

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja berasal dari bahasa latin yaitu adolescence yang memiliki arti tumbuh menjadi dewasa. Masa remaja ialah masa pertukaran atau masa transisi dari masa kanak – kanak menuju ke masa dewasa. Masa ini menjadi masa yang sangat penting dalam kehidupan seseorang, dimana pada masa ini seorang remaja akan mengalami banyak perubahan dalam dirinya. Perubahan yang dijalani remaja tersebut bisa berupa aspek fisik, psikologis, social, intelektual ataupun yang mencakup perkembangan organ reproduksi yang akan mencapai kesempurnaan atau kematangan diperlihatkan dengan kemampuan menjalankan perannya sebagai alat reproduksi pada remaja (Kawalo dan Sitompul, 2022)

Remaja diartikan sebagai masa peralihan atau juga dikenal dengan masa pubertas yang mengubah seseorang dari masa kanak- kanak ke masa dewasa. Pada awal prosesnya, remaja mungkin merasa kesulitan sehingga rawan mengalami stress. Perubahan Pola pikir dan pada tubuh mereka ini akan menimbulkan tekanan psikologis pada remaja yang bisa menimbulkan ketidakstabilan dan gejolak emosi hingga rentan kepada stres. (Sulistiani, Elok Dwi Fitriani, Ruri Kharisma Kholidatullah, Annisa Intan Imania, Miranda Feyza Nur Salim, 2023)

Manusia selalu mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang terjadi sejak manusia dilahirkan hingga manusia meninggal. Pertumbuhan memiliki arti perubahan yang terjadi secara kuantitatif yang mencakup penambahan ukuran dan struktur. Pertumbuhan merupakan sebuah mekanisme meningkatnya jumlah sel tubuh suatu mahluk hidup yang bersifat irreversible (tidak bisa dirubah). sedangkan perkembangan merupakan meningkatnya kemampuan fungsi tubuh yang lebih rumit dalam pola yang lebih sistematis (Hamidah dan Rizal, 2022).

Selama masa remaja, pertumbuhan fisik meliputi bertambahnya tinggi dan berat badan remaja, sedangkan perkembangan fisik meliputi kematangan organ reproduksi, spiritual, psikososial, kognitif, dan moral. Ada tanda-tanda ketika anak mengalami pubertas. Tanda primer pada remaja yaitu anak perempuan yang akan mengalami menstruasi dan pada anak laki yang akan mengalami mimpi basah, lalu tanda sekunder yang muncul saat masa pubertas pada perempuan diantaranya seperti suara yang akan melengking, payudara dan pinggul membesar, serta tumbuh bulu di tempat tertentu, sedangkan pada laki-laki suaranya memberat, tumbuh jakun, pembesaran di alat kelamin, tumbuh kumis dan janggut, serta tumbuh bulu di tempat tertentu (Hamidah dan Rizal, 2022).

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak-anak ke kedewasaan, biasanya ditandai dengan pubertas. Secara biologis, akan ada lonjakan pertumbuhan yang dialami oleh remaja, disebut sebagai *growth spurt*, disertai dengan matangnya organ reproduksi milik remaja sebagai hasil dari perubahan hormonal. Hormon seperti estrogen atau testosteron memainkan peran penting dalam perkembangan fisik, termasuk pembentukan ciri-ciri seksual sekunder seperti pertumbuhan buah dada pada perempuan dan suara yang menjadi berat pada laki-laki.

Dalam masa pubertas, seorang wanita biasanya mengalami siklus reproduksi setiap bulan yang disebut menstruasi. Menstruasi adalah keluarnya darah secara teratur dari vagina karena luruhnya dinding Rahim (endometrium), yang menandakan bahwa organ reproduksi dalam keadaan sehat dan berfungsi dengan baik (Wahyuniar, 2024).

