

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi adalah sebuah proses fisiologis yang menandai perkembangan organ reproduksi seorang wanita saat memasuki masa remaja (Herdianti et al., 2019). Selama periode menstruasi, seringkali muncul keluhan terutama pada wanita usia produktif. Keluhan tersebut tidak hanya berdampak pada masalah kesehatan reproduksi, tetapi juga dapat mengganggu produktivitas sehari-hari pada wanita. Wanita sering mengalami gangguan menstruasi seperti nyeri perut bagian bawah, ketidakteraturan menstruasi, nyeri pinggang, dan salah satunya adalah dismenore (Febrina, 2021).

Dismenore atau nyeri haid adalah masalah yang sering kali mendorong Wanita muda untuk mencari bantuan medis. Karena sifatnya yang bersifat subjektif, menilai tingkat keparahan atau intensitasnya menjadi tugas yang sulit (Hidayanti & Adiwiryo, 2021). Dismenore merupakan salah satu gangguan yang terjadi selama menstruasi, Dimana keluhan ini muncul akibat kram pada rahim. Nyeri dapat terjadi karena kontraksi tidak teratur dari otot-otot Rahim (miometrium) dan dapat menghasilkan satu atau lebih gejala, mulai dari nyeri perut bagian bawah yang ringan hingga berat, disertai dengan rasa nyeri yang bersifat spasmodic di sisi dalam paha (Hanum, 2020).

Dismenore merupakan pengalaman sensasi sakit dan kram dibagian bawah perut yang sering disertai dengan gejala lain seperti berkeriang, sakit kepala, mual, muntah, diare, dan gemeteran. Gejala-gejala ini umumnya muncul sebelum atau selama menstruasi. Terdapat dua jenis dismenore, yaitu dismenore primer dan sekunder. Dismenore primer merujuk pada rasa sakit tanpa adanya penyakit panggul patologis yang jelas, dan kebanyakan terjadi untuk pertama kalinya pada wanita yang berusia 20 tahun atau lebih muda setelah siklus ovulasi mereka menjadi teratur. Sementara itu dismenore sekunder disebabkan oleh kondisi panggul patologis yang mendasarinya dan lebih sering pada Wanita yang berusia lebih dari 20 tahun (Kojo et al., 2021).

Menurut World Health Organization (WHO), dismenore memiliki angka kejadian yang tinggi, dengan sekitar 1.769.425 wanita di seluruh dunia atau 90% populasi wanita mengalami kondisi ini. Dari jumlah remaja yang mengalami dismenore tersebut, lebih dari 10-20% mengalami tingkat keparahan nyeri yang berat dan mengganggu. Di Indonesia, prevalensi dismenore mencapai 107.673 orang atau 64,825%

dari populasi Wanita. Dari jumlah tersebut, 59.671 orang atau 54,89% mengalami dismenore primer, sementara 9.496 orang atau 9,36% mengalami dismenore sekunder (Dara Ardha, Shafira Nurul Izza, 2023). Dengan data yang ada, diperkirakan bahwa sekitar 55% Perempuan usia produktif mengalami kesulitan akibat nyeri selama menstruasi. Prevalensi nyeri menstruasi dikalangan remaja produktif berkisar 45% hingga 95% (Zulfa & Lestari, 2022). Angka kejadian dismenore di Jawa Tengah pada kalangan remaja diperkirakan mencapai 56%. Pada tahun 2013, sekitar 50-80% wanita berusia 12-19 tahun dilaporkan mengalami dismenore (Latifah et al., 2020).

Gejala dari dismenore primer mencakup ketidaknyamanan pada bagian bawah perut yang bersifat kolik dan merambat hingga punggung bagian bawah. Nyeri yang dirasakan di area suprapubis bisa bervariasi antara tajam, mendalam, tumpul, atau terasa seperti kram. Daerah pelvis dapat mengalami sensasi penuh dan mulas, yang juga dapat menjalar ke paha bagian dalam dan lumbosakralis. Selain nyeri dismenore primer dapat menimbulkan gejala lain seperti mual, muntah, sakit kepala, pusing, kelelahan, diare, perubahan emosi selama menstruasi dan bahkan terkadang pingsan (Amelia et al., 2022).

