

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa perpindahan yang dialami oleh seorang remaja baik laki-laki maupun perempuan. Saat masa peralihan ini remaja mengalami perubahan di beberapa aspek antara lain aspek biologi, psikologi serta mengalami kematangan organ reproduksinya. Pada fase ini, seorang remaja pasti mengalami beberapa perubahan antara lain fisiologis psikologi, yang akan membawa individu pada kematangan fisik dan biologis (Is Marozi, Desti, 2015). Adapun perubahan yang terjadi pada perempuan seperti di antaranya payudara dan pinggul mulai membesar, tubuh bertambah tinggi, tumbuh rambut-rambut halus disekitar ketiak dan kemaluan, serta menstruasi (Sarifah, Tutik, 2015).

Menstruasi merupakan peristiwa yang sangat penting pada setiap perempuan, menstruasi menjadi sebuah pertanda dari kematangan seksual dan erat hubungannya dengan sistem reproduksi. Menstruasi adalah pengeluaran darah dari dinding rahim serta tubuh rahim perempuan secara periodik. Dalam kurun waktu 3 sampai 8 hari, bahkan ada yang sampai 13 hari, dengan siklus antara 28 sampai 35 hari setiap bulannya (Wagiyo & Rahmawati, 2018)

Biasanya menstruasi diawali pada usia remaja 9-12 tahun. ada sebagian perempuan yang mengalami haid lebih lambat dari itu (13-15 tahun). Kondisi remaja yang sudah mengalami haid secara emosional tidak stabil. Sebagian dapat juga menimbulkan gejala-gejala seperti pegal pada bagian paha, sakit

pada daerah payudara, lelah, mudah tersinggung, kehilangan keseimbangan, ceroboh dan gangguan tidur, bahkan pada sebagian perempuan ada yang mengalami rasa sakit saat haid yang disebut dengan dismenore.

Dismenore biasanya baru timbul 2 atau 3 tahun sesudah menarche atau pertama kali menstruasi. Dismenore didefinisikan sebagai nyeri pada saat haid. Istilah dismenore (dysmenorrhea) berasal dari kata dalam bahasa Yunani kuno (Greek) kata tersebut berasal dari dys yang berarti sulit, nyeri, abnormal; meno yang berarti bulan; dan rhea yang berarti aliran atau arus. Secara singkat dismenore dapat didefinisikan sebagai aliran menstruasi yang sulit atau menstruasi yang mengalami nyeri (Anurogo dan Wulandari, 2011).

Kejadian dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenore (Mulastin (2013)). Prevalensi dismenore di dunia sangatlah besar, rata-rata lebih dari 50% wanita di setiap negara mengalami nyeri haid. Di negara-negara barat prevalensi dismenore sangatlah besar dibandingkan dengan di negara-negara Asia. Di Amerika Serikat, prevalensi kejadiannya diperkirakan hampir 45-90%. Dalam studi epidemiologi pada populasi remaja berusia 12-17 tahun, Klein dan Litt melaporkan prevalensi dismenore 59,7%. Dari mereka yang mengeluh nyeri 12% berat, 37% sedang dan 49% ringan. Studi ini juga melaporkan bahwa dismenore menyebabkan 14% remaja putri sering tidak masuk sekolah. (Anurogo dan wulandari (2011),

Diperkirakan prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 55% dari jumlah perempuan usia produktif yang ada. Penelitian yang dilakukan oleh

Handayani (2014), mendapati bahwa prevalensi dismenore pada remaja di Kota Surakarta sebesar 87%.

