## 1.1 Latar belakang

Masa remaja merupakan masa terjadinya transisi dari kanak-kanak menuju dewasa (Perry & Potter, 2009). Pada masa ini terjadi suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Salah satu tanda yang khas pada remaja adalah terjadinya pubertas. Pubertas didefinisikan sebagai masa kematangan seksual yang ditandai dengan adanya *menarche* (terjadinya menstruasi pertama) yang merupakan salah satu tanda terjadinya masa tepriduksi pada remaja. Selanjutnya menstruasi ini terjadi secara berkala setiap bulannya pada perempuan normal dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Namun banyak diantaranya dalam periode menstruasi ini mengalami masalah, khususnya pada remaja yang sering mengalami nyeri mentruasi (dismenorea) (Sukarni & Wahyu, 2013). Pada saat menstruasi dismenorea menjadi masalah utama bagi remaja karena disebabkan oleh tidak seimbangnya hormon. Dismenorea merupakan nyeri yang dialami pada saat menstruasi dan ditandai dengan nyeri yang terjadi sebelum atau selama menstruasi (Wahyuni, 2014). Pada proses menstruasi ada dua faktor yang menyebabkan dismenorea yaitu, faktor primer dan sekunder. Faktor sekunder contohnya riwayat keluarga, usia menarche, lama menstruasi, dan kebiasaan olahraga. Faktor primer contohnya tingkat stress, status gizi, dan makanan *fast food* (Aisyaroh dkk, 2022).

Perubahan pola hidup mengubah pola konsumsi remaja Indonesia. Pada masa sekarang remaja lebih menyukai makanan *fast food* (Sari & Woferst, 2015). Disisi lain sangat penting bagi seorang remaja putri untuk memastikan status gizinya baik dengan mengkonsumsi makanan yang bergizi. Tubuh yang ternutrisi dengan baik sangat diperlukan karena membantu menghadapi perubahan pada dirinya, salah satunya adalah perubahan yang berkaitan dengan reproduksi. Kurangnya pengetahuan tentang kandungan gizi yang terdapat di dalam makanan tersebut akan mempengaruhi pola konsumsi makanan seseorang.

Setiap orang memiliki pengetahuan yang berbeda (Wijayanti, 2022), begitupun dengan remaja yang memiliki pengetahuan kurang mulai dari pengertian makanan siap saji, pemahaman tentang cara mengkonsumsi makanan siap saji, penggunaan pengetahuan tentang makanan siap saji dalam kehidupan sehari-hari, jenis-jenis makanan siap saji, dan pengaruh makanan *fast food* yang akan berdampak terhadap derajat terjadinya dismenorea dan kesehatan (Soviyati & Nurjannah, 2019). Kondisi lapangan masih banyak remaja yang cenderung kurang mengkonsusmsi makanan sehat terutama pada saat di sekolah (Aini, 2019).

Fenomena yang muncul di sekolah zaman sekarang adalah keinginan untuk mengonsumsi makanan siap saji (*fast food*) di kantin sekolah yang dapat menyebabkan efek negatif. Efek negatif dari terlalu banyak mengonsumsi makanan tersebut adalah dapat menyebabkan berbagai masalah seperti dismenorea. Makanan yang disajikan di sekolah semakin beragam, perkembangan tersebut dapat mendorong kebiasaan mengkonsumsi jajanan pada anak sekolah meningkat terutama pada jam istirahat. Pada masa modern ini, terdapat berbagai macam makanan yang tersedia di sekolah seperti mie instan, bakso, seblak, sosis, gorengan, ayam geprek, dan *snack.* Makan-makanan tersebut mengandung tinggi lemak, kalori, tinggi protein, tinggi gula, tinggi garam, dan rendah serat. Kandungan asam lemak tinggi di dalam makanan *fast food* dapat mengganggu metabolisme progesteron pada siklus menstruasi sehingga berakibat pada peningkatan hormon prostaglandin. Peningkatan hormon prostaglandin ini dapat menyebabkan gangguan rasa nyeri saat menstruasi (dismenorea) sehingga menyebabkan aktivitas sekolah terhambat karena tingginya tingkat absen dari sekolah (Annienda & Rusjianto, 2021).

