

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenore merupakan masalah kesehatan reproduksi yang paling sering dialami oleh remaja putri dan wanita usia subur. Menstruasi biasanya melibatkan sensasi nyeri yang dikenal sebagai dismenore yang biasanya menimbulkan rasa tidak nyaman selama periode menstruasi berlangsung, yang sering kali terkait dengan kontraksi otot dan terpusat di area perut bawah. Intensitas nyeri ini bisa bervariasi dari ringan hingga sangat parah. Meskipun menstruasi umumnya disertai dengan sensasi seperti mulas atau rasa tidak nyaman, dalam hal ini dismenore menggambarkan nyeri haid yang ekstrem, sehingga wanita mungkin perlu mencari bantuan medis atau menggunakan obat penghilang rasa nyeri. Ketidakseimbangan kadar prostaglandin dalam tubuh dapat memicu stres mental, sementara faktor seperti usia, riwayat keluarga, indeks massa tubuh (IMT), kebiasaan merokok, dan konsumsi alkohol semuanya berpotensi memengaruhi seberapa berat dismenore yang dialami. Sebagai masalah kesehatan yang paling umum dialami remaja wanita usia reproduksi, kondisi ini dapat mengurangi kualitas hidup dan menghalangi remaja putri untuk terlibat dalam interaksi sosial (Yuliani et al., 2024).

Menurut World Health Organization (WHO) 2020 angka kejadian dismenore menunjukkan angka 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore, terdapat 10-15% mengalami dismenore berat, rata-rata hampir dari 50% wanita

mengalaminya. Angka kejadian disminorea di Indonesia masuk dalam kategori tinggi yaitu mencapai (64,5%), dengan (54,89%) mengalami dismenore berat (Badan Riset dan Inovasi Nasional, 2020). Angka kejadian disminore di Jawa timur, dari hasil survei kesehatan reproduksi remaja pada tahun 2021 menunjukkan sebanyak 4.653 remaja mengalami nyeri disminorea, 4.297 remaja 90,25% mengalami disminore primer dan sebanyak 365 orang 9,75% mengalami disminore sekunder (Survei Kesehatan Reproduksi Remaja, 2021). Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti terhadap 10 mahasiswa putri di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, didapatkan 10 remaja putri yang mempunyai kategori Indeks Massa Tubuh (IMT) yang berbeda-beda, dari hasil perhitungan terdapat 5 (50%) mahasiswa IMT normal, 2 (20%) mahasiswa IMT kurang, 2 (20%) mahasiswa IMT berat badan lebih, 1 (10%) mahasiswa IMT obesitas tingkat I.

Penyebab terjadinya disminore bisa disebabkan faktor langsung dan faktor tidak langsung. Faktor langsung bisa disebabkan oleh penebalan pada endometrium dan faktor endokrin, sedangkan pada faktor tidak langsung disebabkan usia pertama menstruasi, riwayat keluarga, lama siklus menstruasi, durasi saat mengalami menstruasi, psikis, pengaruh hormon prostaglandin dan indeks massa tubuh (IMT) (Taqiyah et al., 2022). Remaja dengan IMT kurang (underweight) lebih rentan mengalami nyeri disminorea dikarenakan adanya penurunan cadangan lemak. Jaringan lemak (adipose tissue) tidak hanya berfungsi sebagai tempat penyimpanan energi, tetapi juga merupakan organ endokrin yang aktif memproduksi sejumlah hormon dan molekul sinyal, seperti leptin, estrogen,

dan sitokin inflamasi. Pada IMT rendah, lemak tubuh tidak cukup untuk menghasilkan estrogen melalui aromatisasi androgen, yang mengakibatkan rendahnya hormon esterogen. IMT rendah sering dikaitkan dengan defisit energi kronis dalam kondisi ini, tubuh memasuki keadaan *energy conservation* (hemat energi). Hipotalamus akan menurunkan pelepasan *Gonadotropin Releasing Hormone* (GnRH) sebagai mekanisme adaptif untuk menghemat energi. Penurunan GnRH menyebabkan sekresi *Luteinizing Hormone* (LH) dan *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) menurun dan membuat progesteron menjadi rendah mengakibatkan peningkatan prostaglandin sehingga meningkatkan kontraksi uterus yang membuat nyeri disminore menjadi lebih berat (Mariska Vionna et al., 2025). Kelebihan cadangan lemak membuat terjadinya peningkatan esterogen menyebabkan endometrium menjadi lebih tebal, sehingga saat menstruasi tingkat hormon prostaglandin menjadi lebih tinggi mengakibatkan kontraksi uterus lebih kuat dan membuat nyeri menstruasi (Takata et al., 2023).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi sensasi nyeri saat menstruasi, ada dua metode terapi yang bisa dilakukan, yakni melalui metode terapi farmakologi dan non farmakologi. Pendekatan yang pertama melibatkan penggunaan terapi farmakologis, yang meliputi pemberian analgesik atau obat pereda nyeri untuk mengurangi rasa nyeri yang terjadi. Sedangkan pendekatan kedua, yaitu terapi non-farmakologis, dapat mencakup aktivitas fisik seperti olahraga, penggunaan kompres hangat atau dingin, terapi musik, teknik relaksasi. Cara lain yang dapat dilakukan untuk mencegah terjadinya dismenore yaitu dengan cara tetap menjaga dan mengatur pola makan yang seimbang serta

mencukupi kebutuhan gizi harian tubuh agar hasil IMT dalam batas normal (Yulidian Nurpratiwi et al., 2025). Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan, peneliti merasa tertarik untuk melakukan dan mendalami lebih lanjut lagi mengenai “Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Tingkat Disminore Pada Mahasiswa S1 Kebidanan” di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat disminore pada mahasiswa S1 kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini untuk menganalisis hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat disminore pada mahasiswa S1 kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi indeks massa tubuh (IMT) pada mahasiswa S1 kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.
2. Mengidentifikasi tingkat disminore pada mahasiswa S1 kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto
3. Menganalisis hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dan Tingkat disminore pada mahasiswa S1 kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan dapat menjadi sumber referensi ilmiah tentang adanya hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat dismimore. Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan pengetahuan, wawasan, dan pemahaman mengenai pengaruh indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat dismimore.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan remaja putri khususnya di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto dapat memahami cara mencegah terjadinya dismimore salah satunya dengan cara mempertahankan indeks massa tubuh (IMT) selalu normal dengan cara penerapan pola hidup sehat.

2. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi kampus untuk meningkatkan program promotif dan preventif terhadap masalah kesehatan reproduksi terutama dismimore pada mahasiswa S1 kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

3. Bagi Peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah dan dasar pengembangan penelitian selanjutnya mengenai faktor-faktor yang memengaruhi dismimore.