

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah fase penting di mana anak-anak mengalami perubahan besar menuju kedewasaan. Pertumbuhan fisik yang pesat, termasuk perkembangan organ reproduksi, adalah ciri khas masa ini. Pada perempuan, menstruasi merupakan salah satu tanda dimulainya masa pubertas (Mouliza, 2020). Keluarnya menstruasi pada remaja perempuan adalah tanda bahwa sistem reproduksi mereka telah berkembang. Sebagian besar perempuan mengalami dismenore, kram perut yang disebabkan oleh kontraksi rahim, antara gangguan haid yang cukup serius selama menstruasi (Tsonis et al., 2021).

Menstruasi merupakan salah satu ciri khas kedewasaan perempuan. Proses alami ini melibatkan pengelupasan lapisan dalam rahim (endometrium) yang kemudian keluar bersama darah melalui vagina. Siklus menstruasi umumnya terjadi setiap bulan selama masa reproduksi, dimulai saat pubertas dan berakhir saat menopause (Fidora et al., 2019). Masa pubertas pada perempuan yang dialami setiap bulan (menstruasi) merupakan fenomena fisiologis. Namun, pada beberapa perempuan, termasuk remaja putri, dapat terjadi gangguan menstruasi, di antaranya adalah dismenore (Argaheni, et al., 2022).

Dismenore adalah masalah yang mengganggu produktivitas dan dapat menyebabkan efek negatif pada fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi (Tsonis et al., 2021). Dismenore atau nyeri haid memiliki dampak negatif yang signifikan pada kehidupan sehari-hari remaja putri, terutama dalam konteks pendidikan. Nyeri haid dapat menyebabkan gangguan konsentrasi, kesulitan mengikuti pelajaran, dan bahkan membuat mereka tertidur di kelas. Banyak remaja putri merasa sangat terganggu sehingga memilih untuk tidak masuk sekolah saat sedang mengalami menstruasi. Tingkat keparahan nyeri haid juga berkorelasi dengan tingkat gangguan yang dialami dalam proses belajar (Febrina, 2021).

Dismenore terbagi menjadi dua kategori yaitu kategori primer dan sekunder. Dismenore primer umumnya dialami oleh remaja putri dalam beberapa tahun pertama setelah menstruasi pertama. Kondisi ini terjadi akibat peningkatan zat kimia tertentu dalam tubuh yang menyebabkan kontraksi rahim. Di sisi lain, dismenore sekunder merupakan gejala dari gangguan kesehatan pada organ reproduksi wanita, seperti endometriosis atau mioma. Jenis nyeri haid ini bisa muncul kapan saja setelah menstruasi pertama dan seringkali dialami oleh wanita dewasa (Febriana, 2021). Nyeri haid yang parah dapat menjadi penghalang besar bagi wanita untuk menjalankan aktivitas sehari-hari. Rasa sakit yang terus-menerus memaksa mereka untuk beristirahat, sehingga berdampak pada pekerjaan dan kehidupan sosial (Misliani, 2019).

Rata-rata lebih dari 50% wanita mengalami dismenore di setiap negaranya. Sekitar 55% perempuan produktif di Indonesia mengalami dismenore (Marlia, 2020 ; Saputri et al., 2022). Di Indonesia kejadian dismenore cukup besar mencapai 60-70%. Di Jakarta bahkan ditemukan angka yang cukup tinggi yaitu 86% dan berhasil mencatat sebesar 92% siswa merasa aktivitas belajarnya terganggu ketika dismenore datang (Trisnawati, et al 2020). Sebuah studi epidemiologi menyatakan remaja berusia 12-17 tahun menemukan bahwa 12% dari mereka melaporkan nyeri yang berat, 37% menganggapnya sedang, dan 49% menganggapnya ringan (Calis et al., 2021).

