

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa. Pada masa ini, remaja mengalami berbagai perubahan yaitu perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial. Pada remaja sebagai tanda kematangan akan mengalami pertambahan tinggi badan yang cepat, perkembangan seks sekunder, perkembangan organ-organ reproduksi, perubahan komposisi tubuh, serta pada wanita akan mengalami menstruasi (*menarche*).<sup>1</sup>

Menstruasi adalah pengeluaran darah pada wanita melalui vagina yang disebabkan oleh penurunan hormon estrogen, dan progesteron di akhir siklus ovarium. Menstruasi terjadi berulang kali setiap bulan, yang disebut siklus menstruasi. Siklus menstruasi penting bagi wanita sebagai fungsi reproduksi untuk mempersiapkan tubuh wanita saat pembuahan dan kehamilan. Pada masa remaja biasanya mengalami pertama kali menstruasi di usai 10 – 14 tahun. Berdasarkan data RISKEDAS 2018 di Indonesia, remaja putri mengalami pertama kali menstruasi diusia 10-19 tahun mencapai 70,1%. Siklus menstruasi rata-rata seorang wanita adalah 28 hari dengan sebagian besar 25-30 hari dan berlangsung selama 5-7 hari.<sup>2,3,4</sup>

Pada kenyataannya tidak semua wanita mengalami siklus menstruasi yang normal. Gangguan menstruasi ini dikategorikan menurut usia, onset, durasi, jumlah, dan kualitas perdarahan selain itu, berbagai macam gangguan menstruasi termasuk dismenore, pramenstruasi, oligomenore, polimenore, perdarahan abnormal, amenore, dan menoragia yang dapat menyebabkan infertilitas (gangguan kesuburan). Prevelensi gangguan menstruasi yang paling sering terjadi adalah dismenore (73,27%), oligomenore (13,11%),

polimenore (9,94%), hipermenore (12,94%), hipomenore (5,95%), dan menoragia (19,24%). Prevalensi kejadian dismenore menurut *World Health Organization* (WHO) di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara.<sup>5,6</sup>

Dismenore adalah sensasi nyeri (kram) pada perut bagian bawah yang sering terjadi sebelum atau selama menstruasi. Dismenore adalah salah satu keluhan ginekologi yang sering terjadi pada wanita muda. Dismenore terbagi menjadi dua, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah nyeri haid tanpa penyakit atau patologi, dan dismenore sekunder adalah nyeri haid akibat patologi anatomi panggul.<sup>7</sup>

Prevelensi angka kejadian dismenore tipe primer di Indonesia adalah 54,89%, sedangkan sisanya 45,11% adalah tipe sekunder. Dismenore biasanya terjadi dimulai dalam 3 tahun pertama menarche atau periode menstruasi pertama. Wanita berusia kurang dari 20 tahun memiliki prevelensi yang tinggi mencapai 43%-91%.<sup>6,8</sup>

Kualitas hidup wanita yang sedang mengalami dismenore dapat menurun. Menurut WHO, kualitas hidup memiliki konsep yang luas, yaitu terdiri dari berbagai aspek seperti kesehatan fisik, keadaan psikologis, keadaan emosional, sosial hubungan, dan kepuasan dalam hidup. Pada remaja putri yang menderita dismenore dapat menimbulkan dampak pada kehidupan sehari – hari. Dampak yang paling sering adalah gangguan aktivitas sehingga pada remaja putri yang menderita dismenore tidak dapat menjalankan aktivitas sehari-harinya dengan normal. Ketidaknyaman dismenore yang dialami remaja putri saat menstruasi menyebabkan mereka menghindari banyak kegiatan rutin termasuk pergi ke sekolah sehingga dapat menurunkan kinerja belajar dan prestasi. Ketidaknyamanan dismenore juga menyebabkan

remaja putri kehilangan konsentrasi dan membuat hubungan sosial menjadi buruk.<sup>9,10</sup>

Menurut *Multidimensional Scoring of Andersch and Milsom*, dismenore dapat dibedakan menjadi dismenore ringan, dismenore sedang dan dismenore berat. Dismenore ringan adalah nyeri haid yang tidak mengganggu aktivitas, tidak perlu menggunakan obat-obatan analgesik dan tidak ada keluhan sistemik. Dismenore sedang adalah nyeri haid yang mengganggu aktivitas sehari-hari, memerlukan obat-obatan analgesik dan terdapat keluhan sistemik. Dismenore berat adalah nyeri haid yang sangat mengganggu aktivitas fisik sehingga kegiatan sehari-hari terbatas, memerlukan obat-obatan analgesik untuk mengurangi nyeri haid dan memiliki keluhan sistemik seperti mual, muntah dan pingsan.<sup>11</sup>

