

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa, pada masa ini terjadi proses pematangan yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial dan fisik. Pubertas pada remaja putri dapat ditandai dengan perubahan hormonal yang menyebabkan datangnya menstruasi pertama kali atau yang disebut dengan *menarche* (Sholihah, 2013). Menstruasi merupakan peluruhan dinding rahim yang terdiri atas darah dan jaringan tubuh. Setiap perempuan memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda sebagian perempuan mendapatkan menstruasi tanpa adanya keluhan, namun tidak sedikit dari mereka yang mendapatkan menstruasi disertai dengan keluhan (Fatmawati, 2016).

Seorang perempuan akan sering mengalami keluhan-keluhan menjelang menstruasi atau disebut *premenstrual syndrome* yang biasanya dimulai satu minggu sampai dengan beberapa hari sebelum datangnya menstruasi dan menghilang sesudah menstruasi datang walaupun kadang terus berlanjut sampai menstruasi berhenti. Sebanyak 95% perempuan Indonesia mengalami gejala *premenstruasi sindrom*, premenstruasi sedang hingga berat diderita berturut-turut oleh 3,9% dan 1,1%, angka tersebut lebih rendah dibanding perempuan Barat, Cina ataupun Jepang (Mahua, 2018).

Angka kejadian nyeri dismenorea di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenorea. Di Amerika angka sekitar 60% dan Swedia sekitar 72%, jadi perkiraan wanita Amerika 1,7 juta per hari kerja setiap bulan menderita akibat dismenorea (Misroh, 2009). Setengah remaja putri di Amerika serikat. Mengalami dismenorea ketika menstruasi, dari 133 remaja melakukan konsultasi ke praktik dokter. Di Indonesia sebesar 64-25% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan produktif yang tersiksa oleh dismenorea (Mahua, 2018).

Keluhan yang sering dialami remaja saat menstruasi yaitu dismenorea merupakan salah satu kekakuan atau kekejangan dibagian bawah perut yang terjadi pada waktu menjelang menstruasi atau selama menstruasi. Rasa sakit dismenorea bisa bermacam-macam, mulai dari rasa sakit yang tajam, berdenyut, mual, terbakar dan ditandai dengan timbulnya rasa nyeri pada bagian perut bawah. (Verawaty & Rahayu, 2012). Selain itu juga keluhan fisik seperti payudara terasa sakit atau bengkak, sakit punggung dan masalah kulit seperti jerawat (Hidayat, 2010).

Dismenorea memiliki dampak yang cukup besar bagi remaja putri karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja putri yang mengalami nyeri haid (dismenorea) pada saat menstruasi akan merasa terbatas dalam melakukan aktivitas khususnya aktivitas belajar di sekolah yang disertai rasa pusing, mual, muntah, demam, bahkan sampai pingsan. Menurut Rohmat (2013). Dampak diatas juga harus diwaspadai karena bisa saja merupakan adanya suatu gangguan pada sistem reproduksi dan yang paling banyak di temukan setelah pemeriksaan adalah gangguan kelainan pada organ-organ didalam rongga panggul (*endometriosis*) atau terdapat sel yang tidak normal pada rahim (*fibroid*) (NS Salika, 2010). Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi dismenorea yaitu *Menarche* dini (usia pertama kali menstruasi < 12 tahun), kurangnya olahraga, dan Siklus haid memanjang atau lama haid lebih dari normal (7 hari).

Dismenorea dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi antara lain, pemberian obat analgetik, obat nonsteroid prostaglandin, dan dilatasi servikalis. Tetapi obat-obatan tersebut menyebabkan ketergantungan dan memiliki kontra indikasi yaitu reaksi yang berlebih atau tidak diinginkan karena terlalu sensitif respon imun (*hipersensitifitas*) dan resiko tinggi pendarahan (Gumalasari, 2014). Sedangkan secara non farmakologi dapat dilakukan kompres dengan botol panas (hangat pada bagian yang terasa kram, biasa diperut atau pinggang bagian belakang), mandi air hangat, boleh juga menggunakan aroma terapi untuk menenangkan diri, minum-minuman hangat yang mengandung kalsium tinggi, menggosok-gosok perut atau pinggang yang sakit (Novriyana, 2018).