Dismenore primer memiliki beberapa penyebab, termasuk faktor psikologis, karakteristik tubuh (konstitusi), dan ketidakseimbangan hormon. Disisi lain, dismenore sekunder disebabkan oleh masalah struktural atau fungsional pada organ reproduksi, seperti endometriosis, tumor rahim, atau peradangan kronis di panggul. Penggunaan alat kontrasepsi IUD juga dapat berkontribusi pada munculnya dismenore pada sebagian individu. Dismenore sekunder biasanya muncul pada rentang usia 20-30 tahun (Maksum et al., 2019).

Dismenore berdampak negatif pada remaja perempuan, dengan 14% dari mereka mengalami kesulitan menjalani aktivitas sehari-hari dan mengalami gangguan partisipasi dalam kegiatan sekolah, bahkan hingga ketidakhadiran di sekolah. Kualitas hidup siswi juga dapat terpengaruh karena dismenore, dapat menurunkan tingkat konsentrasi dan motivasi belajar (Dahlianaa et al., 2023). Dismenore sering kali menimbulkan ketidaknyamanan pada remaja, bahkan beberapa mengalami gangguan dalam menjalankan aktivitas mereka. Beberapa individu yang mengalami dismenore mungkin perlu beristirahat dan menahan diri dari aktivitas normal mereka selama beberapa jam atau bahkan beberapa hari. Hal ini dikarenakan tingkat nyeri menstruasi tiap individu berbeda ada yang ringan, sedang, atau berat (Gunawati & Nisman, 2021).

Faktor-faktor risiko yang terkait dengan kemunculan dismenore primer mencakup beberapa aspek. Termasuk menarche yang terjadi pada usia kurang dari 12 tahun (menarche dini), tingkat stres, riwayat keluarga dengan dismenore, durasi menstruasi yang panjang, serta faktor endrokin. Faktor lainnya mencakup aktivitas fisik, status gizi, kualitas tidur, dan kebiasaan merokok (R. Putri, 2021). Selain itu belum pernah hamil dan melahirkan, riwayat keluarga yang memiliki sejarah nyeri haid, serta status gizi juga menjadi faktor risiko yang dapat mempengaruhi terjadinya dismenore primer (Tiara Mayang Sari, Suprida, Rizki Amalia, 2022). Faktor-faktor dismenore yang diteliti oleh peneliti adalah usia menarche, lama menstruasi, riwayat keluarga yang mengalami dismenore, indeks massa tubuh (IMT), aktivitas fisik, tingkat stres, kualitas tidur.

Wanita yang mengalami menarche, atau menstruasi pertama pada usia kurang dari 12 tahun memiliki resiko lebih tinggi mengalami dismenore. Usia menjadi faktor risiko karena pada saat menarche organ reproduksi perempuan belum sepenuhnya siap menghadapi perubahan pada rahim, dan dinding rahim masih mengalami penyempitan. Hal ini terjadi karena pada usia tersebut, organ-organ reproduksi sedang mengalami perkembangan dan terjadi perubahan hormon yang signifikan. Sensasi nyeri sebelum dan selama menstruasi umumnya dipicu oleh peningkatan produksi hormon prostaglandin (Resty Hermawahyuni et al., 2022).

Lama menstruasi melebihi batas normal (lebih dari 7 hari), hal ini dapat menyebabkan kontraksi uterus yang meningkat, yang pada gilirannya meningkatkan produksi prostaglandin. Peningkatan produksi prostaglandin yang berlebihan dapat menjadi penyebab nyeri, sementara kontraksi uterus yang berkelanjutan dapat menghentikan aliran darah ke uterus, mengakibatkan terjadinya dismenore (Mulyani et al., 2022). Semakin lama menstruasi berlangsung, semakin sering uterus berkontraksi yang kemudian menyebabkan peningkatan rasa nyeri selama menstruasi. Remaja perempuan yang mengalami menstruasi lebih dari 7 hari memiliki risiko 1,2 kali lebih tinggi untuk mengalami dismenore dibandingkan dengan mereka yang mengalami menstruasi kurang dari 7 hari (Juhaeriah et al., 2020).