Rasa nyeri saat menstruasi ini dianggap sebagai hal wajar bagi setiap wanita, biasanya bersifat tidak menetap dan durasi yang singkat. Gejala-gejala yang dirasakan berupa rasa sakit yang datang secara tidak teratur dan tajam, serta kram dibagian bawah perut dan menyebar kebagian belakang, menjalar ke kaki, pangkal paha, dan vulva. Rasa sakit yang disebabkan oleh dismenore dapat timbul beberapa hari sebelum menstruasi dan berlangsung selama 48 hingga 72 jam. Gejala tambahan yang dapat dirasakan seperti merasakan pusing, kelelahan, berkeringat, sakit punggung, sakit kepala, mual muntah. Dismenore terjadi karena saat menstruasi sel-sel endometrium mengeluarkan hormon prostaglandin yang mengakibatkan terjadinya kontraksi pada myometrium dan mengakibatkan iskemia. Wanita yang mengalami dismenore biasanya memiliki kadar hormon prostaglandin yang lebih tinggi dalam cairan menstruasi saat dua hari pertama menstruasi.<sup>8,12</sup>

Faktor risiko pada dismenore antara lain *menarche* usia dini, riwayat keluarga dengan keluhan dismenore, indeks masa tubuh yang tidak normal dan kebiasaan merokok. Riwayat keluarga dengan keluhan dismenore, riwayat keluarga merupakan faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya dismenore primer. Dua dari tiga wanita yang menderita dismenore primer mempunyai riwayat dismenore primer pada keluarganya. Indeks masa tubuh yang tidak normal, kelebihan berat badan dapat mengakibatkan dismenore primer, karena di dalam tubuh orang yang mempunyai kelebihan berat badan terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasi pembuluh darah (terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak) pada organ reproduksi wanita sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan timbul dismenore primer. Kebiasaan merokok dapat mengakibatkan nyeri saat haid karena didalam rokok terdapat kandungan zat yang dapat memengaruhi metabolisme estrogen, sedangkan estrogen bertugas untuk mengatur proses haid dan kadar estrogen harus cukup di dalam tubuh. Apabila estrogen tidak tercukupi akibat adanya gangguan dari metabolismenya akan menyebabkan gangguan pula dalam alat reproduksi termasuk nyeri saat haid.<sup>13</sup>

Setiap wanita yang mengalami dismenore memiliki cara sendiri untuk mengatasi dismenore berdasarkan dengan pengetahuan yang mereka miliki. Upaya mengatasi dismenore ini dapat berupa terapi dengan menggunakan obat-obatan analgetik yang berfungsi menghilangkan rasa sakit. Selain dengan terapi, dapat dengan mengkompres air hangat, aktivitas fisik dan apabila semakin parah dapat konsultasi dengan dokter.<sup>11</sup>

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Adekunbi A Farotimi, dkk tahun 2015 yang berjudul” *Knowledge, Attitude, and Healthcare-Seeking Behavior Towards Dysmenorrhea among Female Students of a Private University in Ogun State, Nigeria*” menunjukkan responden sebanyak 144 wanita yang mengalami dismenore lebih banyak membiarkan rasa nyeri karena hal ini dianggap wajar saat menstruasi, namun bagi wanita yang paham cara mengatasi nyeri haid, mereka memiliki beberapa cara agar nyeri yang dirasakan dapat berkurang, antara lain dengan mengkonsumsi obat nyeri, teknik relaksasi, istirahat, dan lain-lain. Perbedaan tingkat pengetahuan antar mahasiswi akan memberikan perbedaan dalam perilaku mengatasi dismenore.<sup>14</sup>

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan dan perilaku siswi SMA 11 Semarang dalam mengatasi dismenore. Peneliti memilih variabel pada anak SMA dikarenakan angka kejadian dismenore primer paling sering terjadi pada masa remaja akhir yaitu pada rentang usia 16-18 tahun. Penelitian dilakukan pada siswi SMA Negeri 11 Semarang kelas 10, kelas 11 dan kelas 12 yang sudah menstruasi dikarenakan karakteristik ini belum pernah dilakukan pada penelitian sebelumnya dan sesuai dengan angka kejadian dismenorea pada penelitian sebelumnya banyak terjadi pada usia tersebut.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut, apakah terdapat hubungan pengetahuan dan perilaku siswi SMA Negeri 11 Semarang dalam mengatasi dismenore?

### 1.3 Tujuan Penelitian

#### 1.3.1 Tujuan Umum

Menjelaskan hubungan pengetahuan dan perilaku siswi SMA Negeri 11 Semarang dalam mengatasi dismenore.

