

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa perkembangan yang sangat penting, dan diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga nantinya mampu bereproduksi termasuk masa pubertas pada remaja putri yakni terjadinya menstruasi dalam darah, prostaglandin, dan faktor stress/psikologi hal ini menjadi masalah kesehatan paling umum pada wanita di usia reproduksi, dapat menurunkan kualitas hidup serta menghambat aktivitas sosial remaja putri, memaksa wanita untuk beristirahat yang berdampak pada kinerja dan berkurangnya aktifitas sehari-hari (Febrian, Kristian 2021). Pubertas merupakan awal dari kematangan seksual yaitu ketika terjadi perubahan fisik, hormonal, dan seksual yang telah mampu untuk bereproduksi. Pubertas berhubungan dengan pesatnya pertumbuhan ciri-ciri seksual sekunder, yaitu ditandai dengan menstruasi (Kartika et al. 2024).

Peristiwa penting yang terjadi pada remaja putri adalah pubertas yang ditandai dengan datangnya menstruasi yang pertama kali, biasanya umur 10-16 (Ilmiah et al. 2024). Menstruasi atau yang lebih dikenal dengan istilah haid pada wanita merupakan peluruhan yang terjadi pada dinding rahim yang terdiri atas darah dan jaringan tubuh. Menstruasi merujuk kepada sel-sel dan darah dalam tubuh yang dikeluarkan secara periodik dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Pada saat menstruasi, masalah yang dialami oleh sebagian besar wanita adalah rasa tidak nyaman atau rasa nyeri yang hebat hal ini biasa disebut dengan dismenore. Dismenore masih menjadi masalah kesehatan wanita (Mayestika and Hasmira 2021).

Sebagian perempuan dapat mengalami menstruasi yang tidak normal, gangguan menstruasi pada perempuan dapat berasal dari gangguan ketidakseimbangan hormonal, permasalahan pada struktur organ reproduksi, adanya infeksi, dan faktor lain yang tidak diketahui secara pasti. Jenis gangguan menstruasi yang banyak dialami perempuan yaitu sindrom

premenstrual, *amenore* (tidak menstruasi), dan *dismenore* (nyeri saat menstruasi) (Ilham et al. 2022).

Perempuan yang merasakan nyeri dan kram di perut bagian bawah serta kelemahan kondisi ini yang dikenal sebagai dismenore, yaitu rasa nyeri yang terjadi selama menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Makarim, R Fadhli 2021). Dismenore atau yang disebut juga sebagai *calmenial pelvic pain*, dapat berlangsung selama dua hari atau lebih sesuai dengan lamanya menstruasi. Jika rasa nyeri tersebut tidak menghalangi aktivitas rutin, kondisi ini disebut dismenore primer. Namun, seringkali nyeri tersebut sangat hebat sehingga membuat penderita terpaksa beristirahat dan menghentikan kegiatan sehari-hari (Budianto 2015).

Dismenore dapat terjadi pada perempuan dari segala usia, dan keluhan ini sering menyebabkan ketidaknyamanan fisik yang dapat mempengaruhi kehadiran di sekolah dan menurunkan produktivitas. Sekitar 40%-70% perempuan mengalami nyeri menstruasi, dan 10% di antaranya merasa terganggu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Yulinda et al. 2017). Beberapa dampak dari dismenore meliputi pingsan, mual, muntah, sakit kepala, dan kelelahan. Nyeri menstruasi sering dialami oleh remaja dan dapat mempengaruhi kegiatan akademis, sosial, serta olahraga mereka. Selain dismenore primer, ada juga dismenore sekunder yang terjadi karena masalah medis seperti *fibromyomas* atau *endometriosis*, dan biasanya disertai dengan siklus menstruasi yang tidak teratur (Azzahra et al. 2023).

Badan Kesehatan Dunia (WHO) angka dismenore di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50 % perempuan di setiap negara mengalami dismenore. Indonesia kejadian dismenore cukup besar mencapai 60-70%, angka kejadian dismenore tipe primer 54,89%, sedangkan sisanya 45,11% adalah tipe sekunder (KRISTIAN FEBRIANI BR 2021). Berdasarkan data dari Profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2017 jumlah remaja putri usia 10-19 tahun sebanyak 2.899.120 jiwa. Sedangkan yang mengalami dismenore mencapai 1.465.876 jiwa.(Elsera, Chori et al. 2022)