Keterlibatan riwayat keluarga memiliki dampak signifikan dalam terjadinya dismenore primer. Ini disebabkan oleh adanya faktor genetik yang dapat mempengaruhi kondisi perempuan. Riwayat keluarga diartikan sebagai elemen-elemen genetik dan asal usul dalam keluarga yang dapat mengidentifikasi seseorang dengan risiko lebih tinggi

untuk mengalami suatu penyakit. Riwayat keluarga berperan penting dalam kemungkinan terjadinya dismenore primer pada wanita, sesuai dengan temuan penelitian yang menunjukkan bahwa individu yang mengalami dismenore primer seringkali memiliki Riwayat keluarga atau keturunan yang juga mengalami dismenore primer (Novia dan Puspitasari, 2008). Nyeri haid yang dialami oleh remaja tersebut merupakan hasil dari faktor keturunan yang diterima dari ibunya (Septiyani & Simamora, 2022).

Indeks Masa Tubuh (IMT) yang menunjukkan status gizi yang tidak normal, seperti kelebihan berat badan (*overweight*) merupakan salah satu faktor risiko bagi dismenore primer. Remaja dengan status gizi berlebih memiliki kemungkinan mengalami dismenore 5,508 kali lebih tinggi dibandingkan dengan mereka yang memiliki status gizi normal. Kelebihan berat badan dapat menjadi penyebab hiperplasia pembuluh darah, dimana pembuluh darah pada organ reproduksi wanita tertekan oleh jaringan lemak. Akibatnya aliran darah yang seharusnya lancar selama proses menstruasi terganggu, menyebabkan timbulnya dismenore primer. Pada wanita Dengan Indeks Massa Tubuh berlebih, keberadaan asam lemak yang berlebihan dalam tubuh dapat mengganggu metabolisme progesterone selama fase luteal. Akibatnya terjadi peningkatan kadar prostaglandin (PG) yang memicu spasme miometrium dan menghasilkan rasa nyeri saat menstruasi (Nuraini et al., 2021).

Kekurangan aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang memicu rasa nyeri selama menstruasi. Berolahraga adalah cara efektif untuk mengurangi ketidaknyamanan saat menstruasi karena aktivitas fisik membantu mengurangi produksi hormon prostaglandin yang menjadi penyebab utama dismenore. Selain menyebabkan nyeri saat menstruasi, kurangnya aktivitas fisik juga dapat mengakibatkan penurunan sirkulasi oksigen ke seluruh tubuh. Melakukan aktivitas fisik secara teratur, minimalseminggu sekali, dapat mengurangi nyeri di bagian bawah perut (Fadjriyaty, 2021).

Stres bisa mengganggu fungsi sistem endokrin, yang pada gilirannya dapat menyebabkan ketidakaturan menstruasi dan timbulnya rasa sakit saat menstruasi atau dismenore (Sandayanti et al., 2019). Ketika seseorang mengalami stres, tubuh akan menghasilkan hormon adrenalin, estrogen, dan prostaglandin secara berlebihan. Peningkatan kadar hormon estrogen dapat menyebabkan kontraksi uterus yang berlebihan, sementara hormon adrenalin juga akan meningkat, yang mengakibatkan ketegangan otot tubuh termasuk otot rahim, hal ini dapat menyebabkan nyeri. Selain itu, peningkatan hormon prostaglandin juga dapat menyebabkan kontraksi otot rahim dan

vasospasme pada arteriol uterin, yang menyebabkan iskemia dan kram pada bagian perut, yang merangsang rasa nyeri (P. Putri et al., 2021).

Kualitas tidur dapat terpengaruh pada wanita yang mengalami dismenore primer karena gejala ini sering kali berhubungan dengan nyeri, kecemasan, dan depresi. Penderita dismenore primer cenderung mengalami gangguan tidur karena rasa sakit yang terus menerus selama menstruasi. Sebagai akibatnya, kualitas tidur mereka sering kali lebih buruk daripada orang yang tidak mengalami masalah ini (Permata & Halim, 2023).

