

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan suatu masa dimana perubahan antara masa anak-anak menuju dewasa yang dapat dilihat dengan kematangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. (Astuti, 2021). Remaja putri mempunyai permasalahan sangat kompleks, salah satunya yaitu masalah reproduksi. Masalah kesehatan reproduksi yang dapat terjadi pada masa remaja yaitu terjadinya gangguan haid desmonore (Ardani 2019). Dismenore atau nyeri haid didefinisikan sebagai sensasi kram yang parah, nyeri, diperut bagian bawah yang sering disertai dengan gejala lain, seperti berkeringat, sakit kepala, mual, muntah, diare, dan gemetar, semuanya terjadi sebelum atau selama menstruasi. Meskipun prevalensinya tinggi, banyak perempuan yang tidak mencari perawatan medis untuk masalah ini. (Sarwono 2016).

Kejadian dismenore dialami sebagian besar wanita di dunia mencapai 1.769.425 kasus, dengan 10–15% mengalami gangguan menstruasi. Lebih dari 50% wanita di setiap Negara mengalami dismenore. Berdasarkan data Kemenkes tahun 2019, jumlah remaja wanita usia 10-19 tahun mencapai 21 juta (Kemenkes, 2020). Di Indonesia, kasus dismenore sangat umum, dengan 54,98% primer dan 9,36% sekunder (Fitri, 2025). Dimana prevalensi dismenore tipe primer pada remaja berkisar antara 43% sampai dengan 93% (Mayasari, 2023). Sedangkan tahun 2021 Di Jawa Timur jumlah remaja putri yang mengalami dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Amira,

2022). Menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Timur, kelompok usia 10-14 tahun terdapat 3.034.919 jiwa dan kelompok usia 15-19 sejumlah 3.077.971 jiwa dan Malang, kelompok usia 10-14 tahun dengan jumlah 60.718 jiwa sedangkan kelompok usia 15-19 tahun sejumlah 84.347 jiwa (Badan Pusat Statistik, 2021). Remaja Putri Di Wilayah Rw 05 Kelurahan Gunungronggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang Sebanyak 52 Remaja mengalami gangguan Menstruasi.

Hasil Studi Pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 23 Oktoberber 2025 dengan Bidan Gunungronggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang didapatkan hasil ada 2 remaja yang mengalami nyeri haid dan dibawah oleh orantuanya periksa dikarenakan terjadi nyeri haid hingga pingsan. Wawancara dengan 8 remaja, 5 remaja mengalami sakit saat haid, 3 remaja mengalami sakit 1 minggu sebelum haid. Remaja mengaku jika sebelum haid merasakan sakit di perut serta punggung. Mereka ada yang bahkan saat haid tidak dapat melakukan aktifitas apapun.. Selain itu remaja tidak hanya mengalami nyeri haid tetapi juga mengeluh setelah mengalami haid menjadi gemuk dan sedang melakukan program diet ekstream dengan membatasi makan mereka bahkan ada yang sampai tidak makan nasi. Selama haid remaja hanya fokus pada angka didalam timbangan tetapi tidak pernah melaukukan pengukuran Lingkar lengan atas.

Kebiasaan pada remaja putri adalah sering diet dan membatasi sendiri asupan nutrisi mereka sehingga tanpa disadari dapat menyebabkan kelelahan dan sulit untuk memenuhi kebutuhan gizi harian. (Hakim 2019). Berat badan yang kurang dapat meningkatkan risiko terjadinya dismenore primer, sedangkan kelebihan berat badan dan obesitas mungkin tidak berhubungan dengan dismenore prime(Pohan 2017). Beberapa faktor yang mempengaruhi dismenore yakni terdapat

status gizi, usia menarche, kurangnya aktivitas fisik, riwayat keluarga, stress, siklus menstruasi yang tidak teratur, dan lama menstruasi lebih dari normal. Penelitian yang dilakukan oleh (Afiyah,2022)menunjukkan bahwasanya kekurangan ataupun kelebihan gizi diluar batasan normal dapat mengakibatkan terjadinya dismenore. Status gizi ialah sebuah keadaan yang dipengaruhi oleh tingkat kebutuhan fisik pada zat besi dan energi yang diperoleh dengan cara mengonsumsi makanan (Nila, 2022). Pengukuran status gizi dapat dilakukan berdasarkan LILA dan pengukuran LILA sendiri dapat menggambarkan bagaimana cadangan energi pada tubuh seseorang. Status gizi merupakan resiko terjadinya Dismenore primer, rendahnya status gizi bisa disebabkan karena kurangnya asupan nutrisi, salah satunya yaitu zat besi yang dapat menimbulkan seseorang kekurangan sel darah merah pada tubuh atau disebut anemia (Syafriani et al., 2021). Remaja putri perlu menjaga nutrisi yang baik. Mengonsumsi makanan yang bergizi seimbang dapat mempengaruhi pembuatan hormon yang berperan dalam terjadinya menstruasi seperti, follicle stimulating hormone (hormon FSH), luteinizing hormone (LH), hormon estrogen serta hormon yang berperan didalam siklus menstruasi yaitu hormone progesteron yang dapat mempengaruhi rahim dan mengurangi kontraksi selama Siklus menstruasi (Nasution et al., 2022)