Sikap yang diambil oleh remaja akan dipengaruhi oleh pengetahuan mereka tentang dismenore. Remaja akan bersikap positif jika mereka tahu banyak tentang dismenore. Sebaliknya, jika mereka tidak tahu banyak, mereka akan cemas dan cenderung menunjukkan sikap negatif (Melawati, 2021). Sangat penting bagi remaja yang mengalami gangguan menstruasi untuk memahami tentang masalah reproduksi mereka, yang meliputi kram dan nyeri yang disebabkan oleh menstruasi. Nyeri sewaktu haid yang disebut dismenore timbul berupa kram perut bagian bawah yang menjalar ke punggung atau kaki, ini biasanya disertai dengan diare, pusing, dan kelemahan umum (Agustina, 2020).

Banyak remaja perempuan tidak tahu cara mengatasi nyeri haid, yang dapat menyebabkan masalah baru (Lindiawati et al., 2022). Tidak seperti perempuan yang langsung mengatasi masalah tersebut dan menanganinya, ada beberapa cara untuk mengurangi nyeri, seperti mengonsumsi obat anti nyeri, menggunakan teknik relaksasi, menghindari hal-hal yang mengganggu, dan hanya duduk dan beristirahat. Remaja perempuan tidak tahu banyak tentang dismenore, jadi mereka tidak tahu bagaimana menanganinya dengan benar (Sudarianti, 2021).

Penanganan pada remaja putri yang menderita dismenore bisa menggunakan pengobatan non-farmakologis dan farmakologis. Pengobatan non farmakologis termasuk kompres hangat, terapi musik, konsumsi jamu asam jawa dan kunyit, pijat, dan olahraga teratur (Luh et al., 2019). Obat anti inflamasi dan kontrasepsi hormonal adalah pengobatan farmakologis dasar yang direkomendasikan untuk dismenore primer dan sekunder. Kontrasepsi hormonal seringkali berhasil untuk remaja yang mengalami nyeri haid. Namun, jika metode ini tidak berhasil menghilangkan rasa sakit, atau jika remaja itu menunjukkan gejala yang menunjukkan patologi, remaja itu harus dievaluasi lebih lanjut (Eldestrand et al., 2022).

Upaya penanganan dismenore secara non farmakologis yang paling banyak dilakukan remaja putri yaitu istirahat yang cukup sebanyak 81 responden 79,4% (Widyanthi et al., 2021). Upaya penanganan pada remaja putri secara farmakologis yaitu dengan meminum obat anti nyeri, tetapi remaja tersebut tidak melakukan untuk pencegahan seperti mengatur pola hidup yang sehat serta mengompres air hangat pada perut yang sakit (Amelia 2024).

Berdasarkan hasil penelitian Amelia (2024) yang melaporkan adanya hubungan pengetahuan dengan penanganan nyeri dismenore *p value* 0,000 menunjukkan bahwa dari 54 responden didapatkan sebanyak 26 (48,1) responden berpengetahuan baik, sedangkan yang berpengetahuan kurang baik sebanyak 28 (51,9%). Serta didapatkan responden dengan melakukan penanganan nyeri dismenore sebanyak 24 (44,4%) responden, dan yang tidak melakukan penanganan nyeri dismenore sebanyak 30

(55,6). Penelitian tersebut menunjukkan bahwa ketidaktahuan adalah penyebab dismenore pada remaja putri.

Kondisi ini sangat penting untuk diperhatikan karena memiliki dampak negatif terhadap kesehatan reproduksi perempuan. Rasa sakit mengganggu kehidupan sehari-hari dan hobi pada wanita, bisa menyebabkan mereka tidak pergi ke sekolah (Eldestrand et al., 2022). Dengan memiliki perspektif yang positif tentang dismenore, dapat membuat keputusan yang lebih baik untuk menangani dismenore (Santiya, 2022).