Menstruasi umumnya berlangsung selama 3-7 hari. Proses menstruasi dikendalikan oleh hormon seperti estrogen dan progesteron yang mengontrol berjalannya menstruasi. Menstruasi mempunyai peran penting dalam reproduksi, yaitu untuk membersihkan dinding Rahim agar siap untuk kemungkinan kehamilan setiap bulannya. Permasalahan yang kerap muncul ketika menstruasi adalah dismenore, yaitu rasa nyeri di bagian perut bawah yang diakibatkan oleh kontraksi dinding rahim. Nyeri ini bisa diikuti oleh

gejala lain diantaranya pusing, mual, dan diare. Dismenore dapat berdampak pada kualitas mutu hidup wanita seperti mengganggu aktivitas sehari-hari dan menyebabkan ketidaknyamanan fisik. Beberapa faktor yang bisa mempengaruhi dismenore diantaranya adalah kualitas tidur, paparan asap rokok, konsumsi makanan cepat saji, dan riwayat keluarga.(Nurfadillah, Maywati dan Aisyah, 2021)

Dismenore adalah nyeri haid yang biasanya dirasakan di perut bagian bawah, tetapi dapat menjalar ke punggung bawah, panggul, pinggang, paha atas, dan betis. Menurut data tahun 2022, sebanyak 90% remaja putri di seluruh dunia mengalami masalah menstruasi, dengan lebih dari 50% perempuan mengalami dismenore primer dengan 10-20% mengalami gejala yang cukup berat. Di Indonesia, prevalensi dismenore mencapai 64,25%, yang mana 54,89% merupakan perempuan yang mengalami dismenore primer dan 9,36% merupakan perempuan yang mengalami dismenore sekunder (Wahyuniar, 2024). Angka Prevalensi dismenorea di Jawa Tengah berada di kisaran 56%, tetapi orang-orang yang memutuskan untuk berobat hanya 1%-2%, karena sebagian orang masih merasa kondisi ini adalah hal yang wajar dan tidak berbahaya. Meskipun tidak berbahaya, dismenorea kerap memunculkan ketidaknyamanan bagi wanita yang merasakannya. Di sisi lain, angka prevalensi dismenorea di klaten berada di tingkat yang lebih tinggi, yaitu di angka 68,4% (Vanty Octavia dan Kartika Sari, 2023).

Nyeri haid disebabkan oleh berbagai faktor, termasuk kondisi medis tertentu. Beberapa kondisi medis yang biasa dikaitkan dengan nyeri haid antara lain penyakit radang panggul, endometriosis, adanya tumor, kelainan pada posisi rahim, dan masalah struktural seperti tidak adanya perforasi selaput dara atau vagina. Secara umum, nyeri haid terjadi karena kontraksi miometrium yang tidak teratur. Kontraksi tersebut dapat menimbulkan nyeri ringan hingga berat di perut bagian bawah, yang dapat menjalar ke bokong atau menimbulkan nyeri berulang di paha bagian dalam. Faktor lain yang memengaruhi tingkat keparahan dismenorea adalah gangguan endokrin, ketegangan otot, persepsi individu terhadap nyeri, faktor struktural organ reproduksi, hingga faktor

psikologis seperti kecemasan dan stres psikososial. Salah satu dampak psikologis yang paling sering muncul akibat dismenore adalah kecemasan, terutama di kalangan remaja. Banyak wanita, khususnya remaja, merasa cemas ketika menghadapi ketidaknyamanan selama menstruasi, dan rasa nyeri yang dirasakan justru dapat memperburuk kecemasan yang dialami (Elsera, 2022).

Dampak nyeri haid meliputi gejala seperti pusing, mual, muntah, sakit kepala, hingga kehilangan kesadaran atau pingsan. Nyeri saat haid juga dapat mengganggu aktivitas sehari hari karena nyeri di perut bagian bawah juga sering menjalar ke punggung, selangkangan, dan kaki (Elsera, 2022). Dismenore atau nyeri haid akan mempengaruhi kualitas hidup remaja putri, seperti mengganggu aktivitas harian dan memicu rasa tidak nyaman pada tubuh. Bagi remaja putri, dampak dismenore menyebabkan terbatasnya kemampuan untuk melakukan aktivitas sehari-hari, tidak bisa pergi ke sekolah, penurunan interaksi sosial, penurunan prestasi, serta meningkatkan biaya kesehatan (Triningsih dan Mas'udah, 2023).