Berdasarkan uraian dari latar belakang masalah diatas peneliti tertarik untuk merumuskan penelitian dengan judul “Hubungan Status Gizi Dan Lingkar Lengan Atas Dengan Derajat Dismenorea Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw 05 Kelurahan Gunungronggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka masalah yang dapat dikemukakan dalam penelitian ini adalah apakah ada “Hubungan Status Gizi Dan Lingkar Lengan Atas Terhadap Derajat Dismenorea Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw 05 Kelurahan Gunungronggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang?”

C. Tujuan Penelitian

a. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Hubungan Status Gizi Dan Lingkar Lengan Atas Terhadap Derajat Dismenorea Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw 05 Kelurahan Gunungronggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang.

b. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi Status Gizi Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw 05 Kelurahan Gunungronggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang.
- b. Mengidentifikasi Lingkar Lengan Atas Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw 05 Kelurahan Gunungronggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang
- c. Mengidentifikasi Derajat Dismenorea Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw 05 Kelurahan Gunungronggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang
- d. Menganalisis Hubungan Status Gizi Dan Lingkar Lengan Atas Terhadap Derajat Dismenorea Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw 05 Kelurahan Gunungronggo Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang

D. Manfaat

Adapun Manfaat Penelitian adalah sebagai berikut :

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan akan menambah literatur, sebagai dasar penelitian khususnya melaksanakan asuhan kebidana pada remaja.

2. Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan penting untuk kelengkapan literatur khususnya tentang pentingnya status gizi, lingkaran lengan atas serta penanganan dismenore pada remaja.

2. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini dapat menjadi masukan bagi tenaga kesehatan untuk lebih memberikan pemahaman dalam pencegahan dan penanganan masalah reproduksi serta pemahaman tentang pentingnya asupan gizi yang baik bagi remaja untuk mengatasi dismenore.

3. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan mengenai pemahaman dalam pencegahan masalah reproduksi

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dan referensi bagi peneliti selanjutnya tentang pentingnya penanganan masalah reproduksi serta

pemahaman tentang pentingnya asupan gizi yang baik bagi remaja untuk mengatasi dismenor



E. Keaslian Penelitian

No	Judul Karya Ilmiah dan Penulis	Metode (Desain,Sampel,Variabel, Instrumen, Analisis)	Hasil	Perbedaan Penelitian
1.	Hubungan Genetik dan LLA dengan Derajat Dismenore pada Remaja Putri di STIKES GIA Makassar (Suriani, 2022) https://www.ojs.stikes.gunungsari.id/index.php/JBK/article/view/94	Desain : Analitik kuantitatif Sampel : 93 Remaja Variabel : Independen : Genetik dan LLA. Dependen: Derajat Dismenore Instrumen : Kuisiонер Analisis : uji Lambda	Hasil Penelitian Untuk variabel genetik dengan derajat dismenore berdasarkan hasil uji Lambda di dapatkan nilai $p=0,637 > \alpha=0,05$, hal ini berarti bahwa Haditolak dan H_0 diterima. Variabel lingkaran atas dengan derajat dismenore, berdasarkan hasil uji Lambda didapatkan nilai $p=0,013 > \alpha=0,05$, hal ini berarti bahwa Haditolak dan H_0 diterima. Kesimpulan penelitian ini Tidak terdapat hubungan antara genetik dengan derajat dismenore dan tidak terdapat hubungan LLA dengan derajat dismenore	Pada penelitian ini focus pada menganalisis Hubungan Genetik dan LLA dengan Derajat Dismenore pada Remaja Putri. sedangkan penelitian sekarang adalah fokus dalam variable status gizi dan kebaruan Lingkaran atas dengan derajat dismenore.
2	Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur, Tingkat Stres, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Dengan	Desain : Cross section Sampel : 75 santriwati Variabel :	Hasil penelitian menunjukkan erdapat hubungan signifikan ($P=0,011$) antara aktivitas fisik dengan kejadian dismenorea primer namun tidak terdapat hubungan	Pada penelitian ini menganalisis Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur, Tingkat Stres, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Dengan Kejadian Dismenorea