Berdasarkan *World Health Organization* (WHO, 2018) angka kejadian dismenorea cukup tinggi di dunia. Dari data perempuan yang mengalami dismenorea mencapai 1.769.425 jiwa (90%), dengan remaja mengalami dismenorea berat sebanyak 10-15%. Angka kejadian dismenorea di Indonesia tahun 2018 mencapai 107.673 jiwa (64,24%), terdiri dari sebesar 599,67 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer, dan 9.469 jiwa (9,36%) mengalami dismenorea sekunder. Di Jawa Barat tahun 2018, dilaporkan jumlah remaja putri yang produktif yaitu usia 10-24 tahun sebanyak 56.598 jiwa (55,1%). Sedangkan menurut Kemenkes, 2016 yang mengalami dismenorea dan datang ke fasilitas kesehatan sebanyak 11.565 jiwa (1,31%).

Berdasarkan Dinas Kesehatan Kabupaten Subang tidak ada data yang menunjukkan mengenai terjadinya dismenorea. Hasil wawancara dari pihak puskesmas juga mengatakan tidak ada data yang relevan mengenain kejadian dismenorea di Kecamatan Tanjungsiang karena pihak puskesmas tidak menjada dan tidak semua yang mengalami dismenorea memeriksakan diri ke pelayanan kesehatan.

Dari penelitian serupa mengenai dismenorea yang dilakukan oleh Aulya & Apriani (2022) pada siswi di Jakarta, Sartika dkk. (2022) di kota Pekan Baru, Qomarasari (2021) di MAN 2 Lebak Banten, Indahwati dkk (2017) di SMPN 1 Ponorogo, dan Saji (2022) di MTs Assalafi Susukan Kabupaten Semarang menyimpulkan bahwa mengkonsumsi makanan siap saji *(fast food)* dapat menyebabkan dismenorea pada remaja. Bahkan penelitian Aulya & Apriani (2022) menunjukan 81,8% remaja yang mengkonsumsi makanan siap saji mengalami dismenorea.

Berdasarkan hasil penelitian terdahulu, belum banyak yang meneliti tentang gambaran pengetahuan remaja mengenai makanan *fast food* yang dapat menyebabkan dismenorea. Hasil wawancara dengan salah satu guru, di SMPN 2 Tanjungsiang belum ada yang meneliti tentang makanan *fast food* yang dapat menyebabkan dismenorea, bahkan dari lembaga kesehatan seperti puskesmas belum ada yang sosialisasi tentang hal ini. Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 04 April 2023 melalui kuesioner kepada 10 orang siswi, di dapatkan 6 (60%) siswi belum mengetahui dan 4 (40%) siswi sudah mengetahui bahwa makanan *fast food* dapat menyebabkan nyeri menstruasi (dismenorea). Selain itu dari semua siswi didapatkan 10 (100%) siswi pada saat menstruasi mengalami dismenorea. Dengan menggunakan skala intensitas nyeri dengan keterangan kata didapatkan, 2 (20%) siswi mengatakan nyeri berat dengan skala 7, 8, dan 3 (30%) siswi mengatakan nyeri sedang dengan skala 4-6. Dari masalah tersebut maka penelitian ini bertujuan untuk menggali pengetahuan remaja mengenai makanan siap saji (*fast food)* dapat menyebabkan dismenorea.

## 1.2 Rumusan masalah

Faktor risiko dismenorea antara lain riwayat keluarga, usia menarche, periode menstruasi, kebiasaan makanan siap saji, obesitas, dan stress. Dampak yang timbul jika tidak segera ditangani dapat menyebabkan penurunan produktivitas pada perempuan. Sehingga dismenorea dapat menyebabkan tingginya frekuensi absen di sekolah, kampus, maupun tempat kerja (Irawan, 2022).

Berdasarkan permasalahan diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran pengetahuan remaja siswi SMP terhadap makanan siap saji *(fast food)* yang dapat menyebabkan dismenorea?”.

## 1.3 Tujuan penelitian

### 1.3.1 Tujuan umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang makanan siap saji *(fast food)* yang dapat menyebabkan nyeri menstruasi (dismenorea).

## 1.4 Manfaat penelitian

### 1.4.1 Manfaat praktis

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi pertimbangan serta masukan untuk lembaga kesehatan dalam melakukan penyuluhan dan promosi kesehatan.
2. Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran untuk pelayanan kesehatan remaja yang mengalami dismenorea.
3. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pendidikan kesehatan oleh pemberi pelayan kesehatan untuk remaja yang mengalami dismenorea.

### 1.4.2 Manfaat pengembangan

1. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai dasar pengetahuan untuk penelitian selanjutnya.
2. Hasil penelitian dapat digunakan sebagai data dasar untuk penelitian selanjutnya.