

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut WHO, masa remaja adalah peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, di mana pada masa itu terjadi pertumbuhan yang pesat termasuk fungsi reproduksi sehingga mempengaruhi terjadinya perubahan-perubahan perkembangan, baik fisik, mental, maupun peran sosial (Kumalasari dan Andyantoro, 2012). Masa remaja merupakan salah satu tahap perkembangan dalam rentang kehidupan manusia. Pada tahap ini remaja akan mengalami suatu perkembangan fisik, seksual dan psikososial sebagai ciri dalam masa pubertas (Setianingrum, 2014).

Pada masa ini remaja mengalami suatu perubahan fisik yang cepat disertai banyak perubahan, termasuk didalamnya pertumbuhan organ-organ reproduksi untuk mencapai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi. Perubahan yang terjadi pada pertumbuhan tersebut diikuti munculnya tanda-tanda seks primer dan seks sekunder. Pada wanita sebagai tanda kematangan organ reproduksi di tandai dengan datangnya menstruasi (Kumalasari dan Andhyantoro, 2012).

Menstruasi adalah proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya, remaja yang mengalami *menarche* adalah pada usia 9-15 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek psikologi dan lainnya. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari,

dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari (Kusmiran, 2013). Terdapat gangguan-gangguan pada menstruasi seperti PMS (*Premenstrual Syndrome*), *hipomenorrea*, *polimenorrea*, *oligomenorrea*, *amenorrea* dan *dismenorea* (Sukarni dan Margareth, 2013).

Angka kejadian *dismenorea* di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap Negara mengalaminya. Diperkirakan di Indonesia 55% perempuan usia reproduksi mengalami *dismenorea* (Fitria, 2007). *Dismenorea* atau yang lebih dikenal dengan nama nyeri haid adalah keluhan yang sering dialami pada remaja putri tepatnya di perut bagian bawah. *Dismenorea* merupakan penyakit yang sudah cukup lama dikenal. Nyeri tersebut dapat disertai mual, muntah, diare, berkeringat dingin, dan pusing. Namun belakangan diketahui bahwa nyeri ketika haid tidak hanya dirasakan dibagian perut bagian bawah saja. Beberapa remaja terkadang merasakan didaerah punggung bagian bawah, pinggang, panggul, otot paha atas hingga betis (Anugroho, 2011).

Banyak orang yang beranggapan nyeri haid merupakan hal yang sangat wajar dan dapat terjadi pada perempuan yang mengalami menstruasi khususnya pada remaja putri, namun tidak sedikit perempuan yang mengalami nyeri yang berkepanjangan dan terus menerus hingga mengalami rasa sakit bahkan tidak dapat melakukan aktifitas selama menstruasi karena rasa nyeri yang tidak tertahankan. *Dismenorea* juga memiliki hubungan dengan keadaan psikologis yang tidak nyaman pada perempuan yang menstruasi seperti, cepat tersinggung, suasana hati yang buruk, mudah marah dan lain –lain (Anurogo, 2011).

Gejala-gejala nyeri haid di antaranya yaitu rasa sakit datang secara tidak teratur, tajam dan kram dibagian bawah perut yang biasanya menyebar kebagian belakang terus ke kaki, pangkal paha dan vulva (bagian luar alat kelamin wanita). Rasa sakit menstruasi juga diikuti dengan premenstruasi sindrom yaitu sekumpulan gejala bervariasi yang muncul antara 7 hingga 14 hari sebelum masa haid dimulai dan biasanya berhenti saat menstruasi dimulai. Gejala-gejala tersebut meliputi tingkah laku seperti kegelisahan, kecemasan, depresi, iritabilitas/sensitif, lekas marah, gangguan tidur, kelelahan, lemah, mengidam makanan dan kadang-kadang perubahan suasana hati yang sangat cepat. Selain itu juga keluhan fisik seperti payudara terasa sakit atau membengkak, perut kembung atau sakit, sakit kepala, sakit sendi, sakit punggung, mual, muntah, diare atau sembelit, dan masalah kulit seperti jerawat (Proverawati, 2009).

Jika *dismenorea* tidak diatasi, maka akan mengganggu pola tidur, nafsu makan menurun, terganggunya interaksi dengan orang lain, terganggunya gerakan fisik, dan terganggunya aktivitas santai. Hasil penelitian Ortiz (2009) menyebutkan bahwa *dismenorea* menyebabkan 24% penderitanya harus absen sekolah ketika mengalaminya dikarenakan beratnya nyeri yang mereka rasakan. Seorang remaja yang mengalami *dismenorea* juga menjadi mudah terserang stress jika tidak diberikan informasi yang benar mengenai *dismenorea*, ia merasa keadaan *dismenorea* sangat menyulitkan segala aktivitasnya. Dampak yang ditimbulkan dari *dismenorea* adalah penurunan aktifitas sehari-hari. Faktor risiko *dismenorea* tidak hanya berkaitan dengan faktor fisiologis tapi juga faktor psikologi termasuk kecemasan dapat memicu tingkat yang lebih serius yaitu stress (Tamsuri 2007).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 17 April 2015 di SMP Negeri 2 Turi Sleman dengan melakukan wawancara kepada 22 siswi, didapatkan hasil bahwa terdapat 18 siswi yang mengalami *dismenorea* pada saat menstruasi, dan hanya 4 siswi yang tidak mengalami *dismenorea* pada saat menstruasi. Dari ke 18 siswi yang mengalami *dismenorea*, terdapat 12 siswi yang mengatakan mempunyai rasa cemas seperti takut, khawatir dan gelisah pada saat menstruasi. Hal ini menyebabkan terganggunya aktivitas di sekolah (terganggunya proses belajar, bahkan sampai tahap tidak masuk sekolah karena rasa nyeri yang berlebih). Dan mereka masih bingung dengan penanganan nyeri yang mereka rasakan, sedangkan 6 siswi lainnya tidak merasakan kondisi seperti diatas (biasa-biasa saja).

