

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dismenore adalah rasa nyeri yang timbul pada periode siklus menstruasi, nyeri ini dapat diakibatkan karena ketidakseimbangan hormon progesteron yang terdapat dalam darah, dan produksi prostaglandin yang meningkat serta faktor stres sehingga mengakibatkan terjadinya dismenorea.(Salamah, 2019). Nyeri haid sering menjadi keluhan bagi para perempuan termasuk bagi remaja karena dapat mengganggu aktivitas sehari-hari maupun aktivitas belajarnya di sekolah. Nyeri haid membuat para remaja putri sulit berkonsentrasi dalam belajarnya. Beberapa remaja putri yang merasakan nyeri haid cukup hebat bahkan sampai tidak masuk sekolah atau dipulangkan ke rumah.(Saalino *et al.*, 2023)

Masa remaja hingga sering disebut sebagai periode “badai dan tekanan,” hal tersebut dikarenakan meningkatnya ketegangan emosional akibat perubahan baik secara fisik maupun hormon yang membuat remaja lebih peka serta mudah untuk merasa stres. Mengatur pemikiran agar tidak stres merupakan langkah yang penting untuk mengatasi dismenore, karena stres dapat membuat daya tahan tubuh menjadi lemah terhadap rasa sakit.(Hanif Azizah *et al.*, 2023). Sekitar 70-90% kasus dismenore dialami oleh remaja dan dapat menyebabkan ketidakstabilan emosional.(N. E. Putri *et al.*, 2020)

Hasil data survei Indonesia-National Adolescent Mental Health Survey (I-NAMHS) tahun 2022 menunjukkan sekitar 1 dari 3 remaja di Indonesia (34,9% atau sekitar 15,5 juta remaja) mengalami masalah kesehatan mental dalam setahun terakhir. 1 dari 20 remaja (5,5% atau sekitar 2,45 juta remaja) terdiagnosis memiliki gangguan mental tertentu. (*Indonesia National Adolescent Mental Health Survey*, 2022)

Menurut data *World Health Organization* (WHO) di tahun 2020, terdapat 90% perempuan mengalami dismenore di setiap siklus menstruasinya, 10-16%

di antaranya merasakan nyeri menstruasi yang berat.(WHO,2020). Persentase dismenorea termasuk ke dalam kategori cukup tinggi setidaknya terdapat 50% remaja putri yang mengalami nyeri haid/ dismenorea di sepanjang tahun reproduktif. Berdasarkan hasil data WHO, rata-rata kejadian dismenorea di seluruh dunia mencapai 16.8%-81% atau sekitar 1.769.245 kasus.(Napu *et al.*, 2023). Menurut hasil Riskesdas tahun 2018, sebanyak 64,25% perempuan di Indonesia mengalami dismenore, yang terbagi menjadi 54,89% kasus dismenore primer dan 9,36% kasus dismenore sekunder. (Riskesdas,2018). Sedangkan di daerah Jawa Barat, angka kejadian nyeri menstruasi mencapai 54,9%. (Diana *et al.*, 2023).

Remaja dengan dismenore primer akan memperlihatkan peningkatan produksi prostaglandin oleh endometrium yang merupakan stimulan kontraksi *miometrium* yang kuat serta memberikan dampak pengecilan atau penyempitan pembuluh darah.(Salamah, 2019). Faktor risiko terkait dismenorea meliputi usia, merokok, upaya penurunan berat badan, indeks massa tubuh yang lebih tinggi, mengalami stres, depresi atau kecemasan, usia *menarche* lebih awal, *nuliparitas* aliran menstruasi yang lebih lama dan banyak, riwayat keluarga yang mengalami dismenorea serta adanya gangguan sosial (Nagy & Khan, 2023) dalam buku (Ristiani *et al.*, 2023). Remaja sangat rentan mengalami kecemasan berlebih bahkan stres karena aktivitas yang cukup padat serta stres akademik. Ketika seseorang mengalami stres, tubuh akan menghasilkan hormon estrogen, prostaglandin dan adrenalin secara berlebihan sehingga dapat terjadi peningkatan kontraksi uterus secara berlebih dan mengakibatkan nyeri pada saat menstruasi. Hormon adrenalin yang meningkat dapat menyebabkan kekakuan pada bagian otot tubuh termasuk pada otot rahim. (Diana *et al.*, 2023).

Peneliti telah melakukan studi pendahuluan terhadap 20 siswi kelas VIII dan IX dengan menggunakan kuesioner DASS-42 untuk mengukur tingkat stres serta NRS untuk mengukur skala nyeri haid. hasil kejadian dismenore, seluruh responden merasakan nyeri haid dengan persentase sebanyak 45% yaitu 9 orang

nyeri ringan, 50% yaitu 10 orang nyeri sedang dan 5% yaitu 1 orang nyeri berat. Kemudian angka kejadian stres sebanyak 10% yaitu 2 orang dalam kategori normal, 20% yaitu 4 orang stres ringan, 30% yaitu 6 orang stres sedang, 25% yaitu 5 orang stres berat, serta 15% yaitu 3 orang stres sangat berat.

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah tingginya angka kejadian dismenorea di SMPI PB Soedirman yaitu sebanyak 20 Responden dalam studi pendahuluan seluruhnya merasakan dismenore yang terbagi menjadi 45% nyeri ringan, 50% nyeri sedang dan 5% nyeri berat. Serta kejadian stres sebanyak 10% dalam kategori normal, 20% stres ringan, 30% stres sedang, 25% stres berat, serta 15% stres sangat berat, maka peneliti membuat rumusan masalah sebagai berikut “apakah terdapat hubungan antara tingkat stress dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMPI PB. Soedirman Bekasi tahun 2024”.

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan terkait tingkat stres dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMPI PB. Soedirman Bekasi.

1.3.2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres pada remaja putri di SMPI PB. Soedirman Bekasi.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMPI PB. Soedirman Bekasi.
- c. Untuk menganalisis hubungan tingkat stres terhadap kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMPI PB. Soedirman Bekasi.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Bagi Lahan Penelitian

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai media pengetahuan serta wawasan terkait hubungan tingkat stres terhadap

kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMPI PB. Soedirman Bekasi.

1.4.2. Bagi Institusi Pendidikan

Manfaat pada penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi pada institusi mengenai hubungan tingkat stress terhadap kejadian dismenore primer.

1.4.3. Bagi Peneliti

Manfaat penelitian ini diharapkan dapat menjadi kesempatan untuk menambah pengalaman, pengetahuan serta wawasan tentang hubungan tingkat stres terhadap kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMPI PB. Soedirman Bekasi serta diharapkan agar dapat bermanfaat sebagai bahan kajian bagi penelitian selanjutnya yang ingin meneliti dengan tema yang serupa.

1.5. Ruang Lingkup

Penelitian dengan judul hubungan tingkat stres terhadap kejadian dismenore primer pada remaja putri dilakukan untuk mengetahui bagaimana tingkat stres dan jumlah remaja putri yang merasakan dismenore di SMPI PB. Soedirman Bekasi dengan menggunakan kuesioner pengukuran tingkat stres dan pengukuran nyeri dismenore. Penelitian ini di lakukan pada tahun 2025 kepada remaja putri kelas VIII di SMPI PB. Soedirman Bekasi, Teluk Pucung, Bekasi Utara.