Kecemasan merupakan sebuah respons emosional terhadap rasa takut akan kemungkinan terjadinya sesuatu, yang biasanya dipicu oleh stresor. Kecemasan umumnya timbul sebagai bentuk persiapan menghadapi potensi bahaya, berfungsi sebagai sistem peringatan bagi individu untuk mempersiapkan diri menghadapi ancaman. Salah satu dampak psikologis dari kecemasan adalah ansietas. Pada remaja, Nyeri hebat yang terjadi saat dismenore dapat menimbulkan tekanan psikologis pada remaja, termasuk perasaan tidak nyaman, gelisah, dan rasa takut menjelang menstruasi berikutnya. Kondisi ini dapat memicu kecemasan. Sebaliknya, kecemasan dapat meningkatkan sintesis prostaglandin yang diikuti dengan menurunnya kadar hormon estrogen dan progesteron. Kondisi ini menyebabkan aliran darah yang menuju ke otot rahim dan rahim berkurang, yang pada akhirnya dapat memicu nyeri haid atau dismenore. Berdasarkan penelitian Wahyuniar (2024), prevalensi dismenore di Indonesia mencapai 64,25%, sedangkan prevalensi gangguan kecemasan mencapai 47,7%. Data ini menunjukkan tingginya tingkat

kecemasan dan dismenore di kalangan perempuan Indonesia, khususnya remaja, serta adanya kemungkinan hubungan erat antara keduanya dalam konteks kesehatan reproduksi dan mental (Wahyuniar, 2024).

Tanda-tanda yang menunjukkan bahwa seseorang sedang dalam keadaan cemas adalah munculnya reaksi seperti menegangnya otot tubuh karena dipenuhi oleh hormon stress seperti kortisol dan adrenalin yang menyebabkan detak jantung, suhu tubuh, tekanan darah dan pernapasan meningkat. Seorang remaja yang mengalami kecemasan bisa mengalami penurunan batas nyeri yang akhirnya menyebabkan nyeri haid terasa lebih berat dengan tingkat akut dan kronis, gejala kecemasan dapat berupa gangguan fisik (somatik) seperti gangguan saluran pencernaan, nyeri saat haid dan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi (Setiyani, Rahayu dan Rohmayanti, 2023)

Beberapa penelitian mengenai tingkat kecemasan karena dismenore primer pada remaja di Kabupaten Klaten telah dilakukan. Salah satunya adalah penelitian oleh Rahmawati (2021), yang melakukan penelitian pada 40 remaja putri Dukuh Puluhan, Jatinom. Hasil penelitian ini tingkat kecemasan remaja yang mengalami dismenore paling banyak adalah tingkat kecemasan sedang (63%). Lalu peneliti lainnya, Elsera, (2022) yang melakukan penelitian pada 41 siswi kelas X di SMK Kesehatan Rahani Husada Klaten, hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat kecemasan paling banyak adalah kecemasan sedang (81,1%).

Siswi Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) cenderung mengalami tingkat stres akademik yang lebih tinggi dibandingkan siswi Sekolah Menengah Atas (SMA), hal ini disebabkan oleh beban ganda yang harus mereka tanggung dalam proses pendidikan. Kurikulum SMK tidak hanya menekankan aspek akademik umum, tetapi juga mengharuskan siswi untuk menguasai kompetensi kejuruan melalui pembelajaran teori dan praktik kerja yang intensif (Yuliani dan Soeharto, 2024).