Nyeri haid sering menjadi masalah bagi perempuan saat mengunjungi dokter, terutama jika disertai dengan masalah psikologis seperti stres, depresi, kecemasan, serta perasaan yang tidak stabil, baik itu kesedihan maupun kebahagiaan yang berlebihan. Hal ini disebabkan oleh fluktuasi hormon reproduksi selama siklus menstruasi, seperti estrogen dan progesteron, yang memengaruhi neurotransmitter otak seperti serotonin, sehingga berdampak langsung pada kondisi emosional. Nyeri haid yang terjadi secara berulang juga bisa memicu stres kronis dan menurunkan kualitas hidup, sementara stres dan gangguan psikologis pada gilirannya memperparah persepsi terhadap nyeri. Kombinasi gejala fisik dan mental ini sering kali membingungkan dalam diagnosis medis, karena bisa disalahartikan atau diremehkan, apalagi dengan masih adanya stigma dan kurangnya edukasi terkait menstruasi dan kesehatan mental. Oleh karena itu, penting untuk memahami bahwa nyeri haid yang disertai masalah psikologis memerlukan pendekatan yang menyeluruh, mencakup aspek medis, psikologis, dan sosial (Khoerul Ummah, 2022). Kondisi ini semakin parah jika disertai dengan gangguan psikologis, yang sering kali dianggap sebagai masalah keperempuanan yang sulit dihindari. Menurut Kotta et al. (2022), dismenore adalah salah satu gangguan ginekologi yang paling sering dialami perempuan di berbagai usia. Diperkirakan bahwa perempuan di Amerika Serikat kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan akibat dismenore (Khoerul Ummah, 2022).

Dismenore, yang menyebabkan rasa sakit di bagian bawah perut, sering disertai dengan gejala seperti mual, pusing, dan bahkan pingsan. Dismenore juga dapat menyebabkanenderitanya merasa lemas dan tidak bertenaga, sehingga berdampak negatif pada aktivitas sehari-hari seperti sekolah, pekerjaan, dan belajar (Dewi, 2019).

Penanganan dismenore dapat dilakukan dengan berbagai pendekatan, mulai dari terapi farmakologi dan terapi non farmakologis. Salah satu cara yang umum adalah pemberian obat *anti-inflamasi non-steroid* (NSAID) yang dapat mengurangi rasa sakit dengan menekan peradangan di area rahim. Selain itu,

penerapan kompres hangat pada perut bagian bawah dan latihan relaksasi juga dapat membantu meredakan nyeri (Hendra et al. 2024).

Terapi non-farmakologi seperti kompres hangat dapat efektif mengurangi nyeri dismenore. Pemberian kompres hangat selama 15-20 menit dua kali sehari pada suhu 37-40°C dapat menurunkan intensitas nyeri secara perlahan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres hangat dapat membantu mengurangi rasa sakit akibat gangguan aliran darah saat menstruasi. Keefektifan terapi ini dipengaruhi oleh beberapa faktor, termasuk keyakinan penderita bahwa kompres hangat dapat meredakan nyeri, ketersediaan alat yang mudah ditemukan, dan hasil yang efektif. Evaluasi yang dilakukan mendukung teori bahwa kompres hangat dapat menjadi prosedur yang bermanfaat untuk meredakan nyeri haid/dismenore (Revianti and Yanto 2021).

Penanganan dismenore (nyeri haid) pada remaja putri melibatkan pendekatan medis dan non-medis yang efektif. Pendekatan medis, seperti pemberian obat anti-nyeri (NSAID) seperti ibuprofen, terbukti efektif dalam mengurangi nyeri dengan menghambat prostaglandin. Sementara itu, pendekatan non-medis seperti kompres hangat, akupresur, aromaterapi, yoga, dan teknik relaksasi napas dalam juga telah terbukti efektif dalam mengurangi nyeri haid pada remaja putri (Senam et al. 2021). Dukungan sosial dari keluarga dan teman sebaya juga memainkan peran penting dalam penanganan dismenore. Remaja yang mendapatkan dukungan dari keluarga lebih cenderung melakukan penanganan yang tepat dan efektif terhadap dismenore. Dengan demikian, penanganan dismenore pada remaja putri memerlukan pendekatan yang holistik, mencakup terapi medis dan non-medis, peningkatan pengetahuan dan sikap, serta dukungan sosial dari keluarga dan teman (Wati et al. 2024).

Sikap remaja terhadap dismenore sering kali bervariasi, tergantung pada pemahaman dan pengalaman mereka terhadap kondisi ini. Beberapa remaja mungkin merasa cemas dan terbebani oleh rasa sakit yang datang setiap bulan, sementara yang lain mungkin cenderung menanggapi dengan sikap lebih santai, menganggapnya sebagai hal yang wajar. Sikap tersebut sangat

dipengaruhi oleh faktor pendidikan kesehatan yang mereka terima, dukungan dari keluarga, serta norma sosial di sekitar mereka (Alifah et al. 2021).

