

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dysmenorrhoe ini adalah kekakuan atau kejang di bagian bawah perut yang terjadi pada waktu menjelang atau selama menstruasi, yang memaksa wanita untuk beristirahat atau berakibat pada menurunnya kinerja dan berkurangnya aktivitas sehari-hari. Angka kejadian nyeri menstruasi (*dysmenorrhoe*) di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50 % perempuan di setiap negara mengalami *dysmenorrhoe*. Pada tahun 2012 prevalensi *Dysmenorrhoe* primer di Amerika Serikat pada wanita umur 12 – 17 tahun adalah 59,7 %, dengan derajat kesakitan 49 % *dysmenorrhoe* ringan, 37 % *dysmenorrhoe* sedang, dan 12 % *dysmenorrhoe* berat yang mengakibatkan 23,6 % dari penderitanya tidak masuk sekolah.

Menurut data dari WHO didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami *dysmenorrhoe* dengan 10-15 % mengalami *dysmenorrhoe* berat. Di Indonesia angka kejadian *dysmenorrhoe* sebesar 107.673 jiwa (64,25 %), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89 %) mengalami *dysmenorrhoe* primer dan 9.496 jiwa (9,36 %) mengalami *dysmenorrhoe* sekunder (Merdekawati, 2016). Menurut Pramita (2011) menyebutkan bahwa kejadian *dysmenorrhoe* di Indonesia diperkirakan sebesar 64,25 %, terdiri dari 54,89 % *dysmenorrhoe* primer dan 9,36 % *dysmenorrhoe* sekunder. Berdasarkan data hasil penelitian angka kejadian *dysmenorrhoe* di Jawa Barat

cukup tinggi, yaitu sebanyak 54,9 % wanita mengalami *dysmenorrhoe*, terdiri dari 24,5 % mengalami *dysmenorrhoe* ringan, 21,28 % mengalami *dysmenorrhoe* sedang dan 9,36 % mengalami *dysmenorrhoe* berat (Arnis, 2012, dalam jurnal keperawatan Aisyiyah, 2015).

Masa remaja merupakan suatu masa dimana seorang individu mengalami perubahan perkembangan dari masa kanak-kanak menuju ke arah kedewasaan. Sianipar (2013) menyebutkan masa remaja merupakan salah satu tahap dalam kehidupan manusia yang sering disebut sebagai masa pubertas. Pada tahap ini remaja akan mengalami suatu perubahan fisik, emosional dan sosial sebagai ciri dalam masa pubertas. Pubertas biasanya muncul pada umur kurang lebih antara 10-14 tahun dan pada usia tersebut anak remaja putri mulai mengalami menstruasi.

Menstruasi merupakan perdarahan secara periodik dari uterus disertai pelepasan endometrium. Menstruasi bukanlah suatu penyakit. Menstruasi merupakan puncak dari serangkaian perubahan yang terjadi pada seorang remaja putri yang sedang menginjak dewasa dan sebagai tanda bahwa ia sudah mampu hamil (Haryono, 2016). Secara biologis menstruasi merupakan siklus reproduksi yang menandai berfungsinya organ-organ reproduksi perempuan. Menstruasi menandakan kematangan seksual seorang perempuan dalam arti ia mempunyai ovum yang siap dibuahi, bisa hamil, dan melahirkan anak. Dalam bahasa agama menyebut siklus ini dengan haid (Badriyah, 2007).

Masalah menstruasi yang terjadi diantaranya *dysmenorrhoe*, *polimenorea*, *oligomenorea*, dan lain-lain. *Dysmenorrhoe* merupakan keadaan

dimana terjadinya kekakuan atau kejang di bagian bawah perut yang terjadi pada waktu menjelang atau selama menstruasi (Januraga, 2010 ; Proverawati & Misaroh, 2009). *Dysmenorrhoe* dapat disertai dengan rasa mual, muntah, diare dan kram, nyeri seperti kolik diperut. Beberapa wanita bahkan pingsan dan mabok, keadaan ini muncul cukup hebat sehingga menyebabkan penderita mengalami “kelumpuhan” aktivitas untuk sementara (Youngson, 2002 dalam Novia. 2008)