Dari Hasil wawancara yang dilakukan di SMAN 1 Karangnongko dengan melibatkan 10 siswi sebagai responden menunjukkan bahwa saat menstruasi, banyak dari mereka mengalami dismenore. Dari 10 siswi didapatkan 9 siswi mengatakan mengalami dismenore pada hari pertama hingga hari ketiga menstruasi, mereka mengatakan mengalami usia menarche kurang lebih pada usia 12 tahun, dengan lama menstruasi 5-7 hari, 6 siswa mengatakan terdapat riwayat keluarga yang mengalami dismenore. Para siswi mengatakan tidak mengetahui mengenai tingkat stres dan kualitas tidur mereka. Dan aktivitas fisik mereka mengatakan hanya berkegiatan di sekolah dan di rumah membantu pekerjaan rumah. Dismenore menyebabkan ketidaknyamanan akibat rasa nyeri. Sebagian besar mengalami gejala seperti nyeri perut, pusing, dan mual selama menstruasi. Beberapa siswi bahkan mengalami kesulitan dalam proses pembelajaran dan membutuhkan izin untuk tidak mengikuti pembelajaran. Mengingat banyaknya siswi yang mengalami dismenore, maka harus dilakukan pencegahan terhadap dismenore. Berdasarkan hasil wawancara pada remaja, maka peneliti berminat untuk menjalankan sebuah penelitian yang berfokus pada “Faktor-Faktor Determinan yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Siswi di SMAN 1 Karangnongko”.

B. Rumusan Masalah

Kejadian dismenore pada remaja merupakan hal yang relevan untuk dibahas, mengingat dapat memberikan dampak negatif pada kesehatan fisik maupun psikologis. Oleh karena itu, penting untuk memahami faktor-faktor yang berpotensi mempengaruhi kejadian dismenore. Beberapa faktor yang mungkin menjadi penyebab dismenore pada remaja meliputi usia menarche, durasi menstruasi, tingkat stres, gaya hidup, dan indeks masa tubuh, kualitas tidur. Selain itu, faktor genetik atau keturunan juga dapat berperan sebagai faktor dalam terjadinya dismenore. Identifikasi faktor-faktor tersebut diharapkan dapat membantu dalam pengembangan strategi pencegahan dan intervensi

untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja, serta mengurangi dampak negatif yang mungkin timbul akibat kejadian dismenore selama masa pertumbuhan remaja. Dengan dasar tersebut, rumusan permasalahan penelitian ini adalah “Faktor-Faktor apa saja kah yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada siswi SMAN 1 Karangnongko?”.

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden meliputi usia menarche, lama menstruasi, riwayat dismenore pada keluarga, indeks massa tubuh, tingkat stres, aktivitas fisik, dan kualitas tidur pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.
- b. Mengetahui hubungan usia menarche dengan dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.
- c. Mengetahui hubungan lama menstruasi dengan dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.
- d. Mengetahui hubungan riwayat dismenore pada keluarga dengan dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.
- e. Mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.
- f. Mengetahui hubungan tingkat stres dengan dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.
- g. Mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.
- h. Mengetahui hubungan kualitas tidur dengan dismenore pada siswi di SMAN 1 Karangnongko.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi sebagai sumber informasi dan memperkaya variasi penelitian dalam bidang ilmu kesehatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Klaten

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan referensi di perpustakaan, memberikan kontribusi kepada mahasiswa dalam meningkatkan pemahaman terkait dismenore.

b. Bagi siswi

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi salah satu bahan dasar terkait gambaran masalah kesehatan pada siswi SMAN 1 Karangnongko dan memberikan masukan kepada instansi kesehatan pada SMAN 1 Karangnongko dalam upaya pencegahan dan penanggulangan kejadian dismenorea primer pada mahasiswa.

c. Bagi SMAN 1 Karangnongko

Hasil penelitian ini di harapkan memberikan masukan bagi SMAN 1 Karangnongko untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja putri

d. Bagi profesi perawat

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber referensi yang bermanfaat untuk memberikan edukasi dibidang keperawatan terkait faktor-faktor dismenore.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi acuan dalam pengembangan penelitian selanjutnya yang terkait dengan dismenore pada remaja, memberikan dasar dan arah bagi penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama peneliti	Judul penelitian	Metode penelitian	Hasil penelitian	Perbedaan dengan yang diteliti
1.	Indah Nurfazriah, Rahmi Nurvianti Selian, Annisa Nurhayati H (2022)	Analisis Faktor –Faktor yang berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Siswi Smk Negeri 3 Kota Cilegon tahun 2022	Jenis penelitian yaitu kuantitatif menggunakan pendekatan cross-sectional. Jumlah populasi 288 siswi dan sampel 81 siswi yang teknik yang digunakan teknik Random Sampling.	Hasil penelitian diperoleh 76 siswi (93,8%) mengalami dismenore, 68 siswi (84%) yang kebiasaan olahraga tidak rutin mengalami dismenore dengan nilai p = 0,027 dan 67	Perbedaan penelitian terletak pada variabel penelitian. Pada penelitian terdahulu menggunakan variabel kebiasaan olahraga, lama menstruasi.