Fenomena di masyarakat menunjukkan bahwa banyak remaja putri masih memiliki pemahaman yang terbatas tentang dismenore, yang menyebabkan mereka cenderung menanggapi dengan sikap yang bervariasi. Sebagian besar remaja merasa malu atau enggan untuk membicarakan nyeri haid yang mereka alami, sehingga mereka lebih memilih untuk mengabaikan atau menahan rasa sakit. Beberapa remaja bahkan menganggap nyeri haid sebagai hal yang wajar dan tidak perlu ditangani dengan serius, sementara lainnya mungkin merasa cemas atau khawatir karena tidak tahu bagaimana cara mengelola rasa sakit tersebut. Hal ini menunjukkan adanya kesenjangan informasi dan pemahaman mengenai dismenore, di mana dukungan pendidikan kesehatan yang lebih baik dan komunikasi terbuka sangat dibutuhkan untuk merubah sikap dan memberikan penanganan yang tepat bagi remaja putri (Margareta Melani et al. 2024). Pendidikan kesehatan dan sikap sangat dibutuhkan dalam penanganan dismenore (Anggraini 2020).

Hasil studi pendahuluan di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah. Pada tanggal 7 Januari 2025 terdapat 94 siswi semuanya perempuan dan semua sudah mengalami menstruasi. Telah dilakukan uji sampel dengan metode wawancara terhadap 10 orang siswi didapatkan hasil bahwa 80 orang dari 100 siswi mengalami nyeri saat menstruasi dan sering mengganggu aktivitas di rumah maupun di sekolah seperti tidak melakukan kegiatan apapun di rumah, belajar menjadi tidak bisa konsentrasi, jadi di kamar tidur hanya berbaring saja dan mereka mengatakan penanganan nyeri saat menstruasi minum air hangat, pijat perut, dan ada yang minum obat. Lalu 20 dari 100 siswi ada yang meminta izin pulang karena tidak tahan dengan sakitnya.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan diatas maka peneliti berkeinginan untuk meneliti tentang sikap remaja putri tentang nyeri menstruasi (*dismenore*) khususnya *dismenore primer*.

B. Rumusan Masalah

Upaya untuk mengetahui sikap remaja putri tentang nyeri menstruasi yang berdampak negatif pada aktivitas sehari-hari seperti belajar, bekerja, dan bersekolah. Penanganan dismenore dapat dilakukan melalui pendekatan farmakologis, seperti pemberian obat anti-inflamasi non-steroid (NSAID), maupun non-farmakologis, seperti kompres hangat, teknik relaksasi, yoga, akupresur, dan aromaterapi. Keberhasilan penanganan dismenore sangat dipengaruhi oleh pengetahuan, sikap, dan dukungan sosial dari lingkungan sekitar. Remaja putri yang memiliki pengetahuan yang baik tentang dismenore cenderung menunjukkan sikap yang positif dan mampu mengelola nyeri dengan lebih efektif, sedangkan remaja dengan pengetahuan yang rendah cenderung merasa cemas dan menunjukkan sikap negatif. Oleh karena itu, penting untuk mengetahui sikap remaja putri terhadap nyeri menstruasi, karena hal ini berperan dalam menentukan efektivitas penanganan dismenore yang dilakukan. Dalam menghadapi aktivitas sehari-hari sehingga berdasarkan analisis peneliti tersebut untuk mengetahui gambaran sikap remaja putri tentang dismenore. Penulis ingin mengetahui “Bagaimana Gambaran Sikap Remaja Putri yang mengalami Dismenore di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran sikap remaja putri yang mengalami dismenore di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi karakteristik responden yaitu usia, usia menstruasi dan kelas
- b. Mengidentifikasi gambaran sikap tentang dismenore pada remaja putri di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Setelah diperoleh hasil penelitian tersebut diharapkan dapat bermanfaat sebagai sumber informasi permasalahan kesehatan yang sering terjadi pada remaja putri khususnya gambaran sikap dalam menangani dismenore .

2. Manfaat praktis

a. Bagi responden

Bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan mereka mengenai dismenore, baik dari segi pengertian, penyebab, gejala, hingga cara penanganan yang tepat. Dengan bertambahnya pengetahuan, diharapkan terbentuk sikap positif dalam menghadapi dismenore, seperti tidak mengabaikan nyeri haid, menerapkan cara-cara penanganan yang sehat, serta mampu mengambil keputusan yang tepat, termasuk kapan harus berkonsultasi ke tenaga medis. Pengetahuan ini juga dapat memotivasi mereka untuk lebih peduli terhadap kesehatan reproduksi dan menjadi sumber informasi bagi teman sebaya.

b. Bagi sekolah

Memberikan informasi yang berguna untuk memahami sejauh mana siswi menyikapi masalah nyeri haid yang sering dialami. Dengan mengetahui sikap tersebut, pihak sekolah dapat merancang program kesehatan yang lebih tepat sasaran, seperti penyuluhan tentang kesehatan reproduksi, peningkatan peran UKS, serta pemberian dukungan psikologis dan medis saat siswi mengalami dismenore. Hal ini juga dapat menciptakan lingkungan sekolah yang lebih peduli dan responsif terhadap kebutuhan kesehatan siswi, sehingga berdampak pada peningkatan kenyamanan dan prestasi belajar mereka.