Hasil studi pendahuluan pengetahuan remaja tentang dismenore yang dilakukan pada 13 orang siswi SMAN 93, didapatkan bahwa 8 dari 13 (62%) responden yang berpengetahuan kurang baik tentang dismenore, dan 5 dari 13 (39%) berpengetahuan baik tentang dismenore. Berdasarkan Upaya penanganan yang dilakukan 13 orang siswi, diketahui bahwa 10 dari 13 (79%) responden menganggap bahwa tidak perlu mengetahui penanganan nyeri haid karena akan hilang sendiri, tidak pernah mengonsumsi obat-obatan pereda nyeri, tidak pernah memberikan kompres hangat saat sedang nyeri haid, dan melakukan penanganan dengan cara istirahat sejenak duduk dan berbaring. 5 dari 13 (39%) responden diketahui meminum obat pereda nyeri saat sedang haid.

Berdasarkan uraian di atas, masih banyak remaja putri yang mengalami pengetahuan kurang tentang dismenore. Pengetahuan ini bisa menjadi faktor yang akan mempengaruhi cara penanganan yang tepat. Dengan demikian, penulis ingin mengetahui lebih dalam mengenai adanya hubungan pengetahuan remaja tentang dismenore terhadap upaya penanganan dismenore di SMA Negeri 93 Jakarta Timur.

1.2 Rumusan Masalah

Saat menstruasi, banyak remaja putri bahkan hampir sebagian besar wanita, mengalami nyeri saat sedang haid. Penderita dismenore tidak hanya mengganggu aktivitas mereka, tetapi mereka juga sering mengalami nyeri yang kuat menjalar ke

kaki, sakit kepala, bengkak pada payudara, mual, muntah, dan nyeri otot penderitanya pun sering marah, cepat tersinggung, dan tidak fokus, ini sering disebut nyeri haid dismenore atau sakit haid.

Banyak remaja perempuan tidak tahu banyak tentang dismenore, membuat mereka bertanya-tanya tentang bagaimana mengobatinya dengan benar. Hal ini jelas terkait dengan pengetahuan remaja putri tentang dismenore. Pengobatan non-farmakologis dan farmakologis dapat digunakan untuk menangani remaja putri yang menderita dismenore. Pengobatan non-farmakologis termasuk terapi musik, kompres hangat sedangkan pengobatan farmakologis biasa dilakukan dengan meminum obat nyeri saat sedang haid. Untuk itu, maka peneliti membuat rumusan masalah yakni apakah ada hubungan pengetahuan remaja putri tentang dismenore terhadap upaya penanganan dismenore di SMA Negeri 93 Jakarta Timur?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan remaja putri tentang dismenore terhadap upaya penanganan dismenore di SMA Negeri 93 Jakarta Timur.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Diketuinya distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia
- b. Diketuinya distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore
- c. Diketuinya distribusi frekuensi upaya penanganan dismenore
- d. Diketuinya hubungan pengetahuan remaja putri tentang dismenore terhadap upaya penanganan dismenore di SMA Negeri 93 Jakarta Timur.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Pelayanan Kesehatan

Dengan dilakukannya Penelitian ini, diharapkan pada fasilitas Kesehatan di sekolah agar lebih meningkatkan pelayanan Kesehatan, seperti obat-obatan pengurang nyeri pada siswi penderita dismenore serta memberi pengetahuan yang cukup mengenai apa itu dismenore.

1.4.2 Bagi Ilmu Pengetahuan/Keperawatan

Penulis berharap Penelitian ini dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan untuk mahasiswa/mahasiswi keperawatan sebagai bentuk karya tulis ilmiah atau skripsi dalam bidang keperawatan maternitas, sehingga juga dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.4.3 Bagi Profesi

Dengan adanya penelitian ini, penulis berharap agar profesi keperawatan dapat lebih termotivasi untuk menjalankan perannya termasuk mengedukasi bagi remaja putri guna untuk mengetahui apa itu dismenore dan cara penanganannya.

1.4.4 Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi kesadaran diri sendiri terutama pada siwi di SMA Negeri 93 Jakarta Timur guna untuk memperdalam pengetahuan tentang dismenore dan mengetahui cara penanganannya, sehingga dapat membantu untuk mengurangi nyeri dismenore/nyeri haid.

1.4.5 Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi peneliti mengenai nyeri dismenore pada remaja putri dan upaya penanganannya.