			Analisis menggunakan analisis univariat dan juga bivariat dengan uji chi Square.	siswi (82,7%) yang lama menstruasi 3-7 hari mengalami dismenore dengan nilai p = 0,034.	Sedangkan penelitian ini menggunakan variabel usia menarche, lama menstruasi, IMT, riwayat keluarga yang mengalami dismenore, aktivitas fisik, tingkat stres, dan kualitas tidur.
2.	Resty Jayanti, Ade Saputra Nasution, Rindasari Munir, dan Shanti Ariandini (2022)	Determinan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi	Jenis kuantitatif digunakan dalam penelitian ini dengan cross sectional sebagai pendekatan. Sebanyak 153 responden mahasiswi di Kota Bogor diseleksi sebagai sampel dengan menggunakan teknik pengambilan sampel purposive sampling. Analisis univariat serta bivariat digunakan dalam penelitian ini dengan menggunakan chi-square test.	Hasil penelitian menggambarkan bahwa aktivitas fisik bernilai 0,000 yang berarti ada hubungan dengan kejadian dismenore, status gizi 0,014 yang berarti ada hubungan dengan kejadian dismenore, tingkat stres 0,005 yang memiliki arti ada hubungan dengan kejadian dismenore dan kualitas tidur bernilai 0,476 yang berarti tidak ada hubungan dengan kejadian dismenore	Perbedaan penelitian terletak pada variabel penelitian dan populasi. Pada penelitian terdahulu menggunakan variabel aktivitas fisik, kualitas tidur, tingkat stres dan status gizi. Sedangkan penelitian ini menggunakan variabel usia menarche, lama menstruasi, IMT, Riwayat keluarga yang mengalami dismenore, aktivitas fisik, tingkat stres, dan kualitas tidur. Populasi pada penelitian terdahulu adalah mahasiswi dengan teknik sampling purposive sampling,

sedangkan penelitian ini populasi yang akan diteliti adalah pelajar SMA dengan teknik probability sampling yaitu simple random sampling.

<p>3. Firdawsyi Nuzula, Maulida Nurfazriah Oktaviana (2019)</p>	<p>Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Akademi Kesehatan Rustida Banyuwangi</p>	<p>Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik observasional dengan rancangan cross sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan non probability sampling. Besar sampel sebanyak 60 mahasiswa tingkat dua Akademi Kesehatan Rustida. Alat pengumpulan data menggunakan angket. Analisis data menggunakan Chi Square dan regresi logistik ganda.</p>	<p>Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian dismenore (p value = 0.000), tingkat stres dengan dismenore (p value = 0.001), konsumsi fast food dengan dismenore (p value = 0.001), paparan asap rokok dengan kejadian dismenore (p value = 0.002), tidak ada hubungan antara status gizi dengan dismenore (p value = 0.011). Variabel aktivitas fisik yang berpengaruh paling dominan terhadap kejadian dismenore pada mahasiswa</p>	<p>Perbedaan penelitian terletak pada variabel penelitian dan teknik pengambilan sampel. Pada penelitian terdahulu menggunakan variabel aktivitas fisik, tingkat stress, konsumsi fast food, paparan asap rokok, status gizi. Sedangkan penelitian ini menggunakan variabel usia menarche, lama menstruasi, IMT, riwayat keluarga yang mengalami dismenore, aktivitas fisik, tingkat stres, dan kualitas tidur. Teknik pengambilan sampel pada penelitian terdahulu yaitu</p>
-----------------------------------------------------------------	----------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------	-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------

tingkat dua non probability
Akademi sampling,
Kesehatan sedangkan pada
Rustida Krikilan penelitian ini
dari hasil uji menggunakan
regresi logistic teknik
nilai OR sebesar probability
17.211. sampling yaitu
simple random
sampling.
