

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menstruasi adalah perubahan fisiologis normal pada wanita yang dipengaruhi oleh hormon reproduksi yang dimulai dari *menarche* hingga *menopause* (Syafrudin, 2011). Menstruasi dimulai antara usia 9 dan 12 tahun. Beberapa wanita, terutama mereka yang berusia 13 hingga 15 tahun memiliki siklus menstruasi yang lebih lambat. Remaja yang telah mengalami menstruasi secara emosional stabil. Beberapa wanita merasakan gejala seperti ketidaknyamanan pinggang, nyeri payudara, kelelahan, dan kondisi mudah lelah. Selain itu, beberapa wanita merasakan nyeri saat menstruasi, yang dikenal sebagai dismenore (Erlina Ruslam, 2014).

Gangguan menstruasi yang biasa dialami beberapa perempuan diantaranya *oligomenorea*, *polimenorea*, *amenorea*, *menarche* dini, *menarche* lambat, dismenore, sindrom pramenstruasi, perdarahan diluar menstruasi, dan menoragia. Dismenore yaitu nyeri yang terjadi pada saat menstruasi. Dismenore primer dan sekunder adalah dua macam dismenore. Dismenore tanpa kelainan pada organ genital disebut dismenore primer, sedangkan dismenore dengan kelainan pada organ genital seperti tumor, bagian, dan lain-lain dikenal sebagai dismenore sekunder (Gunawati & Nisman, 2021).

Dismenore primer diperkirakan mempengaruhi 50-90% populasi wanita muda di dunia (Parra-Fernández et al., 2020). Pada tahun 2012, 55,3

persen wanita Mesir menderita dismenore ringan, 30% dismenore sedang, dan 14,8% dismenore berat. Di India, dismenore mempengaruhi 73,83% wanita dengan dismenore berat 6,32%, dismenore sedang 30,37%, dan dismenore ringan 63,29%. Dismenore primer mempengaruhi 46% wanita Jepang, dan 27,3% dari mereka yang terkena dismenore bolos sekolah.

Dismenore mempengaruhi 64,25% wanita Indonesia, dismenore primer mempengaruhi 54,89% wanita, sedangkan dismenore sekunder mempengaruhi 9,36%. Sejumlah 60-75% wanita muda mengalami kasus dismenore primer, dengan tiga perempat melaporkan ketidaknyamanan ringan hingga sedang dan seperempat melaporkan rasa sakit yang parah. (Ulya et al., 2017).

Dismenore umum terjadi dan mempengaruhi sekitar tiga perempat dari semua wanita muda di bawah usia 25 tahun. Nyeri haid dianggap biasa oleh banyak remaja putri. Implikasi dari menormalkan nyeri haid dapat berhubungan dengan kurangnya pemahaman tentang strategi perawatan diri yang efektif sehingga dapat mengakibatkan manajemen nyeri yang buruk (Armour et al., 2019).

Dismenore menurut Hasibuan (2018) tidak hanya membuat aktivitas menjadi berat, tetapi juga memiliki dampak bagi fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi bagi wanita di seluruh dunia, membuat mereka mudah lelah dan mudah lelah. Remaja dengan dismenore berat memperoleh nilai yang lebih rendah (6,5%), penurunan konsentrasi (87,1%), dan lebih cenderung bolos sekolah (80,6 persen). Dismenore primer paling umum terjadi pada masa remaja, biasanya 2-3 tahun setelah menstruasi pertama. Kontraksi uterus yang

dirangsang oleh prostaglandin dianggap sebagai sumber nyeri pada dismenore primer. Namun, ketika gumpalan atau potongan jaringan dari lapisan rahim melewati leher Rahim terutama jika saluran serviks sempit, rasa sakit terasa lebih hebat.