Beberapa faktor yang meningkatkan resiko terjadinya *dysmenorrhoe* pada remaja menurut Wiknjosastro (2010) diantaranya adalah faktor kejiwaan, anemia, penyakit menahun, faktor endokrin, faktor alergi, kebiasaan mengkonsumsi alkohol, perokok, usia menarche, frekuensi olah raga yang tidak teratur, status gizi dan psikologi. Biasanya *dysmenorrhoe* primer timbul pada masa remaja yaitu sekitar 2-3 tahun setelah menstruasi pertama (Saraswati, 2010). Penelitian Yetti (2005) dan Sirait (2014) menemukan bahwa pada remaja putri yang jarang melakukan olahraga sebagian besar mengalami gangguan *dysmenorrhoe*. Dalam penelitiannya menemukan terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian *dysmenorrhoe* dan terdapat hubungan antara frekuensi olahraga dengan kejadian *dysmenorrhoe*. Penelitian Novia & Puspitasari (2008) menemukan bahwa sebagian besar perilaku remaja sebagai penyebab *dysmenorrhoe* karena kurangnya pengaturan pola makan yang tidak baik, dari hasil penelitian ditemukan responden yang mengalami *dysmenorrhoe* primer yaitu mengatur pola makan kurang baik sebesar 1,4%.

Sermoati (2017) dalam penelitiannya menemukan ada hubungan negatif yang kuat antara tingkat aktivitas fisik dengan tingkat nyeri *dysmenorrhoe* primer yang berarti semakin tinggi tingkat aktivitas fisik maka semakin rendah tingkat nyeri *dysmenorrhoe* primer. Aktivitas fisik dapat mengurangi nyeri *dysmenorrhoe* primer, sehingga remaja putri diharapkan lebih meningkatkan tingkat aktivitas fisiknya sebagai salah satu upaya pencegahan *dysmenorrhoe* primer. Penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2014) mengemukakan bahwa faktor umur tidak memiliki hubungan yang signifikan terhadap *dysmenorrhoe*, faktor olahraga dan faktor riwayat keluarga memiliki hubungan yang signifikan terhadap *dysmenorrhoe*.

Studi pendahuluan yang dilaksanakan di 2 Sekolah Menengah Atas Negeri yang berada di Kota Tasikmalaya dengan metode wawancara kepada guru piket dan ketua Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) pada bulan April tahun 2018 didapat data kejadian *dysmenorrhoe* di SMAN 8 Kota Tasikmalaya tahun 2017 terdapat 65 % siswi mengalami *dysmenorrhoe* primer, 10 % mengalami *dysmenorrhoe* sekunder dan 25 % tidak mengalami *dysmenorrhoe*. Menurut hasil wawancara dengan bagian UKS didapatkan umumnya penyebab *dysmenorrhoe* pada sekolah tersebut adalah karena kebiasaan makanan yang tidak sehat. Untuk frekuensi olahraga dari 10 orang siswi yang teratur terdapat 7 orang siswi dan yang tidak teratur terdapat 3 orang siswi, alasan siswi yang tidak teratur tersebut mengatakan malas, tidak ada waktu untuk olahraga, dan punya riwayat penyakit asma. Untuk mengatasi hal

tersebut pihak sekolah juga telah memberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dan nyeri haid (*dysmenorrhoe*).

Hasil studi tersebut didapatkan dari 2 sekolah tersebut, kejadian *dysmenorrhoe* yang paling banyak terdapat di SMAN 7 Kota Tasikmalaya terdapat 72 % siswi mengalami *dysmenorrhoe* primer, 14 % mengalami *dysmenorrhoe* sekunder dan 14 % tidak mengalami *dysmenorrhoe*. Menurut hasil wawancara dengan bagian Bimbingan dan Konseling, setiap bulan terdapat siswi yang absen untuk sekolah. Absensi siswa cenderung fluktuatif, namun sebagian besar adalah remaja putri, rata-rata absensi siswi dalam setiap bulan sebesar 7-8 orang. Hasil wawancara juga didapatkan beberapa kasus saat dilakukan upacara terdapat siswi yang mengalami pingsan karena nyeri *dysmenorrhoe* dan beberapa orang saat belajar terpaksa harus berhenti dan pulang. Penulis melakukan wawancara kepada 10 orang siswi yang mengalami *dysmenorrhoe*, diketahui bahwa dari 10 siswi yang mengalami *dysmenorrhoe* tidak pernah mengkonsumsi minuman beralkohol dan tidak pernah merokok. Terkait dengan masalah usia menarche diperoleh informasi bahwa sebanyak 6 orang mengalami menarche pada usia 12 tahun, sebanyak 2 orang menarche usia 14 tahun dan sebanyak 2 orang menarche usia 15 tahun.

