

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Dismenorea atau nyeri menstruasi merupakan masalah ginekologis yang paling umum ditemui.<sup>1-2</sup> Prevalensi dismenorea masih belum jelas diketahui dan sulit untuk ditentukan. Banyak perempuan yang masih meremehkan dan menganggap bahwa dismenorea adalah bagian normal dari siklus menstruasi dan bukan merupakan suatu kelainan.<sup>3-4</sup> Berbagai penelitian menunjukkan variasi prevalensi dismenorea yang sangat luas antara 20- 95% yang diperoleh dari populasi berbeda.<sup>2-5</sup> Sebanyak 10-25% perempuan dari prevalensi tersebut didapatkan mengalami dismenorea yang sangat parah.<sup>4</sup> Sekitar satu dari 13 penderita dismenorea tidak masuk sekolah atau tidak dapat bekerja satu sampai tiga hari per bulannya.<sup>6</sup>

Menurut data *World Health Organization (WHO)* sekitar 73% siswi di Asia Tenggara mengalami dismenorea. Sebanyak 57% siswi dari data tersebut membatasi aktivitas dan kegiatan sosial.<sup>7</sup> Menurut penelitian yang telah dilakukan didapatkan sekitar 54,89% angka kejadian dismenorea primer di Indonesia yang dapat menyebabkan penurunan kualitas hidup. Salah satu dampak dari dismenorea primer berupa ketidakhadiran remaja disekolah mencapai kurang lebih 25%.<sup>8</sup>

Sebagian besar dismenorea tidak ditangani dengan baik karena kurangnya pemahaman mengenai menstruasi dan dismenorea.<sup>7</sup> Nyeri menstruasi biasanya diatasi dengan mengonsumsi *NSAID* yang mempunyai efek langsung dalam menghambat sintesis prostaglandin. Kebanyakan penderita dismenorea beranggapan bahwa terapi medis saat ini tidak adekuat dan memiliki tingkat kegagalan 20-25%. Banyak penderita dismenorea yang kini mencari alternatif terapi seperti terapi herbal dan mengatur asupan makanan.<sup>2</sup>

Didapatkan bahwa beberapa asupan nutrisi seperti kalsium, magnesium, zat besi, vitamin E dapat memengaruhi terjadinya dismenorea. Berdasarkan beberapa penelitian yang telah dilakukan menyebutkan bahwa kalsium diketahui mengalami penurunan pada fase luteal sebagai respon terhadap perubahan kadar estradiol.<sup>9-11</sup> Berdasarkan penilitian yang dilakukan oleh Khalid K, dkk perempuan yang

mengonsumsi produk susu tiga sampai empat porsi sehari mempunyai risiko lebih rendah untuk terjadinya dismenorea dibandingkan dengan yang tidak mengonsumsi produk susu. Sumber makanan yang mengandung kalsium cenderung mudah dan terjangkau, lebih dari 70% makanan yang mengandung kalsium berasal dari produk susu.<sup>2</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Somayeh Zarel, dkk juga didapatkan mengonsumsi suplemen kalsium 1000 mg /hari dapat mengurangi intensitas nyeri menstruasi.<sup>12</sup> Mengonsumsi suplemen kalsium juga diketahui dapat mengurangi gejala yang terjadi pada wanita dengan *Premenstrual Syndrome* seperti sakit kepala, nyeri sendi, gangguan emosional seperti perubahan nafsu makan, depresi dan gangguan tidur.<sup>9</sup> Beberapa penelitian lain menyatakan bahwa asupan kalsium tidak berpengaruh terhadap keluhan nyeri menstruasi.<sup>13-14</sup> Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti terdorong untuk melakukan penelitian ini.

## **1.2 Rumusan Masalah**

### **1.2.1 Pernyataan Masalah**

1. Belum diketahuinya data prevalensi dismenorea pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016.
2. Belum diketahuinya data asupan kalsium pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Angkatan 2016.
3. Belum diketahuinya hubungan asupan kalsium dengan dismenorea pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016.

### **1.2.2 Pertanyaan Masalah**

1. Bagaimana prevalensi dismenorea pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016.
2. Bagaimana asupan kalsium pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016.
3. Bagaimana hubungan asupan kalsium dengan kejadian dismenorea pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016.

## **1.3 Hipotesis Penelitian**

Terdapat hubungan asupan kalsium dengan kejadian dismenore primer.

## **1.4 Tujuan Penelitian**

### **1.4.1 Tujuan Umum**

Dengan dilakukannya penelitian ini, diharapkan diketahui hubungan asupan kalsium dengan kejadian dismenorea primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016, sehingga terjadinya dismenorea primer dapat dicegah dan diatasi.

### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Diketahui prevalensi kejadian dismenorea pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016.
2. Diketahui asupan kalsium Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016.
3. Diketahui hubungan kalsium dengan kejadian dismenorea pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2016.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### **1.5.1 Manfaat Bagi Pelayan Kesehatan**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan terapi alternatif untuk mencegah dan mengatasi dismenorea.

### **1.5.2 Manfaat Bagi Pendidikan**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya.

### **1.5.3 Manfaat Bagi Masyarakat**

Penelitian ini dapat memberikan manfaat dan informasi mengenai dismenorea dan alternatif lain dalam mengatasi dismenorea, sehingga produktivitas dalam beraktivitas dapat ditingkatkan.