Akibat tidak dilakukannya penanganan dismenore antara lain terganggunya aktivitas sehari-hari, *retrograde* menstruasi (haid yang maju mundur), infertilitas (kemandulan), dan infeksi. Faktor-faktor lain termasuk konflik emosional, kenyamanan, dan kecemasan semuanya dapat berkontribusi pada perasaan tidak nyaman. Ketegangan memiliki kecenderungan untuk memperburuk keadaan. Akibatnya, dismenore harus dikelola agar tidak menimbulkan dampak negatif yang sama seperti hal-hal yang disebutkan di atas. Ketidaknyamanan dismenore dapat berkisar dari ringan hingga berat dalam jenis dan intensitas (Syafudin, 2011).

Menggunakan tindakan farmakologis dan nonfarmakologis adalah salah satu cara untuk mengobati dismenore (Chen et al., 2018). Obat analgesik, terapi hormon, dan obat prostaglandin nonsteroid adalah contoh terapi farmakologis. Terapi nonfarmakologis dapat dilakukan dengan minuman hangat, aplikasi panas, pijat punggung, diet rendah lemak dan modifikasi gaya hidup serta ketidaknyamanan menstruasi dapat dikurangi dengan menggunakan komponen herbal yang efektif (Widowati et al., 2020).

Saat menstruasi, dismenore atau rasa tidak nyaman pada perut merupakan keluhan yang sering dialami oleh remaja, dengan nyeri yang biasanya terjadi di perut bagian bawah. Banyak orang masih belum tahu bagaimana cara mengatasi rasa sakit dan cara mengurangi dismenore saat

menstruasi, biasanya hanya diobati dengan obat nyeri saja (Susanti et al., 2020).

Pengetahuan adalah rasa ingin tahu seseorang melalui proses indera, khususnya pada mata dan telinga terhadap objek tertentu. Untuk mengembangkan perilaku terbuka, diperlukan pengetahuan (Donsu, 2017). Pengetahuan dapat ditandai sebagai faktor yang mendukung perilaku seseorang karena diperlukan untuk pengembangan kepercayaan diri dan sikap dalam perilaku sehari-hari.

Sangat penting bagi remaja putri untuk memiliki pemahaman yang memadai tentang nyeri haid. Sikap yang baik terhadap penerapan teknik yang tepat untuk mengurangi ketidaknyamanan menstruasi mungkin dipicu oleh pengetahuan yang memadai. (Oktabela & Putri, 2019).

Menurut penelitian Zein Nur et al. (2020) remaja putri yang memahami tentang ketidaknyamanan menstruasi maka semakin baik sikap mereka dalam menghadapinya dan apabila memiliki pengetahuan yang buruk atau kurang maka akan memiliki tanggapan sikap yang negatif. Beberapa contohnya yaitu merasa cemas, stress, tidak mepedulikan rasa nyeri, dan enggan melakukan penanganan nyeri haid.

Dimenore memiliki dampak negatif pada kehidupan banyak remaja. Dismenore dapat menyebabkan masalah psikologis pada remaja sehingga mengakibatkan penurunan kualitas hidup baik dari segi status fungsional atau aktivitas sehari-hari, fungsi psikologis, dan status fisik. Menurut penelitian Nyoman et al. (2018) dampak dismenore yang paling umum pada remaja

adalah produktivitas lebih rendah yang mempengaruhi 95 orang (72,5%), sedangkan dampak yang paling sedikit yaitu bolos sekolah.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Setiawan et al. (2021) skala nyeri terendah sebelum intervensi yaitu nyeri pada skala 2 dimana nyeri ditandai dengan rasa tidak nyaman, nyeri seperti dicubit namun masih dapat melakukan aktifitas dan skala nyeri tertinggi yang dimiliki responden adalah skala 6 dimana ditandai dengan nyeri yang dirasakan kuat dan dalam, tampak meintih, menekan-nekan bagian perut, dan tidak dapat fokus.

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Wulandari & Kustriani (2020) setelah melakukan pengabdian masyarakat tentang cara mengatasi dismenore, sebagian besar siswa (80%) mengetahui tentang nyeri haid yang disebut juga dengan dismenore, dan cara penanganannya.

