

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan masa dimana peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Perubahan perkembangan tersebut meliputi aspek fisik, psikis dan psikososial. Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Remaja ialah masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial (Sofia & Adiyanti, 2013)

Dismenore (nyeri haid) adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim yang terjadi selama haid. Dismenore terdiri dari dismenore primer dan sekunder. menurut penelitian Larasati & Alatas (2016), menemukan sebanyak 90% dari remaja wanita di seluruh dunia mengalami masalah saat haid dan lebih dari 50% dari wanita haid mengalami dismenore primer. Dismenore primer merupakan nyeri haid yang tidak didasari oleh kondisi patologis, sedangkan dismenore sekunder merupakan nyeri haid yang didasari dengan kondisi patologis. Bentuk nyeri haid atau dismenore yang banyak dialami oleh remaja putri adalah kekakuan atau kejang dibagian bawah perut. Rasanya sangat tidak nyaman sehingga menyebabkan mudah marah, gampang tersinggung, mual, muntah,

kenaikan berat badan, perut kembung, punggung terasa nyeri, sakit kepala, timbul jerawat, tegang, lesu, dan depresi (Larasati & Alatas, 2016).

Dismenore atau nyeri haid merupakan masalah umum yang terjadi pada hampir seluruh wanita usia reproduksi di dunia, hal ini dibuktikan dengan adanya penelitian berdasarkan Badan Kesehatan Dunia *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 angka *dysmenorrhea* di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami *dysmenorrhea*. Setiap negara presentase *dysmenorrhea* ini berbeda-beda, seperti di Swedia sekitar 72%, di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dysmenorrhea* dan 10-15% diantaranya mengalami *dysmenorrhea* berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun (WHO, 2018). Menurut data dari *Association of Southeast Asian Nations* (ASEAN) pada tahun 2018, presentase dismenore di negara Singapura sekitar 10-15%, negara Malaysia 35-40% dan Thailand 65%. Kejadian dismenore primer di Negara Indonesia yaitu sekitar 54.89% dan sisanya 45.11% adalah dismenore sekunder (Balitbangkes, 2018). Berdasarkan data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja (SKRR) Provinsi Jawa Timur 2021 sebanyak 4.653 remaja mengalami dismenore. Prevalensi dismenore primer sebanyak 4.297 (90,25%) dan yang mengalami dismenore sekunder sebanyak 365 (9,75%) (Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Provinsi Jawa Timur, 2021). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Jember terdapat 69,5% mayoritas mengalami dismenore primer, dan 30,5%

mengalami dismenore sekunder, kasus tertinggi gangguan menstruasi terjadi pada remaja usia 10-14 tahun yaitu sebanyak 1.457 kasus (Dinas Kesehatan Kabupaten Jember, 2020).

Dismenore sering kali terjadi pada usia remaja. Remaja sering mengalami dismenore dikarenakan beberapa faktor resiko. Faktor risiko yang dapat menyebabkan terjadinya dismenore salah satunya yaitu pola makan. Pola makan yang sering menimbulkan dismenore adalah pola makan konsumsi makanan cepat saji atau *fast food* (Anisa, 2015). *Fast food* merupakan makanan yang dihidangkan secara cepat kepada konsumen, *fast food* mengandung lemak trans, natrium, gula, dan kalori yang sangat tinggi, akan tetapi memiliki kandungan serat dan vitamin yang rendah. *Fast food* mempunyai dampak yang negatif dan juga dampak positif terhadap konsumen. Dampak negatif yang diberikan pada *fast food* ialah dari segi kepraktisan, penyajiannya yang cepat dan juga dari segi ekonomis (Daulay, 2014). Adapun dampak negatif dari *fast food* ialah dapat menyebabkan timbulnya berbagai masalah terhadap kesehatan seperti, stroke, hipertensi, berat badan berlebih obesitas, dan juga penyakit ginjal (Pramanik, 2014). Lemak jenuh yang terdapat dalam *fast food* mengganggu siklus menstruasi akibat metabolisme progesteron (Myles, 2014). Progesteron dapat meningkatkan sintesis prostaglandin akibat kadar progesteron yang rendah (Marliana, 2012). Asam lemak yang terdapat dalam tubuh dapat membentuk prostaglandin. Pada masa ovulasi, penumpukan lemak terjadi pada fosfolipid di dalam membran sel.

Akibatnya semakin banyak tubuh yang mengonsumsi *fast food* yang mengandung lemak trans, maka semakin tinggi kadar prostaglandin di tubuh, dan menyebabkan kontraksi pada rahim yang kuat sehingga menyebabkan nyeri (dismenore) (Sundari,2020)

Upaya yang bisa dilakukan untuk mencegah terjadinya dismenore yaitu dapat mengatur pola makan dengan mengonsumsi makanan dengan kandungan gizi seimbang dan mengurangi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) karena pola makan yang tidak sehat dapat menyebabkan kontraksi pada rahim yang kuat sehingga menyebabkan dismenore.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada siswi remaja putri kelas XI di SMK Negeri 1 Jember pada tanggal 15 Februari 2023 dengan menggunakan kuesioner yang dilakukan peneliti terhadap 10 orang siswi diperoleh 5 siswi (50%) mengalami dismenore ringan, 3 siswi (30%) mengalami dismenore sedang dan 2 siswi (20%) mengalami dismenore berat. Dari data permasalahan tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil dari uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: “Adakah Hubungan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Hubungan Mengkonsumsi Makanan Cepat Saji (*Fast Food*) dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) pada remaja putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember
2. Mengidentifikasi kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember
3. Menganalisis hubungan konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri Kelas XI di SMK Negeri 1 Jember

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi Peneliti

Hasil dari penelitian ini diharapkan menjadi sumber informasi, acuan dan bahan untuk penelitian selanjutnya dalam mengantisipasi kejadian *dysmenorrhea* yang disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat atau makanan cepat saji (*fast food*)

2. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi untuk melakukan penanganan kejadian *dysmenorrhea*

yang disebabkan oleh pola makan yang tidak sehat atau makanan cepat saji (*fast food*)

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk bahan referensi untuk memberikan informasi atau penyuluhan mengenai hubungan mengkonsumsi *fast food* dengan kejadian disminore

2. Bagi Mahasiswa

Peneliti ini diharapkan dapat menjadi informasi dan masukan bagi mahasiswi dalam mempelajari ilmu kesehatan reproduksi, mencegah dan mengatasi *dysmenorrhea*.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu peneliti selanjutnya sebagai referensi penelitian terutama pada penelitian yang berhubungan dengan kejadian *dysmenorrhea*

4. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan salah satu acuan yang dapat membantu meminimalkan kejadian dismenore dengan tidak mengkonsumsi *fast food*