Pada hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 7 Januari 2025 di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah dengan total siswa sebanyak

131 siswa, dengan 114 siswa perempuan dan 17 siswa laki-laki. Peneliti melakukan wawancara kepada 10 siswi mengenai dismenore, dengan menanyakan kepada masing-masing siswi apakah pernah mengalami dismenore, gejala apa saja yang dirasakan selama dismenore, dan apakah mengalami kecemasan selama dismenore. Dari wawancara tersebut didapatkan bahwa 7 siswi saat dismenore mengalami kecemasan.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan, dismenorea pada remaja perempuan di Kabupaten Klaten menunjukkan prevalensi nyeri yang bervariasi, dengan hasil penelitian di dominasi dismenore sedang atau ringan. Selain itu, kecemasan terkait dismenorea juga menjadi faktor yang perlu mendapatkan perhatian, seperti yang terlihat pada penelitian oleh Elsera (2022), di mana tingkat kecemasan sedang ditemukan pada sebagian besar responden. Oleh sebab itu, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Tentang Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Yang Mengalami Dismenorea Di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah”, untuk menambah data mengenai gambaran remaja putri yang mengalami kecemasan akibat dismenore di kabupaten klaten.

B. Rumusan Masalah

Dismenore terjadi saat masa remaja, yaitu peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Dismenore bisa mengakibatkan masalah pada kegiatan sehari-hari karena menyebabkan rasa nyeri dan gangguan emosional. Apabila dismenore tidak diatasi akan menimbulkan rasa tidak nyaman pada tubuh.

Remaja mungkin merasa kesulitan pada perubahan yang terjadi pada tubuhnya sehingga rawan mengalami stress atau kecemasan. Selain itu, kecemasan dapat menyebabkan seorang remaja mengalami penurunan batas nyeri yang akhirnya menyebabkan nyeri haid terasa lebih menyakitkan. Berdasarkan latar belakang di atas maka dapat dirumuskan masalah “Bagaimana tingkat kecemasan pada remaja putri yang mengalami dismenore di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui gambaran tingkat kecemasan para remaja putri di SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden meliputi usia, kelas, tingkat nyeri dan usia menarche.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan pada remaja putri yang mengalami dismenore di SMK Muhammadiyah 3 klaten Tengah

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Untuk menambah referensi ilmiah dan ilmu pengetahuan terhadap bidang kesehatan tentang gambaran tingkat kecemasan dengan tingkat nyeri dismenore pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Penelitian ini bisa dijadikan sebagai bahan masukan menambah pengetahuan pembaca tentang kecemasan dengan dismenore pada remaja putri

b. Bagi sekolah

penelitian ini diharapkan menambah informasi bagi pihak sekolah mengenai dampak dismenore terhadap kesehatan mental remaja putri, serta mampu membantu memahami kondisi para remaja yang mengalami dismenore.

c. Bagi Universitas Muhammadiyah Klaten

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dimanfaatkan sebagai acuan dalam meningkatkan system Pendidikan keperawatan.

d. Bagi Profesi Perawat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan pengetahuan atau wawasan bagi profesi perawat dalam memahami tingkat kecemasan remaja putri

yang mengalami dismenore, sehingga mampu memberikan intervensi yang tepat.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi pertimbangan bagi penelitian selanjutnya tentang kecemasan pada remaja dismenorhoe.

E. Keaslian Penelitian

1. Susanti (2021), meneliti tentang “Gambaran Tingkat Nyeri Pada Remaja Yang Mengalami Dismenorea”. Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 40 remaja putri Dukuh Puluhan, Jatinom. Teknik pengambilan sampling dalam penelitian ini adalah menggunakan *total sampling*. Analisa data menggunakan distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan kalau rata-rata umur responden 14,2 tahun dan pendidikan SMP paling banyak sebanyak 22 orang (52,5%). Tingkat nyeri dismenorea remaja paling banyak adalah ringan sebanyak 19 responden (47,5%).

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah menggunakan desain penelitian deskriptif kuantitatif, Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *total sampling*, dan teknik Analisa data yang digunakan yaitu distribusi frekuensi. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah subjek penelitian yang digunakan yaitu siswi SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah. Variabel penelitian ini tingkat nyeri sedangkan variable pada penelitian yang akan dilakukan adalah tingkat kecemasan.