Kejadian Dismenorea Primer Pada Santriwati (Fifi, 2025) https://ejournal3.undip.ac.id/index.php/jnc/article/view/41433	Independen : Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur, Tingkat Stres, Aktivitas Fisik Dan Status Gizi Dependen : Kejadian Dismenorea Primer Instrumen : Wawancara dan kuisioner kuesioner Menstrual History, Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI), dan Depression Anxiety and Stress Scales (DASS 42), dan International Physical Activity Questionnaire-Short Form (IPAQ-SF). Analisis : Chi square test	antara siklus menstruasi ($P=0,775$), kualitas tidur ($P=0,486$), tingkat stress ($P=0,918$), IMT/U ($P=0,819$), dan %LiLA ($P=0,721$) dengan kejadian dismenorea primer.	Primer. sedangkan penelitian sekarang adalah fokus dalam variable status gizi dan kebaruan Lingkar lengan atas dengan derajat desminore. adalah fokus dalam variable status gizi dan kebaruan Lingkar lengan atas dengan derajat desminore
3 Perbedaan Kadar Hemoglobin Dan Ukuran Lingkar Lengan Atas Berdasarkan Kejadian Nyeri Haid Pada Remaja Putri(Desi, 2023) https://journal.universitaspahlawan.ac.id/i	Desain : survey analitik (Cross sectional) Sampel : 74 orang Variabel : Independen : Kadar Hemoglobin Dan Ukuran Lingkar Lengan Atas	Penelitian ini didapatkan hasil bahwa 17 orang (23%) mengalami nyeri haid, rerata kadar hemoglobin responden adalah 13,565 g/dl, dan rerata ukuran LiLA responden adalah 21,628 cm. Hasil uji T independent didapatkan bahwa terdapat perbedaan kadar hemoglobin antara kelompok yang mengalami nyeri haid dengan yang	Pada penelitian ini menganalisis Perbedaan Kadar Hemoglobin Dan Ukuran Lingkar Lengan Atas Berdasarkan Kejadian Nyeri Haid Pada Remaja Putri sedangkan pada penelitian sekarang berfokus hanya pada pengaruh dukungan keluarga terhadap perilaku pencegahan keputihan.

ndex.php/prepotif/article/view/21680	Dependen : Kejadian Nyeri Haid Instrumen : kuesioner Analisis : uji statistik T independent	tidak mengalami nyeri haid (p value = 0,000). Hasil lain didapatkan bahwa terdapat perbedaan ukuran LiLA antara kelompok yang mengalami nyeri haid dengan yang tidak mengalami nyeri haid (p value = 0,000). Dapat disimpulkan bahwa terdapat perbedaan kadar hemoglobin dan ukuran lingkaran atas berdasarkan kelompok nyeri haid pada remaja putri di MTsS Pesantren Shine Alfalah Padang.
4 <i>Severity and relation of primary dysmenorrhea and body mass index in undergraduate students of Karachi: A cross sectional survey</i> (Puspitasari 2017) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/32799302/	Desain : survey analitik (Cross sectional) Sampel : 410 siswa Variabel : Independen : Derajat Desminore Dependen : indeks massa tubuh Instrumen : Kuisiонер Analisis : Uji Chi square	Hasil penelitian menunjukkan bahwa Dari 410 siswa yang didekati, 384 (93,6%) menanggapi. Mereka memiliki usia rata-rata 21±5,2 tahun. Disminorea ringan pada 150 (39%) subjek, 145 (37,8%) sedang dan 89 (23,2%) parah. Secara keseluruhan, 273 (71,1%) subjek telah mencapai menarche pada usia 8-13 tahun. Disminorea dikaitkan dengan nyeri yang menjalar pada 265 (69%) dan muntah pada 111 (28,9%) subjek. Status gizi normal pada 235 (61,2%) subjek, 88 (22,9%) kekurangan berat badan, dan 61 (15,9%) kelebihan berat badan dan obesitas. Perbedaan
		Pada penelitian ini menganalisis Tingkat keparahan dan hubungan dismenore primer dengan indeks massa tubuh sedangkan penelitian sekarang adalah fokus dalam variable status gizi dan kebaruan Lingkaran atas dengan derajat desminore.

			signifikan diamati pada dismenorea di antara siswa yang kekurangan berat badan ($p < 0,05$). Usia > 21 tahun juga memiliki hubungan yang signifikan dengan dismenorea ($p < 0,05$). Kesimpulan: Dismenore ditemukan memiliki hubungan yang signifikan dengan indeks massa tubuh dan usia..
5	<i>The relationship between short stature and menstrual pattern in a large cohort of Iranian girls</i>(Istiqomah 2016) https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/31339388/	Desain : Cross sectional Sampel : 100 responden Variabel : Independen : short stature Dependen : menstrual pattern Instrumen : kuisioner Analisis : uji Chi Square	Hasil dari penelitian ini Ada perbedaan yang signifikan dalam usia, tinggi badan, berat badan dan indeks massa tubuh antara mereka yang telah mengalami siklus menstruasi pertama dan yang lainnya ($p < .001$). Ada korelasi yang lemah dan negatif antara usia menarche dan persentil tinggi badan ($r = -0,12$, $p < .001$). Sindrom pramenstruasi, durasi siklus menstruasi dan periode perdarahan tidak berbeda antara kedua kelompok ini ($p > .05$)... Pada penelitian ini menganalisis Hubungan antara perawakan pendek dan pola menstruasi pada sekelompok besar gadis Iran sedangkan pada penelitian sekarang adalah fokus dalam variable status gizi dan kebaruan Lingkar lengan atas dengan derajat desminore.