Menurut penelitian Susanti et al. (2020) metode leaflet dan metode flipchart keduanya berpengaruh terhadap skor pengetahuan siswi tentang nyeri menstruasi (dismenore). Dari penelitian tersebut diperoleh rata-rata nilai pretest dengan media leaflet adalah 71.94 dan nilai posttest 77.48, rata-rata nilai pretest dengan media flipcharts 71.99 dan posttest 77,98.

Pada tanggal 21 November 2021 telah dilakukan studi pendahuluan menggunakan google formulir pada siswi di SMA Negeri 1 Sokaraja kelas X dengan jumlah yang mengisi kuesioner studi pendahuluan sebanyak 137 orang, diperoleh sebanyak 114 siswi (83,9%) mengalami dismenore dan 23 siswi (17,5%) tidak mengalami dismenore. Sebanyak 10 siswi (7,3%) mengaku pernah tidak masuk sekolah akibat nyeri menstruasi, dan sebanyak 71 siswi (51,8%) mengatakan bahwa nyeri menstruasi atau dismenore

mengganggu aktivitas sehari-hari. Dari 114 siswi yang mengalami dismenore terdapat 57 siswi yang mengaku belum mengetahui cara mengatasi dismenore.

Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berdasarkan latar belakang sebelumnya dengan menggunakan metode berbeda, yaitu “Pengaruh Buku Panduan *Managing Period Pain (Mapin)* Terhadap Pengetahuan Remaja Dalam Mengatasi Dismenore Di SMA Negeri 1 Sokaraja”.

## **B. Rumusan Masalah**

Angka kejadian dismenore primer di Jepang sebanyak 46% dan 27,3% dari penderita dismenore bolos sekolah. Dismenore mempengaruhi 64,25% wanita Indonesia, dismenore primer mempengaruhi 54,89% wanita, sedangkan dismenore sekunder mempengaruhi 9,36%. Wanita muda sebanyak 60-75% mengalami kasus dismenore primer, dengan tiga perempat melaporkan ketidaknyamanan ringan hingga sedang dan seperempat melaporkan rasa sakit yang parah. Pengetahuan diperlukan untuk pengembangan rasa percaya diri dan sikap dalam perilaku sehari-hari, maka pengetahuan dapat didefinisikan sebagai faktor pendukung perilaku seseorang.

Rumusan masalah dalam penelitian ini dapat ditetapkan berdasarkan latar belakang yang telah dikemukakan, yaitu: “Bagaimana pengaruh buku panduan *Managing Period Pain (Mapin)* terhadap pengetahuan remaja dalam mengatasi dismenore di SMA Negeri 1 Sokaraja ?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mempelajari lebih lanjut tentang Pengaruh buku panduan *Managing Period Pain (Mapin)* terhadap pengetahuan remaja dalam mengatasi dismenore di SMA Negeri 1 Sokaraja.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden dengan dismenore.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan remaja dalam mengatasi dismenore sebelum dan sesudah diberikan buku panduan *Managing Period Pain (Mapin)*.
- c. Mengetahui pengaruh buku panduan *Managing Period Pain (Mapin)* terhadap pengetahuan remaja dalam mengatasi dismenore.

### **D. Manfaat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi:

#### 1. Bagi Peneliti

Hasil pada penelitian ini dapat digunakan sebagai pengalaman belajar baru dan meningkatkan pengetahuan yang telah didapat selama perkuliahan, khususnya tentang materi dismenore dan cara mengatasinya.

## 2. Bagi Responden

Peneliti berharap adanya penelitian ini dapat bermanfaat bagi responden sebagai informasi tentang bagaimana buku panduan *Managing Period Pain (Mapin)* dapat menambah pengetahuan remaja dalam mengatasi dismenore.

## 3. Bagi Instansi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan ilmu pengetahuan bagi mahasiswa tentang pengaruh buku panduan *Managing Period Pain (Mapin)* terhadap pengetahuan remaja dalam mengatasi dismenore.

## 4. Bagi Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber referensi tentang dismenore, khususnya dalam mengatasi dismenore.