Dismenore menyebabkan rasa ketidaknyamanan terutama pada bagian perut, yang merembet hingga bagian punggung sampai tungkai. Dismenore terjadi setelah dua sampai tiga tahun mengalami menstruasi. Tanda-tanda menstruasi timbul dua hari sebelum menstruasi sampai menstruasi hari ketiga (Manan,) 2013). Nyeri menstruasi ini meliputi sakit perut, lemas, dan pusing yang membuat aktivitas terganggu, maka dari itu perlu penanganan yang cukup serius (Laila, 2011). Dismenore sangat amat mengganggu perempuan, bahkan tidak sedikit perempuan yang mengeluhkannya serta meninggalkan pekerjaannya karena nyeri yang dirasakan. Nyeri menstruasi (Dismenore) ini berdampak buruk bagi siswa baik secara fisik maupun psikologi. Diantaranya sulit untuk berkonsentrasi, letih lesu serta merasakan kesakitan bahkan diantaranya ada yang mengalami pingsan (Putri, 2017).

Nyeri menstruasi ini perlu ditindak lanjuti sebab apabila dibiarkan saja membuat remaja mengalami permasalahan yang cukup serius (Mundarti, 2017). Penanganan dismenore ini perlu dilakukan supaya remaja mengetahui penanganan yang sesuai agar remaja bisa menangani permasalahannya yang dihadapi setiap bulannya. (Munthe & Harahap, 2021).

Penanganan dismenore terbagi menjadi 2 yaitu terapi obat (farmakologi) dan terapi non obat (non farmakologi). Penanganan secara farmakologi yaitu dengan terapi hormonal, atau terapi obat-obatan non steroid dipercaya sebagai anti inflamasi atau analgetik (NSAID) contohnya seperti: ibuprofen, asam

mefenamat dan aspirin sering digunakan untuk terapi nyeri haid (Chen, C. X., Draucker, C. B., & Carpenter, 2018).

Sedangkan penanganan terapi alternatif dan komplementer (non farmakologi) bisa dengan relaksasi nafas dalam, distraksi seperti membayangkan sesuatu yang indah, minum air putih, tiduran, kompres air hangat, perasan kunyit dan jahe, aromaterapi, senam dismenore, acupressure (Is Martini, 2018). Penanganan dismenore juga bisa dilakukan dengan aromaterapi salah satunya yaitu aromaterapi lavender, lemon dan kayu manis (Ziba, 2017). Peregangan otot atau olahraga dipercaya dapat menurunkan nyeri menstruasi (Wagiyo & Rahmawati, 2018). Upaya untuk menurunkan nyeri bisa dengan perasan rempah-rempah, kompres air hangat pada punggung, mandi air hangat, mendengarkan murotal Al-Qur'an, bisa dengan akupresur atau penekanan pada titik-titik tertentu (Suparmi, 2017).

Ada juga cara yang biasa dilakukan adalah kompres dengan botol hangat, mandi air hangat minum minuman hangat yang mengandung kalsium tinggi, menggosok-gosokan perut/pinggang yang sakit, sambil posisi menungging sehingga rahim tergantung kebawah dan tarik nafas dalam-dalam secara perlahan untuk relaksasi (Purba, Rompas, & Karundeng, 2014).

Hasil penelitian Rini Novianti (2021) terapi non farmakologi yang paling efektif dalam menurunkan nyeri dismenore yaitu akupresur selama 15 menit.

Hasil Penelitian Ni Wayan Rikayani (2020) gambaran upaya remaja putri dalam mengatasi dismenore primer di SMA Negeri 1 Penebel pada tahun

2020 sebagian besar dengan menggunakan kompres hangat, belum terdapat siswi yang mengatasi dismenore dengan cara senam dismenore, yoga, teknik relaksasi nafas dan akupresur.

Hasil penelitian Pramudita Dwi Hapsari 1 (2019) menunjukkan upaya untuk mengatasi dismenore sebagian besar responden melakukan penanganan non farmakologi berupa pemijatan dan istirahat yang cukup. Hasil penelitian ini Tri Ayu Illiyun (2019) menunjukkan penanganan nyeri siswi remaja putri Desa Kradenan Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Semarang *dismenore* menggunakan farmakologi terdapat 2 remaja putri dan menggunakan non farmakologi terdapat 23 remaja putri.