Kemudian terkait dengan masalah pola nutrisi, sebanyak 7 orang melakukan diet makan agar tidak menambah berat badan. Cara diet makan yang dilakukan remaja adalah tidak banyak makan tapi seadanya saja, seperti cemilan, tidak makan atau sarapan pagi bahkan tidak makan malam. Remaja makan 2 kali sehari dengan porsi sedikit dan tidak banyak mengkonsumsi

banyak lemak dan protein. Sebanyak 4 orang siswi mengatakan tidak biasa makan pagi, sebanyak 6 orang memiliki kebiasaan sarapan pagi. Frekuensi makan dalam sehari umumnya 2 kali dengan menu seadanya seperti tahu, tempe, kadang-kadang makan daging dalam seminggu. Frekuensi olahraga dari 10 orang siswi yang teratur terdapat 4 orang siswi dan yang tidak teratur terdapat 6 orang siswi, alasan siswi yang tidak teratur tersebut mengatakan malas, tidak ada waktu untuk olahraga, tidak boleh kecapean, punya riwayat penyakit gastritis dan asma. Dari 10 orang siswi yang mengalami *dysmenorrhoe* diantaranya lama *dysmenorrhoe* yang 1 hari terdapat 5 orang siswi, yang 2 hari terdapat 3 orang siswi, dan yang 3 hari terdapat 2 orang siswi.

B. Rumusan Masalah

Dysmenorrhoe ini adalah kekakuan atau kejang di bagian bawah perut yang terjadi pada waktu menjelang atau selama menstruasi. Berbagai faktor yang dapat menyebabkan *dysmenorrhoe* diantaranya usia menarche, gaya hidup yang tidak sehat seperti pola makan yang tidak teratur serta olahraga tidak rutin. Penelitian terkait dengan faktor yang menyebabkan *dysmenorrhoe* masih jarang dilakukan, padahal sangat penting sebagai upaya untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja melalui gaya hidup yang sehat. Oleh karena itu, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian *dysmenorrhoe* pada siswi di SMAN 7 Kota Tasikmalaya?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *dysmenorrhoe* pada siswi di SMAN 7 Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya gambaran usia menarche pada siswi di SMAN 7 Kota Tasikmalaya.
- b. Diketuainya gambaran pola nutrisi pada siswi di SMAN 7 Kota Tasikmalaya.
- c. Diketuainya gambaran olahraga pada siswi di SMAN 7 Kota Tasikmalaya.
- d. Diketuainya kejadian *dysmenorrhoe* pada siswi di SMAN 7 Kota Tasikmalaya.
- e. Diketuainya hubungan usia menarche dengan kejadian *dysmenorrhoe* pada siswi di SMAN 7 Kota Tasikmalaya.
- f. Diketuainya hubungan pola nutrisi dengan kejadian *dysmenorrhoe* pada siswi di SMAN 7 Kota Tasikmalaya.
- g. Diketuainya hubungan olahraga dengan kejadian *dysmenorrhoe* pada siswi di SMAN 7 Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan tentang faktor yang berkaitan dengan kejadian *dysmenorrhoe* pada remaja putri serta dapat diterapkan pada kehidupan sehari-hari baik pada diri sendiri maupun orang lain dengan cara memberikan informasi melalui diskusi ataupun penyuluhan kesehatan.

2. Bagi Profesi Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi bagi profesi perawat mengenai kesehatan reproduksi remaja khususnya kejadian *dysmenorrhoe* sehingga perawat dapat memberikan asuhan keperawatan melalui pendidikan kesehatan kepada siswi di sekolah menengah atas.

3. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Memberikan informasi terutama tentang penatalaksanaan pada kejadian *dysmenorrhoe* melalui penerapan Catur Dharma Perguruan Tinggi.

4. Bagi SMA Negeri 7 Kota Tasikmalaya

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi bagi institusi pendidikan mengenai gangguan *dysmenorrhoe* sebagai akibat dari usia menarche, pola nutrisi dan olahraga. Sehingga pihak sekolah dapat memberikan pendidikan kesehatan mengenai nutrisi yang baik dan meningkatkan olahraga di sekolah.

5. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman bagi semua pihak yang peduli terhadap kejadian *dysmenorrhoe* dan para peneliti lain sehingga melakukan penelitian lebih lanjut terkait dengan kejadian *dysmenorrhoe* dan sebagai data dasar untuk peneliti lain yang berminat dalam menggali masalah dalam tindakan keperawatan pada sistem reproduksi.

