

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa menuju pendewasaan, pada masa ini system reproduksi pada remaja putri sudah mulai memasuki tahap matang dan siklus menstruasi pun telah menetap yakni pada situasi normal setiap bulan. Secara psikologis tahap ini merupakan masa dimana individu mengalami perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial dan moral, antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Sehingga keadaan ini pula dapat memengaruhi kondisi remaja putri sebelum dan selama masa menstruasi tiba (Siagian, 2017).

Wanita yang telah mengalami menstruasi biasanya memiliki beberapa masalah pada saat akan atau sementara menstruasi misalnya seperti mengalami gejala rasa nyeri di bagian perut bawah atau biasa disebut dismenorea. Rata-rata dismenorea yang dialami yaitu dismenorea primer. Dismenorea primer adalah nyeri saat menstruasi tanpa adanya kelainan pada alat-alat genital (Based dan Med, 2016). Dismenorea primer tidak berbahaya akan tetapi dapat mengganggu dan menghambat remaja dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan dapat menurunkan produktivitas remaja (Sakinah, 2016).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 didapatkan jumlah penderita dismenorea sangat tinggi di dunia, rata-rata lebih dari 50% wanita di setiap negara merasakannya, sekitar 72% di Swedia, 85,7% di Arab Saudi, 85,4% di Ethiopia, 64,0% di Meksiko, 89,10% di Iran, dan Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami dismenorea (WHO, 2020) . Rata-rata lebih dari 50% wanita di setiap negara mengalaminya. Di Amerika Serikat angka persentasenya

sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%.Sementara di Indonesia prevalensi dismenorea sebesar 64,25% dengan kejadian dismenorea primer sebesar 54,89% sedangkan sisanya adalah dismenorea sekunder (Based dan Med, 2016).

Dismenorea primer dialami oleh 60-75% remaja, dengan tiga perempat dari jumlah remaja tersebut mengalami nyeri ringan sampai berat dan seperempat lagi mengalami nyeri berat (TA Larasati, dan Faridah Alatas 2016). Penelitian kejadian dismenorea yang dilakukan terhadap remaja putri di Kecamatan Lima Puluh Kota Pekanbaru didapatkan hasil dari 208 responden, sebagian besar merasakan nyeri pada tingkat nyeri sedang yaitu 100 responden (48,1%), mengalami nyeri ringan 72 responden (34,6%), dan hanya sedikit yang mengalami nyeri berat yaitu 36 responden (17,3%). Intensitas nyeri pada setiap remaja putri berbeda-beda karena dipengaruhi oleh deskripsi, persepsi dan pengalaman remaja putri terhadap nyeri (Wulandari et al, 2018).

Sekitar 70-90% kasus dismenorea terjadi saat usia remaja dan dapat menimbulkan dampak konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan. Dari konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan akan mempengaruhi kecakapan dan keterampilannya. Kecakapan dan keterampilan yang dimaksud berarti luas, baik kecakapan personal yang mencakup; kecakapan mengenali diri sendiri dan kecakapan berpikir rasional, kecakapan sosial, kecakapan akademik, maupun kecakapan vokasional. Dismenorea mengakibatkan aktivitas belajar dalam pembelajaran bisa terganggu, konsentrasi menjadi menurun bahkan tidak ada sehingga materi yang diberikan selama pembelajaran yang berlangsung tidak bisa ditangkap oleh perempuan yang sedang mengalami dismenorea (Lestari, 2016).

Penyebab dismenorea tidak jelas, tetapi dismenorea dikaitkan dengan produksi hormon progesteron yang meningkat. Hormon progesterone dihasilkan oleh jaringan ikat (disebut *corpus luteum*), jaringan sebagai pengganti jaringan indung telur setelah melepaskan sel telur yang matang setiap bulan. Bila hormon progesteron sudah cukup tinggi dihasilkan, baru timbul keluhan dismenorea. Keluhan dismenorea yang menjelma menjadi keluhan di seluruh tubuh, antara lain: mual dan muntah-muntah, rasa letih, sakit daerah bawah pinggang, perasaan cemas dan tegang, pusing kepala dan bingung, dan sakit kepala (Yatim, 2016).

Perempuan di Indonesia terbilang cukup banyak yang merasakan dismenorea akan tetapi mereka tidak mau berkonsultasi ataupun melaporkannya ke dokter. Hal tersebut disebabkan karena merasa malu ketika mendatangi dokter serta adanya sifat cenderung menyepelkan penyakit seringkali menjadikan suatu data penderitanya pada suatu penyakit sdi Indonesia tidak bisa ditentukan jumlahnya dengan akurat. Total penderita yang terdapat pada fakta lapangan akan lebih banyak dibandingkan dengan laporan yang bisa dilakukan klaim oleh Dinas Kesehatan beserta lembaga yang berkaitan. Kebanyakan wanita yang mengalami dismenorea memakan obat yang ada di pasaran untuk menghilangkan rasa nyerinya. Sebagiannya lagi menganggap nyeri tersebut akan hilang sesudah wanita menjalani pernikahan, sehingga gangguan itu akan dibiarkan (Putinah, 2019).

Kurangnya pengetahuan tentang dismenorea primer tersebut yang mengakibatkan kurangnya penanganan untuk mengatasi rasa nyeri. Rendahnya pengetahuan tentang dismenorea primer akan berhubungan negatif dengan manajemen diri, artinya siswi remaja hanya memiliki sedikit pengetahuan terkait cara penanganan dismenorea. Seharusnya konseling yang intensif harus diberikan

agar menambah pengetahuan remaja terkait penyebab dan penatalaksanaan dismenorea (Ore & Ogundeko, 2021).