#### 1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan mengenai dismenore pada siswi SMA Negeri 11 Semarang.
2. Untuk mengetahui perilaku mengatasi dismenore pada siswi SMA Negeri 11 Semarang.
3. Untuk menganalisis pengetahuan dan perilaku dalam mengatasi dismenore pada siswi SMA Negeri 11 Semarang.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Bagi Peneliti

Peneliti dapat menambah dan memperdalam ilmu pengetahuan khususnya mengenai hubungan pengetahuan dan perilaku dalam mengatasi dismenore dan diharapkan menjadi bekal untuk penelitian selanjutnya.

#### 1.4.2 Bagi Institusi

##### a. Fakultas Kedokteran Universitas Katolik Soegijapranata

Hasil penelitian ini diharapkan untuk menyediakan kepustakaan terkait dismenore serta dapat membantu wawasan dan menjadi acuan adik – adik tingkat yang juga akan melakukan penelitian.

##### b. SMA Negeri 11 Semarang

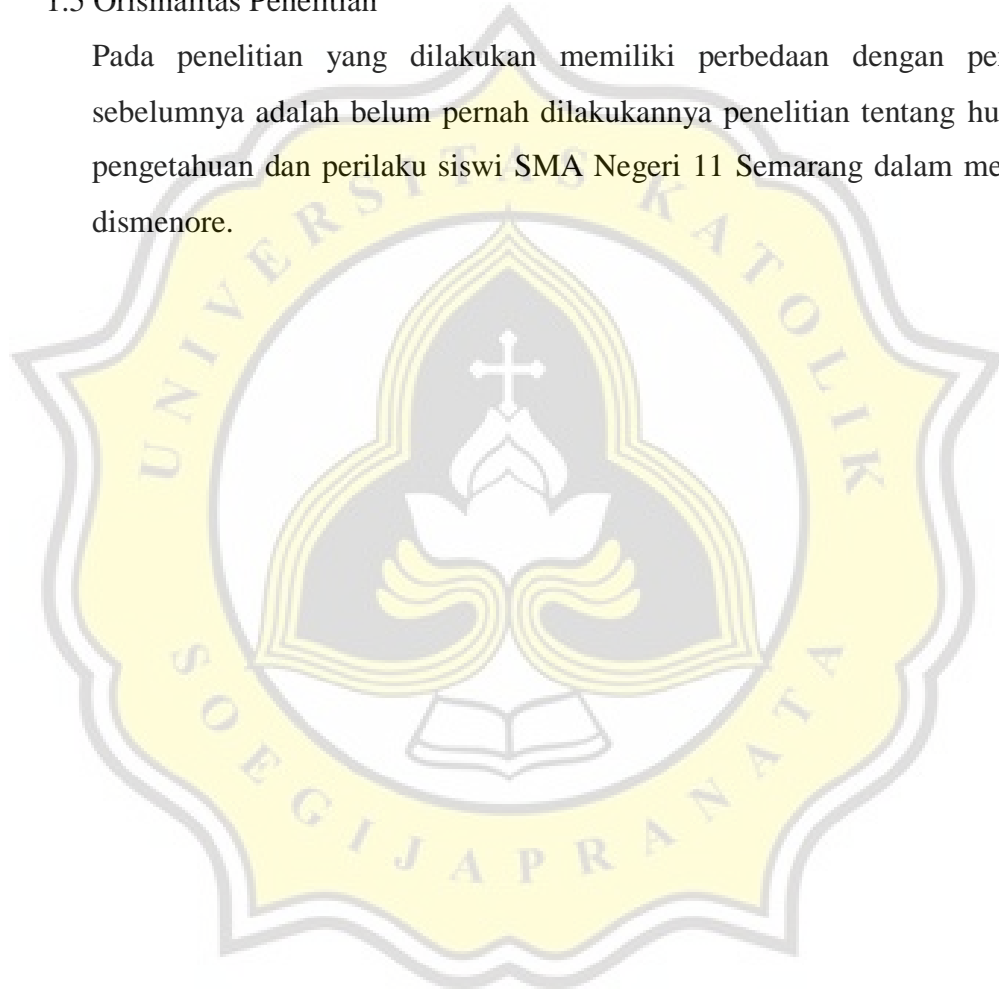
Hasil penelitian ini dapat dijadikan landasan diadakannya bimbingan dan konseling dalam upaya peningkatan pengetahuan siswi untuk mengatasi dismenore.

#### 1.4.3 Bagi Siswi

Dapat memberikan informasi kesehatan tentang upaya mengatasi dismenore saat menstruasi pada remaja putri dan menjadi bekal edukasi tatalaksana dismenore.

#### 1.5 Orisinalitas Penelitian

Pada penelitian yang dilakukan memiliki perbedaan dengan penelitian sebelumnya adalah belum pernah dilakukannya penelitian tentang hubungan pengetahuan dan perilaku siswi SMA Negeri 11 Semarang dalam mengatasi dismenore.