Remaja akan melakukan suatu tindakan penanganan dismenorea apabila telah mengetahui apa yang akan remaja kerjakan. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu. Tanpa pengetahuan, remaja tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi. Sikap yang ditunjukkan oleh remaja tergantung pengetahuan yang dimiliki, pengetahuan dismenorea dapat berpengaruh terhadap sikap dalam penanganan dismenorea. Dalam teori juga disebutkan salah satu faktor pembentukan perilaku selain pengetahuan adalah kekuatan yang diperoleh dari sikap ataupun perilaku teman, kerabat ataupun keluarga. Bagi remaja putri yang berpengetahuan kurang tetapi memiliki perilaku yang positif dalam penanganan dismenorea dikarenakan adanya perilaku penguat yang berasal dari keluarga (Utami, 2015).

Didalam kehidupan masyarakat, permasalahan terkait menstruasi masih dianggap hal yang tabu, padahal menstruasi adalah hal yang normal yang dialami oleh setiap wanita. Upaya penanganan dismenorea telah dilakukan oleh sebagian banyak remaja namun tidak ada hasil yang memuaskan, kurangnya pengetahuan para remaja tentang upaya pencegahan dan penanganan dalam mengatasi dismenorea (Handayani, 2014). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Erina (2014) di Manado, yang menunjukkan bahwa dari 66 responden yang mengalami dismenorea didapat data sebanyak 50,5% memiliki perilaku kurang baik dalam penanganan dismenorea. Dan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Rahmawati (2016) di SMAN 1 Bantul, menunjukkan bahwa sebanyak 34 responden yang mengalami dismenorea didapatkan sebanyak 46% responden memiliki perilaku penanganan dismenorea dengan kategori kurang baik.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMP Negeri 1 Sleman Yogyakarta pada hari kamis tanggal 21 Maret 2019 hasil didapatkan dari kelas VII A sampai G dan kelas VIII A sampai G terdapat populasi sebanyak 125 siswi yang mengalami dismenorea setiap bulannya saat menstruasi. Setelah dilakukan wawancara mereka mengatakan saat menstruasi mengalami gejala mual, pegal-pegal, nyeri perut bagian bawah, badan terasa lemas dan malas untuk beraktifitas. Informasi

tentang kesehatan reproduksi yang berkaitan dengan penanganan dismenorea juga belum diketahui baik sehingga kurang mengerti cara penanganan nyeri menstruasi dengan benar. Belum tersediannya obat-obatan memadai di UKS, juga memengaruhi terhadap penanganan dismenorea pada remaja putri.

Berdasarkan latar belakang dan masalah di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul gambaran penanganan dismenorea pada remaja putri.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini adalah gambaran penanganan dismenorea primer pada remaja putri di SMP Negeri 1 Sleman Yogyakarta.

C. Tujuan peneliti

1. Tujuan umum

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran penanganan dismenorea primer pada remaja putri di SMP Negeri 1 Sleman.

2. Tujuan khusus

3. Untuk mengetahui gambaran penanganan dismenorea pada remaja putri dengan kategori baik di SMP Negeri 1 Sleman.

4. Untuk mengetahui gambaran penanganan dismenorea pada remaja putri dengan kategori cukup baik di SMP Negeri 1 Sleman.

5. Untuk mengetahui gambaran penanganan dismenorea pada remaja putri dengan kategori kurang baik di SMP Negeri 1 Sleman.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil peneliti diharapkan dapat mengembangkan ilmu pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja terutama perilaku remaja tentang penanganan dismenorea.

a. Bagi remaja

Remaja dapat memperoleh pengetahuan dismenorea sehingga memberikan kontribusi agar mempunyai sikap yang positif dalam mengatasi dismenorea primer.

b. Bagi UKS

Penelitian ini diharapkan dapat memberi pelajaran yang positif sebagian bahan acuan untuk sekolah SMP Negeri 1 Sleman

c. Bagi perawat

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi mengenai penanganan pada dismenorea.

d. Bagi peneliti

Sebagian bahan refleksi berapa pentingnya informasi mengenai hubungan tingkat pengetahuan dismenorea terhadap perilaku mengatasi dismenorea agar diterapkan oleh peneliti.