c. Bagi Universitas Muhammadiyah Klaten

Hasil penelitian ini dapat dijadikan referensi terkait dengan gambaran sikap remaja putri tentang dismenore.

d. Bagi profesi perawat

Bagi perawat bisa digunakan untuk meningkatkan peran perawat sebagai educator dalam memberikan edukasi yang tepat kepada remaja putri mengenai dismenore, termasuk pengenalan gejala, penyebab, pencegahan, serta penanganan yang dapat dilakukan secara mandiri maupun kapan harus mencari bantuan medis.

e. Manfaat bagi penelitian selanjutnya

Hasil penelitian Dapat digunakan untuk pedoman bagi penelitian selanjutnya tentang dismenore

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul (Penelitian, Tahun)	Metode	Hasil	Perbedaan
1	Gambaran Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri Dalam menangani Dismenore Di SMA Airlangga Namu Ukur Tahun 2021	Desain penelitian ini menggunakan deskriptif. Adapun teknik yang digunakan untuk menentukan sampel dalam penelitian ini adalah <i>Total Sampling</i> sebanyak 44 orang. Instrumen yang digunakan dalam penelitian dengan kuesioner yang dibagikan melalui link google form. Hasil analisa data menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri memiliki tingkat pengetahuan yang cukup namun sikap masih cenderung pasif.	Berdasarkan kategori umur pada gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri dalam menangani dismenore di SMA Airlangga Namu Ukur Tahun 2021 sebagian besar berusia 16 thn (45.5%). Berdasarkan agama sebagian besar beragama Kristen Protestan yaitu 27 orang (61.4%). Berdasarkan suku sebagian besar bersuku karo 31 orang (70.5%). Berdasarkan kelas sebagian besar responden berkelas XI yaitu sebanyak 27 orang (61.4%).	Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada jumlah sampel, tempat penelitian, dan instrumen penelitian. Dimana pada penelitian ini menggunakan 94 siswi di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah dan menggunakan kuesioner yang disebar secara langsung. Persamaan pada penelitian ini terletak pada teknik pengambilan sampel sama-sama menggunakan <i>Total Sampling</i> dan teknik analisa data sama-sama menggunakan kuantitatif.

No	Judul (Penelitian, Tahun)	Metode	Hasil	Perbedaan
2	Hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dengan perilaku menghadapi dismenore pada remaja putri di SMK Daya Utama Bekasi Tahun 2021	Desain penelitian deskriptif korelatif. Teknik sampel yang digunakan adalah total sampling. Sampel dalam penelitian ini siswi kelas XI berjumlah 50 siswi mengalami dismenore di SMK Daya Utama Bekasi. Teknik analisa data menggunakan univariat dan bivariat. Analisa bivariat menganalisa hubungan antara tingkat pengetahuan (kategori: baik, cukup, kurang), Sikap (positif, negatif), Dan perilaku menghadapi dismenore (baik, kurang baik)	Berdasarkan tabel diatas, responden yang memiliki pengetahuannya kurang baik sebanyak 17 siswi (34%), responden yang pengetahuannya baik sebanyak 33 siswi (66%). Berdasarkan tabel diatas, responden yang memiliki sikap negatif sebanyak 26 siswi (52%), responden yang memiliki sikap positif sebanyak 24 siswi (48%). Berdasarkan tabel diatas, responden yang memiliki perilaku negatif sebanyak 28 siswi (56%), responden yang memiliki perilaku positif sebanyak 22 siswi (44%).	Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada jumlah sampel, tempat penelitian, dan desain penelitian. Dimana penelitian ini menggunakan 94 siswi di SMK 3 Muhammadiyah Klaten Tengah dengan desain penelitian deskriptif kuantitatif.
3	Gambaran sikap penanganan dismenore pada remaja putri di SMA Swasta St. Petrus Medan Tahun 2024	Penelitian ini menggunakan rancangan deskriptif kuantitatif. Dalam penelitian ini mengambil sampel dengan desain total sampling. Teknik analisa data dalam penelitian ini menggunakan metode deskriptif	Sikap positif sebanyak 9 orang (17.0%) dan yang memiliki sikap negatif 44 orang (83.0%). sikap negatif.	Perbedaan dalam penelitian ini terletak pada tempat penelitian dan teknik analisa data. Dimana tempat penelitian ini di SMK Muhammadiyah Klaten Tengah dengan teknik analisa data univariat. Persamaan penelitian ini dengan

No	Judul (Penelitian, Tahun)	Metode	Hasil	Perbedaan
				penelitian yang akan dilakukan menggunakan deskriptif. kuantitatif.