. Gejala-gejala sistemik yang menyertai berupa mual, diare, sakit kepala dan perubahan emosional (Nur, 2019).

Menurut World Health Organization (WHO) angka kejadian dismenore cukup tinggi berkisar 16,8-81%. Pada Negara Eropa angka kejadian dismenore berkisar 45,97% pada wanita. Pada Negara Amerika Serikat, dismenore diakui sebagai penyebab ketidakhadiran remaja putri di sekolah, selain itu juga dilakukan survey pada 113 wanita di Amerika Serikat dan Prevalensinya berkisar 29-44%, paling banyak terkena dismenore adalah wanita berusia 18-45 tahun (Sari dkk., 2022). Negara Swedia sekitar 72% dan 10-15% diantaranya mengalami dismenore berat, sehingga menyebabkan remaja tersebut tidak bisa sama sekali melakukan aktivitas apapun (Sari & Hayati, 2020). Data dari Urmia University of Medical Science, Azarbaijin Barat, Iran, dari menunjukkan bahwa dari 293 mahasiswi terdapat 74,3%

merasakan nyeri ringan, 17,7% merasakan nyeri sedang dan 10,9% nyeri berat pada saat dismenore (Nurfadillah dkk., 2021).

Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Dismenorea terjadi pada remaja dengan prevalensi 43% sampai 93% dan sekitar 74% sampai 80% remaja mengalami dismenorea ringan. Selain itu, dismenorea pada remaja dengan nyeri panggul atau dengan kejadian endometriosis diperkirakan 25%-38%. Diperkirakan 25-38% tidak menanggapi pengobatan nyeri haid secara positif, dan endometriosis ditemukan pada 67% kasus. 60-70% wanita di Indonesia mengalami kondisi tersebut, 15% diantaranya mengeluhkan keterbatasan aktivitas akibat dismenorea (Desi dkk., 2023).

Berdasarkan hasil survei lapangan yang dilakukan di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu, dengan menggunakan metode *semi food frequency questionnaire*, terungkap bahwa rata-rata asupan zat besi yang dikonsumsi oleh 10 responden adalah 4,62 gram, angka ini jauh lebih rendah dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG 2019) yang merekomendasikan asupan zat besi untuk usia remaja sebesar 15 gr/hr dan rata-rata asupan asam folat yang dikonsumsi oleh 10 responden adalah 236,76 gr/hr, angka ini jauh lebih rendah dibandingkan dengan Angka Kecukupan Gizi (AKG 2019) yang merekomendasikan asupan asam folat untuk usia remaja sebesar 400 gr/hr. Selain itu, melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner, ditemukan bahwa dari 10 responden, 6 diantaranya mengalami aktivitas sedang sedangkan 4 diantaranya mengalami aktivitas ringan dan ditemukan bahwa

dari 10 responden, 7 diantaranya mengalami dismenore sedang, 2 mengalami dismenore ringan dan 1 tidak mengalami dismenore.

Berdasarkan Latar Belakang diatas, maka diketahui tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan konsumsi zat besi, asam folat dan aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu Tahun 2025

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan konsumsi zat besi, asam folat dan aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu Tahun 2025 ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan antara konsumsi zat besi, asam folat dan aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui gambaran zat besi remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu

b. Diketahui gambaran asam folat remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu

c. Diketahui gambaran aktivitas fisik remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu

d. Diketahui gambaran kejadian dismenore remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu

Kemenkes Poltekkes Bengkulu

e. Diketahui hubungan konsumsi zat besi dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu

f. Diketahui hubungan konsumsi asam folat dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu

g. Diketahui hubungan aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMK Negeri 3 Kota Bengkulu

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Institusi

Sebagai referensi bagi mahasiswa kesehatan, khususnya bagi mahasiswa jurusan gizi yang dapat meningkatkan pemahaman tentang hubungan konsumsi zat besi, fosfor, aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada remaja putri.

2. Manfaat Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada masyarakat mengenai hubungan konsumsi zat besi, fosfor, aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada remaja putri.

3. Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini merupakan salah satu persyaratan untuk menyelesaikan pendidikan di jurusan Sarjana Terapan Gizi dan Dietetika Poltekkes Kemenkes Bengkulu, dan diharapkan dapat memberikan tambahan wawasan dan pengalaman.

4. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam memperluas wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan pola

aktivitas fisik, dan status gizi dengan kejadian dismenore pada remaja putri.

Kemenkes
Poltekkes Bengkulu

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama dan Tahun Penelitian	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	Nur Masruroh, dkk tahun 2018	Hubungan Kejadian Dismenore Dengan Asupan Fe (Zat Besi) Pada Remaja Putri	Cross Sectional	Ada hubungan kejadian dismenorea dengan asupan Fe (zat Besi)	Pengukuran Derajat nyeri; Pada penelitian yang akan dilakukan menambahkan variabel Asam Folat
2.	Desi Wildayani, dkk tahun 2023	Hubungan Asupan Zat Besi Dan Kalisum Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri	Cross Sectional	Tidak ada hubungan antara asupan zat besi (Fe) dengan kejadian dismenore	Tempat penelitian; Pada penelitian mengganti variabel Kalsium menjadi Asam Folat
3.	Yusrah Taqiyah, Fatma Jama, Najihah tahun 2022	Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer	Cross Sectional	Kebiasaan Makan dan olahraga kurang memiliki pengaruh yang signifikan terhadap kejadian dismenore primer	Mengganti variabel penelitian
4.	Marissa, Any Tri Hendarini tahun 2021	Hubungan Asupan Zat Besi, Zinc, dan Asam Folat dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kampar Utara Tahun 2021	Cross Sectional	Terdapat hubungan yang signifikan antara zat besi dengan kejadian anemia dan tidak terdapat hubungan signifikan antara asupan asam folat dengan kejadian anemia	Tempat penelitian; tidak menggunakan variabel zinc
5.	Wiga Nurlatifa Ramadhoni, Nasuka, Adiska Rani Ditya Candra, Erwin Nizar Priambodo tahun 2022	Aktifitas Fisik Mahasiswa Pendidikan Kepelatihan Olahraga Selama Pandemi Covid-19	Purposive Sampling	Covid-19 tidak menjadi halangan bagi para siswa untuk terus melakukan kegiatan aktifitas fisik	Mengganti variabel penelitian; Kejadian penyakit yang diganti
6.	Febriana Muchtar, Devi Savitri Effendy tahun 2023	Penilaian Asupan Zat Besi Remaja Putri Di Desa Mekar Kecamatan Soropia Kabupaten Konawe		Diperoleh terdapat 3 defisit ringan, 5 mengalami defisit berat, 1 diatas kebutuhan, 1 normal	Penambahan variabel; Tempat penelitian