Menstruasi pertama atau menarche merupakan masa dimana tanda bahwa telah matangnya organ reproduksi wanita, hal ini dapat memberikan dampak pada remaja, berdasarkan teori yang mengatakan bahwa tahun-tahun awal menarche menjadi masa yang rentan terhadap gangguan menstruasi. Pada umumnya masa sekarang ini menarche terjadi pada usia rata-rata 12 tahun (Sefti & Franly, 2019).

Usia menarche yang terlalu muda <12 tahun dimana organ-organ reproduksi belum berkembang secara maksimal dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit pada saat menstruasi, karena organ reproduksi wanita belum berfungsi secara maksimal (Rudha & Alamsyah, 2017). Umur menarche < 12 tahun lebih rentan mengalami kejadian dismenorea. Remaja dengan umur menarche ≤ 12 tahun memiliki kemungkinan resiko 1,6 kali lebih besar mengalami dismenorea dibandingkan dengan siswi yang menstruasi pada umur 13–14 tahun (Sori & Jemadi, 2013).

Stres memiliki beraneka ragam dampak yang dapat mempengaruhi kesehatan mental maupun fisik. Salah satu dampak stres terhadap kesehatan adalah dismenorea (Angelina et al, 2017). Setiap wanita dalam usia subur setiap bulannya akan mendapat menstruasi (haid). Seiring haid yang datang, disertai dengan rasa nyeri pada daerah perut atau pinggang. Penyebab nyeri ini kemungkinan dapat dikarenakan stress (Hasrinta & Pajeriaty, 2014).

Saat seseorang mengalami stres terjadi respon neuroendokrin sehingga menyebabkan *Corticotrophin Releasing Hormone* (CRH) maka terjadi sekresi

Adrenocorticotrophic Hormone (ACTH). ACTH akan meningkatkan sekresi kortisol adrenal. Hormon-hormon tersebut menyebabkan sekresi *Follicle Stimulating Hormone*. (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH) terhambat sehingga perkembangan folikel terganggu. Hal ini menyebabkan pelepasan progesteron terganggu. Kadar progesteron yang rendah meningkatkan sintesis prostaglandin (Pundati et al., 2016).

Ketidakeimbangan antara prostaglandin menyebabkan ischemia pada sel-sel miometrium dan peningkatan kontraksi uterus. Peningkatan kontraksi yang berlebihan menyebabkan dismenorea (Hendrik et al, 2016). Stres merupakan salah satu faktor risiko terjadinya dismenorea, beberapa penelitian menunjukkan bahwa Aktivitas fisik dapat mengurangi intensitas nyeri haid dengan mengurangi stress (Sakinah, 2016).

Faktor lain yang dapat mempengaruhi terjadinya dismenorea selain pengetahuan, sikap, usia dan psikologis yaitu status gizi dari remaja tersebut. Gaya hidup remaja saat ini cenderung lebih berpikir praktis sehingga *fast food* menjadi salah satu alternatif pilihan makanan yang paling banyak dipilih. Kandungan asam lemak yang terdapat di dalam makanan cepat saji dapat mengganggu metabolisme progesteron pada fase luteal dari siklus menstruasi.

Akibatnya terjadi peningkatan kadar prostaglandin yang akan menyebabkan rasa nyeri pada saat dismenorea. Setelah ovulasi terjadi penumpukan asam lemak pada bagian fosfolipid pada sel membran. Pada saat kadar progesterone menurun sebelum haid, asam lemak yaitu asam arakidonat dilepaskan dan mengalami reaksi berantai menjadi prostaglandin yang dapat menimbulkan rasa nyeri saat haid (Larasati & Faridah, 2016).

Dismenorea memiliki dampak yang cukup besar bagi remaja putri karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja putri yang mengalami dismenorea pada saat menstruasi akan merasa terbatas dalam melakukan aktivitas khususnya aktivitas belajar di sekolah (N.F & D.A, 2020). Kasus seperti itu jika terus berlangsung akan menyebabkan produktivitas remaja terganggu, sehingga akan mengganggu kualitas sumber daya manusia dimasa yang akan datang. Berdasarkan latar belakang di atas peneliti tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “Faktor Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMA Negeri 8 Tangerang”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah yang ditentukan adalah apa sajakah factor faktor yang berhubungan dengan terjadinya dismenorea pada remaja putri di SMAN 8 Tangerang?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui faktor faktor yang berhubungan dengan terjadinya dismenorea pada remaja putri di SMAN 8 Tangerang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.3 Mengetahui hubungan pengetahuan remaja dengan kejadian

dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 8 Tangerang.

1.3.4 Mengetahui hubungan sikap remaja dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 8 Tangerang.

1.3.5 Mengetahui hubungan usia menarche remaja dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 8 Tangerang.

1.3.6 Mengetahui hubungan psikologi remaja dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 8 Tangerang.

1.3.7 Mengetahui hubungan status gizi remaja dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 8 Tangerang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Penulis

Penelitian ini memberikan wawasan pengetahuan serta adanya pengalaman bagi peneliti mengenai faktor faktor terhadap kejadian dismenorea.

1.4.2 Bagi Institusi Pendidikan

Data maupun hasil dari penelitian ini dapat dijadikan tambahan kepustakaan agar membantu peneliti selanjutnya sebagai bahan referensi dalam melakukan penelitian dalam bidang yang sama.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Hasil dari penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi dan pengetahuan kepada masyarakat terutama ibu mengenai pentingnya penerapan perilaku hidup bersih dan sehat bagi kesehatan. Sehingga dapat mengubah perilaku dan pengetahuan kurang baik remaja sebagai salah satu upaya penurunan dismenorea primer.