2. Vidyastuti (2020), meneliti tentang “Gambaran Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Prodi D3 Keperawatan Stikes Muhammadiyah Klaten”. Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian deskriptif. Jumlah sampel penelitian adalah 40 mahasiswa Stikes Muhammadiyah Klaten. Pengambilan sampel dengan teknik *simple random sampling*. Instrumen yang digunakan adalah kuisioner. Analisis data menggunakan uji univariat dalam bentuk prosentase. Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden

memiliki karakteristik yaitu sebagian besar berumur 19 tahun (50%), menarche 12 tahun (%), pendidikan SMK (60%), dan nyeri sedang 20 orang (50%).

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah menggunakan desain penelitian deskriptif. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah subjek penelitian yang digunakan yaitu siswi SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah. Variabel penelitian ini tingkat nyeri sedangkan variable pada penelitian yang akan dilakukan adalah tingkat kecemasan. Teknik pengambilan sampel penelitian ini *simple random sampling* sedangkan penelitian yang akan dilakukan dengan teknik *total sampling*. Teknik Analisa data penelitian ini menggunakan uji univariat sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan data yaitu distribusi frekuensi.

3. Rahmawati (2021), meneliti tentang “Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Yang Mengalami Dismenorea”. Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *total sampling*. Populasinya 40 remaja putri Dukuh Puluhan, Jatinom. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan dengan menggunakan *Hamilton Rating Scale Anxiety* (HRS-A). Teknik analisa data yang digunakan adalah distribusi frekuensi. Hasil penelitian terdahulu menunjukan bahwa karakteristik responden dalam penelitian ini adalah remaja dengan rerata usia 15 tahun yang termasuk dalam kelompok usia remaja awal dan berpendidikan paling banyak SMP (55%). Hasil penelitian ini tingkat kecemasan remaja yang mengalami dismenore paling banyak adalah tingkat kecemasan sedang (63%) dengan kecemasan ringan (30%) serta yang lain tidak mengalami kecemasan saat mengalami dismenore.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel yang digunakan yaitu tingkat kecemasan, teknik pengambilan sampel yaitu total sampling, instrument yang digunakan yaitu HRS-A dan teknik analisa data yaitu distribusi frekuensi. Perbedaan

penelitian ini adalah subjek penelitian yang digunakan yaitu remaja putri dukuh puluhan, jatinom, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan subjek siswi SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah.

4. ROCHANA (2022), meneliti tentang “*Gambaran Kecemasan Ibu Hamil Di Kecamatan Jatinom Kabupaten Klaten.*” Penelitian ini dilakukan dengan metode penelitian deskriptif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *total sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh Ibu yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Jatinom dengan jumlah 24 ibu hamil. Instrumen yang digunakan untuk mengukur tingkat kecemasan dengan menggunakan *Hamilton Rating Scale Anxiety* (HRS-A). Teknik analisa data yang digunakan adalah distribusi frekuensi. Hasil penelitian terdahulu menunjukkan Karakteristik responden rerata usia 30 tahun, pendidikan terakhir responden paling banyak adalah sampai dengan tingkat SMK/SMA yakni sebanyak 11 orang (45,83%), responden kebanyakan bekerja IRT dengan jumlah responden sebanyak 13 orang (54,17%). Gravida responden terbanyak yakni primigravida sebanyak 11 orang (45,83%). Tingkat kecemasan responden terbanyak adalah kecemasan berat sebanyak 13 orang (54,17%).

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel yang digunakan yaitu tingkat kecemasan, teknik pengambilan sampel yaitu total sampling, instrument yang digunakan yaitu HRS-A dan teknik analisa data yaitu distribusi frekuensi. Perbedaan penelitian ini adalah subjek penelitian yang digunakan yaitu Ibu yang memeriksakan kehamilannya di Puskesmas Jatinom, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan subjek siswi SMK Muhammadiyah 3 Klaten Tengah.