

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenore dapat diartikan sebagai rasa nyeri pada kuadran bawah abdomen atau panggul yang menjalar ke punggung atau paha yang muncul selama menstruasi.¹ Gejala lainnya yaitu berkeriangat, nyeri kepala, mual, muntah, diare.² Dismenore dibagi menjadi primer dan sekunder, dismenore primer adalah dismenore yang tidak disebabkan oleh kelainan patologis lain dan dismenore sekunder adalah dismenore yang disebabkan oleh kelainan patologis lain seperti endometriosis, mioma uteri, dan adenomiosis.¹ Angka kejadian dismenore di dunia tahun 2012 sekitar 90%.³ Prevalensi dismenore di Indonesia tahun 2008 sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Pada tahun 2011, angka kejadian dismenore primer pada remaja wanita usia 14–19 tahun di Indonesia sekitar 54,89%.⁴

Faktor – faktor risiko yang memengaruhi dismenore adalah usia, indeks massa tubuh yang tinggi, menarche yang terjadi pada usia dini, durasi menstruasi yang panjang.⁶ Ansietas juga berhubungan dengan peningkatan risiko dismenore.⁷ Menurut penelitian sebelumnya, terdapat 28 siswi mengalami dismenore, 8 orang di antaranya sering kali ijin untuk tidak mengikuti proses belajar setiap bulannya karena mengalami dismenore. Sedangkan siswi lainnya yang mengalami dismenore tetap mengikuti proses pelajaran di sekolah namun tidak dapat berkonsentrasi karena gejala yang dirasakan.⁸

Dismenore dapat diatasi baik secara farmakologis dan non farmakologis. Secara non-farmakologis yaitu istirahat yang cukup, mengonsumsi minuman hangat berkalsium tinggi, relaksasi dalam atau yoga, melakukan aktivitas fisik seperti olahraga.⁹ Sedangkan secara farmakologis, penanganan dismenore meliputi obat – obatan OAINS.

Dengan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul Faktor – Faktor yang Memengaruhi Dismenore Primer pada

Siswi Kelas XII SMA Negeri 5 Bandung.

1.2 Identifikasi Masalah

- 1) Bagaimana pengaruh usia menarche terhadap dismenore.
- 2) Bagaimana pengaruh aktivitas fisik terhadap dismenore.
- 3) Bagaimana pengaruh durasi menstruasi terhadap dismenore.
- 4) Bagaimana pengaruh riwayat keluarga terhadap dismenore.
- 5) Bagaimana pengaruh kecemasan terhadap dismenore.
- 6) Bagaimana pengaruh Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap dismenore.

1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian

1.3.1 Maksud Penelitian

Untuk mengetahui faktor – faktor yang memengaruhi dismenore pada siswi kelas XII SMAN 5 Bandung.

1.3.2 Tujuan Penelitian

- 1) Mengetahui pengaruh usia menarche terhadap dismenore.
- 2) Mengetahui pengaruh aktivitas fisik terhadap dismenore.
- 3) Mengetahui pengaruh durasi menstruasi terhadap dismenore.
- 4) Mengetahui pengaruh riwayat keluarga terhadap dismenore.
- 5) Mengetahui pengaruh kecemasan terhadap dismenore.
- 6) Mengetahui pengaruh Indeks Massa Tubuh (IMT) terhadap dismenore.

1.4 Manfaat Penelitian

1. Manfaat Akademik

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pengetahuan tambahan tentang kesehatan reproduksi di SMA.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat diharapkan dapat memberi informasi kepada masyarakat tentang faktor – faktor apa saja yang memengaruhi dismenore primer.

1.5 Kerangka pemikiran dan Hipotesis Masalah

1.5.1 Kerangka Pemikiran

Dismenore primer umumnya disebabkan oleh sekresi prostaglandin yang menyebabkan kontraksi dari dinding uterus.¹⁰ Dismenore umumnya terjadi tepat sebelum haid dimulai, karena pada saat itu tingkat produksi prostaglandin pada lapisan uterus meningkat.¹⁰ Menarche atau menstruasi pertama pada umumnya dialami remaja pada usia 12 – 14 tahun, namun pada beberapa kasus dapat terjadi pada usia < 12 tahun.¹¹ Pada umur menarche yang terlalu muda (< 12 tahun) organ – organ reproduksi belum berkembang secara maksimal dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, sehingga akan menimbulkan rasa sakit pada saat menstruasi.¹² Semakin lama durasi menstruasi terjadi, maka semakin sering uterus berkontraksi, akibatnya semakin banyak pula prostaglandin yang dikeluarkan. Akibat prostaglandin yang berlebihan maka timbul rasa nyeri pada saat menstruasi.¹³

Status gizi lebih dapat juga mengakibatkan dismenore karena pada kondisi overweight atau obesitas, terdapat lemak yang berlebihan, dan mempengaruhi rasio estrogen dan progesteron. Adanya estrogen yang berlebihan pada fase luteal akan diikuti dengan produksi prostaglandin berlebih sehingga terjadi dismenore. Begitu pula dengan orang yang mempunyai status gizi kurang juga terjadi gangguan fungsi reproduksi dan perubahan kadar hormon estrogen yang akan mempengaruhi keteraturan siklus menstruasi.¹⁴

Kecemasan juga dapat memengaruhi dismenore, karena pada saat cemas, tubuh kita mensekresi hormon – hormon seperti estrogen, progesteron dan vasopressin yang memicu peningkatan kontraktilitas uterus penyebab dismenore.¹⁵

Saat melakukan olahraga, tubuh menghasilkan endorfin yang dihasilkan oleh otak dan susunan syaraf tulang belakang, pada hal ini endorfin sangat efektif untuk mengurangi rasa nyeri, dengan alasan ini maka semakin sering kita melakukan olahraga, dismenore akan berkurang.¹⁶ Riwayat keluarga (ibu atau saudara perempuan kandung) merupakan salah satu faktor risiko dismenore. Kondisi anatomi dan fisiologis dari seseorang pada umumnya hampir sama dengan orang tua dan saudara – saudaranya.¹³

1.5.2 Hipotesis Masalah

- 1) Usia menarche memengaruhi dismenore.
- 2) Aktivitas fisik memengaruhi dismenore.
- 3) Durasi menstruasi memengaruhi dismenore.
- 4) Riwayat keluarga memengaruhi dismenore.
- 5) Kecemasan memengaruhi dismenore.
- 6) Indeks Massa Tubuh (IMT) memengaruhi dismenore.