NO	Peneliti dan Tahun Penelitian	Nama Jurnal	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Variabel Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Adekunbi A Farotimi, Joyce Esike, Chinomso U Nwozichi, Tolulope D Ojediran1, Foluso O Ojewol. Tahun 2015.	Journal of Knowledge, Basic and Attitude, Clinical Reproductive Sciences	of Knowledge, Attitude, and Healthcare-Seeking Behavior Towards Dysmenorrhea among Female Students of a Private University in Ogun State, Nigeria	Penelitian Analitik Deskriptif	A. Usia B. Agama C. Etnis D. Level Akademik E. Usia Menarche F. Perilaku Mengatasi Disemenore	Dismenore dilaporkan pada 78,1% (242/310) dengan mayoritas mengabaikan rasa sakit. Kurang dari rata-rata 40,6% (126/310) peserta memiliki pengetahuan tinggi tentang dismenore dan 63,5% (197/310) memiliki sikap negatif terhadap dismenore. Efek utama dismenore termasuk pembatasan aktivitas fisik dalam 77,2% (187/242) dan penarikan sosial di 59,1% (143/242). Temuan mengungkapkan hubungan yang signifikan secara statistik antara usia responden dan perilaku pencarian



						layanan kesehatan mereka terhadap dismenore (P <0,01).
2.	Ghina Tsamara, Widi Raharjo, Eka Ardiani Putri. Tahun 2020	Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)	Hubungan Gaya Penelitian Hidup Dengan analitik Kejadian Dismenore observasional Primer Pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura	A. Usia Menarche B. Lama Menstruasi C. Usia D. Dismenore Primer E. Tingkat Nyeri F. Tingkat Stress G. Tingkat Aktivitas Fisik H. Frekuensi Konsumsi Fast Food	Responden dengan dismenore primer sebesar 70,8%. Responden dengan tingkat stres ringan sebesar 31,3%. Responden dengan tingkat aktivitas fisik ringan sebesar 66,7%. Responden yang sering mengonsumsi fast food sebesar 60,4%. Hasil statistik antara dismenore primer dengan tingkat stres (p=0,025), tingkat aktivitas fisik (p=0,000), dan konsumsi fast food (p=0,000).	
3.	Mudyawati Kamaruddin, Dewi Purnamasari, Fitriani.	Jurnal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan	Pengetahuan Dan Penelitian Sikap Siswi deskriptif Menengah Pertama analitik Tentang Dismenore Di Bulukumba	A. Usia B. Pengetahuan C. Sikap	Sehubungan dengan pengetahuan siswi SMPN 7 Bulukumba terhadap dismenorea, hal ini juga sejalan dengan hasil penelitian pada sikap mereka terhadap dismenorea bahwa hampir	

Tahun 2021		semua yang mempunyai sikap positif terhadap dismenorea (83,3%) dibanding dengan yang bersikap negatif (16,7%).
4. Yusuf Adi Saputra, Anggraini Dwi Kurnia, Nur Aini. Tahun 2020.	Jurnal Kesehatan Reproduksi Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi (Dismenore Primer) Experimental research	<p>A. Usia</p> <p>B. Usia Menarche</p> <p>C. Upaya yang dilakukan sebelum diberikan pendidikan kesehatan</p> <p>D. Upaya remaja setelah diberikan pendidikan kesehatan</p> <p>Hasil pre-test dan post-test pada kelompok intervensi yaitu sebanyak 23 (77%) siswi dalam kategori kurang baik dan 7 (23%) siswi memiliki upaya baik, setelah diberikan pendidikan kesehatan tentang dismenore 30 (100%) siswi memiliki upaya baik. Uji Wilcoxon test didapatkan nilai sig. (2-tailed) adalah 0,000, dimana jika dibandingkan dengan nilai <math>\alpha</math> (0,05) maka akan didapatkan <math>0,000 &lt; 0,05</math>. Sehingga pendidikan kesehatan tentang dismenore berpengaruh terhadap upaya remaja untuk menurunkan nyeri menstruasi (dismenore primer).</p>

5.	Saifuddin Zuhri Indramayu. Tahun 2019	Jurnal Kesehatan Masyarakat	Hubungan Usia dan Tingkat Pengetahuan Dengan Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri Di SMK Widya Utama Indramayu Tahun 2019	Penelitian studi korelasi	A. Usia B. Pengetahuan C. Cara Penanganan	Hasil penelitian Tidak terdapat hubungan antara usia responden dengan cara penanganan dismenore dengan nilai p 0.429 lebih tinggi dibandingkan nilai $\alpha$ 0.05. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan dengan cara penanganan dismenore dengan nilai p 0.012
----	--	-----------------------------------	---	------------------------------	---	---

Tabel 1. Orisinalitas Penelitian