Sehubungan dengan hal tersebut, maka penulis tertarik untuk meneliti tentang “Tingkat Kecemasan Remaja Putri Kelas VII Dalam Menghadapi *Dismenorea* di SMP Negeri 2 Turi Sleman Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah sebagai berikut “Bagaimana tingkat kecemasan remaja putri Kelas VII dalam menghadapi *dismenorea* di SMP Negeri 2 Turi Sleman Yogyakarta.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui tingkat kecemasan remaja putri kelas VII dalam menghadapi *dismenorea* di SMP Negeri 2 Turi Sleman.

2. Tujuan khusus

1. Untuk mengetahui prosentase tingkat kecemasan remaja putri kelas VII dalam menghadapi *dismenorea* di SMP Negeri 2 Turi Sleman pada tingkat tidak ada gejala.
2. Untuk mengetahui prosentase tingkat kecemasan remaja putri kelas VII dalam menghadapi *dismenorea* di SMP Negeri 2 Turi Sleman pada tingkat gejala ringan.
3. Untuk mengetahui prosentase tingkat kecemasan remaja putri kelas VII dalam menghadapi *dismenorea* di SMP Negeri 2 Turi Sleman pada tingkat gejala sedang.
4. Untuk mengetahui prosentase tingkat kecemasan remaja putri kelas VII dalam menghadapi *dismenorea* di SMP Negeri 2 Turi Sleman pada tingkat gejala berat
5. Untuk mengetahui prosentase tingkat kecemasan remaja putri kelas VII dalam menghadapi *dismenorea* di SMP Negeri 2 Turi Sleman pada tingkat gejala berat sekali.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat memberikan masukan bagi pengembangan ilmu pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya *dismenorea* dan penanganannya.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Remaja Putri

Menambah pengetahuan dan wawasan tentang dismenorea dan penanganannya sehingga dapat memahami bagaimana cara mengatasi *dismenorea* dengan benar dan dapat terhindar dari masa cemas yang berlebih.

b. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan menerapkan ilmu pengetahuan yang telah didapatkan serta pengalaman dibidang penelitian guna pengembangan penelitian selanjutnya di bidang kesehatan reproduksi.

c. Bagi SMP Negeri 2 Turi Sleman

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya *dismenorea* sehingga bisa diterapkan kepada semua siswa terutama pada remaja putri di sekolah.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian oleh Husnul (2013) tentang “Tingkat Kecemasan dan Derajat *Dismenorea* Pada Atlet Putri POMNAS XIII DIY Tahun 2013” metode penelitian ini menggunakan metode *deskriptif kuantitatif* dengan pendekatan *cross sectional* dan pengambilan sampel menggunakan *accidental Sampling* analisis yang digunakan adalah *teknik analisis deskriptif*. Dengan hasil atlet putri POMNAS XIII DIY tahun 2013 mengalami kecemasan dalam katogori ringan

(55.6%) dan mengalami derajat *dismenorea* dalam kategori nyeri ringan (42.2%). Perbedaan terletak pada jenis penelitian, rancangan penelitian, lokasi dan waktu penelitian serta populasi dan sampel.

2. Penelitian oleh Wina (2012) tentang “Pengaruh Aktivitas Olahraga Terhadap Kejadian Dismenorea Pada Siswi Kelas XII di Masdrasah Aliyah Negeri (MAN) Wonokromo Pleret Bantul Yogyakarta”. Metode penelitian ini adalah eksperimen semu (*quasi experiment*) dengan rancangan penelitian pretest-posttest dengan kelompok kontrol (*pretest-posttest with control group*) dengan pendekatan *cross sectional* pada 117 sampel dari 7 kelas dengan menggunakan *purposive sampling* dengan menggunakan analisa *Univariat*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan ($p < 0,05$) antara aktivitas olahraga dengan kejadian dismenorea. Perbedaan terletak pada jenis penelitian rancangan penelitian, lokasi dan waktu penelitian serta populasi dan sampel.
3. Penelitian oleh Kiki (2013) tentang “Pola Perilaku Remaja dalam Mengatasi Keluhan Dismenorea di SMK Muhammdiyah 2 Moyudan Sleman Yogyakarta”. Metode penelitian ini adalah *kuantitatif, observasional* dengan rancangan *deskriptif non-analitik* dan pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling* dengan menggunakan analisa *Univariat*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa siswa dalam mengatasi disminore dengan meminum jamu/meminum herbal kunyit yaitu sebanyak 52,8%. Perbedaan penelitian ini terdapat pada jenis penelitian, rancangan penelitian, lokasi dan waktu penelitian serta populasi dan sampel.