Penelitian dilakukan di MTS Sindangraja dikarenakan belum adanya informasi tentang reproduksi remaja dari pihak puskesmas. Selain itu ada beberapa siswi MTS Sindangraja yang datang ke puskesmas mengeluhkan nyeri dismenore sampai ada yang mengalami pingsan. Berdasarkan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada 6 orang siswa di MTS Sindangraja, menunjukkan bahwa siswa dalam menghadapi nyeri ketika menstruasi sebanyak 2 orang menahan rasa sakit tidak diberi perawatan, dan sebanyak 4 orang dengan cara memberi perawatan secara non farmakologi seperti dengan air hangat.

Dalam Al – Qur'an banyak ayat yang berkaitan dengan menstruasi diantaranya Surat Al-Baqarah Ayat 222 yaitu :

حَتَّى تَقْرُبُوهُنَّ وَلَا الْمَحِيضَ فِي النِّسَاءِ فَاَعْتَرَلُوا اَدْوَىٰ هُوَ قُلٌّ ۗ الْمَحِيضُ عَن وَيَسْئَلُونَكَ  
الْمُنْتَظِرِينَ وَيُحِبُّ النَّوَابِئِينَ يُحِبُّ اللَّهُ اِنَّ ۗ اللَّهُ اَمْرَكُمْ حَيْثُ مِنْ فَاَتُوهُنَّ تَطَهَّرْنَ فَاِذَا ۗ يَطْهَرْنَ

Artinya :

*Dan mereka menanyakan kepadamu (Muhammad) tentang haid. Katakanlah, "Itu adalah sesuatu yang kotor." Karena itu jauhilah istri pada waktu haid; dan jangan kamu dekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, campurilah mereka sesuai dengan (ketentuan) yang diperintahkan Allah kepadamu. Sungguh, Allah menyukai orang yang tobat dan menyukai orang yang menyucikan diri.*

## B. Rumusan Masalah

Dismenore adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu haid atau menstruasi yang dapat mengganggu aktifitas dan memerlukan pengobatan. Dismenore ditandai dengan nyeri atau rasa sakit di daerah perut atau pinggul, nyeri haid yang bersifat kram dan berpusat pada perut bagian bawah. Penanganan dismenore ada 2 yaitu tetapi farmakologi dan non farmakologi. Dampak bila dismenore tidak ditangani dengan baik yaitu seperti mual, lemas, dan diare dan dapat mengganggu aktivitas perempuan sehari-hari. Hasil penelitian yang terkait dengan hal tersebut sudah banyak, tetapi untuk di MTS Sindangraja belum pernah. Dengan demikian rumusan masalah ini bagaimanakah gambaran penanganan dismenore pada siswi MTS Sindangraja Kabupaten Tasikmalaya?

## C. Tujuan

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui penanganan dismenore pada siswi MTS Sindangraja Kabupaten Tasikmalaya

### 2. Tujuan Khusus

a. Diketuinya penanganan dismenore secara non farmakologi pada siswi MTS Sindangraja Kabupaten Tasikmalaya

- b. Diketuinya penanganan dismenore secara farmakologi pada siswi  
MTS Sindangraja Kabupaten Tasikmalaya

#### **D. Manfaat**

1. Bagi FIKes UMTAS

sebagai bahan untuk kegiatan catur dharma perguruan tinggi baik dalam bidang pengajaran, penelitian maupun pengabdian kepada masyarakat terutama tentang penanganan dismenore pada remaja.

2. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman yang nyata dalam melakukan penelitian terutama tentang penanganan dismenore pada remaja yang selama ini dilakukan mereka bila mengalami dismenore.

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai *evidence based practice* bagi perawat dalam melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan nyeri dismenore.

4. Bagi MTS Sindangraja

Sebagai bahan masukan dalam penanganan dismenore selama ini yang dilakukan siswinya, sehingga dapat ditindaklanjuti bila ada penanganan yang salah dengan mendatangkan pihak yang berwenang dalam pemberian edukasi kepada remaja untuk meningkatkan kesehatan reproduksinya.

5. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai data dasar untuk peneliti lain yang berminat dalam menggali masalah dalam menanggulangi nyeri dismenore.