

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial. Seseorang dapat dikatakan remaja apabila tidak terikat oleh status perkawinan dan umurnya antara 10 sampai dengan 24 tahun. Menurut sensus tahun 2010, 18% dari total penduduk Indonesia berada pada kelompok usia 10 sampai 19 tahun (Kementerian Kesehatan, 2015). Selain itu remaja merupakan suatu proses dalam kehidupan seseorang yang biasa disebut pubertas. Pubertas adalah proses transisi pematangan diri sebagai individu sejak masa kanak-kanak. Ada banyak perubahan fisik dan mental yang menjadi ciri pubertas salah satunya yaitu pada perempuan mulai dari payudara membesar, tumbuhnya rambut di kemaluan dan ketiak, dan menstruasi (Setiawan & Lestari, 2018).

Menstruasi merupakan sesuatu yang wajar bagi seorang wanita yang menandakan bahwa ia telah mencapai masa pubertas (Nurul, 2016). Menstruasi merupakan perubahan normal pada tubuh wanita yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormone (Rahayu, 2017). Remaja putri dapat mengalami perubahan mental atau fisik selama menstruasi antara lain perubahan gejala emosional seperti sensitif, agresif, mudah tersinggung,

cemas, panik, bingung, terganggu, lelah atau depresi dan gejala fisik seperti kram atau nyeri perut, gas, penambahan berat badan, nafsu makan meningkat, nyeri dada atau bengkak, masalah kulit (jerawat) dan sakit kepala. Nyeri haid yang biasanya terjadi pada wanita muda atau remaja yang disebut dengan dismenore (Harzif et al, 2018).

Dismenore merupakan kontraksi rahim yang menyakitkan yang berhubungan dengan menstruasi. Dismenore merupakan nyeri pada perut sebelah bawah saat menstruasi yang terjadi karena ketidakseimbangan hormon prostaglandin. Peran hormon prostaglandin adalah untuk merangsang otot rahim berkontraksi dan membantu mengeluarkan darah menstruasi. (Pradini, 2020).

Dismenore dibagi menjadi dua bagian yaitu *dismenore* primer dan *dismenore* sekunder. *Dismenore* primer adalah nyeri menstruasi yang bukan disebabkan oleh penyakit ginekologi (organ reproduksi wanita), tetapi merupakan proses menstruasi yang normal. Sedangkan *dismenore* sekunder adalah nyeri menstruasi yang biasanya dikaitkan dengan berbagai kondisi ginekologi. Sebagian besar dismenore dapat diobati dengan obat nyeri menstruasi atau obat pereda nyeri (Setiawan & Lestari, 2018).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 angka kejadian *dismenore* pada wanita sangat tinggi di seluruh dunia, 1.769.425 orang (90%) wanita menderita nyeri menstruasi atau *dismenore*. Di setiap negara, rata-rata lebih dari 50% wanita menderita nyeri menstruasi dan sekitar 55% nyeri

menstruasi kini terjadi di Indonesia. Frekuensi *dismenore* pada wanita di Indonesia terdiri dari tipe primer 54,89% dan tipe sekunder 43%, dikatakan bahwa selama *dismenore* aktivitasnya terganggu (Sourial et al., 2018).

Berdasarkan data hasil penelitian pelayanan kesehatan peduli remaja (PKPR), angka kejadian *dismenore* di Jawa Barat cukup tinggi yaitu sebanyak 54,9% wanita menderita *dismenore*, di antaranya 24,5% menderita *dismenore* ringan, 21,28% *dismenore* sedang dan 9,36% *dismenore* berat (Saputra et al., 2021).

Rasa sakit saat menstruasi biasanya terjadi tepat sebelum menstruasi dimulai karena peningkatan kadar prostaglandin di dinding Rahim dan pada hari pertama menstruasi, kadar prostaglandin meningkat (Achmad Kemal Harzif, Melisa Silvia, 2018). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Putri, (2017) bahwa seorang siswi yang mengalami nyeri saat menstruasi membatasi aktivitas sehari-hari termasuk saat mengikuti kegiatan pembelajaran dapat menimbulkan gangguan tidak semangat belajar khususnya dalam kegiatan pembelajaran di sekolah atau di kampus dan hal ini sering menyebabkan absen sekolah. Selain itu kualitas hidup cenderung menurun, misalnya siswi yang mengalami gangguan menstruasi tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar dan motivasi belajar menurun selama proses belajar mengajar karena gangguan menstruasi atau *dismenore*.

Berdasarkan penelitian Setyowati (2018), dampak *dismenore* dalam aktivitas belajar yaitu kemampuan berkonsentrasi di kelas (59%), praktik (51%), partisipasi kelas (50%), sosialisasi (46%), pekerjaan rumah (35%), tes

bakat (36%), dan nilai (29%). Oleh karena itu, *dismenore* secara signifikan terkait dengan ketidakhadiran, kinerja sekolah, aktivitas fisik, dan sosialisasi temannya.

Hasil penelitian yang dilakukan Alimudin, (2017) bahwa sebesar 47 (73,4%) dari 64 mahasiswi kegiatan belajarnya terganggu sebab *dismenore*, 17 (26,6%) mahasiswi yang kegiatan belajarnya tidak terganggu. Dapat disimpulkan bahwa gangguan menstruasi yang dialami mahasiswi dapat mencegah mahasiswi melakukan aktivitas belajarnya tidak efektif karena nyeri yang dirasakan ketika proses pembelajaran berlangsung, sehingga mahasiswi sulit berkonsentrasi dan prestasi menurun sebab tidak mengikuti pembelajaran selama *dismenore*.

Hal ini sejalan dengan penelitian Widhawati & Utami, (2019) bahwa sebanyak 31 siswi (66,1%) mengalami *dismenore* nyeri sedang yang mengganggu aktivitas belajar dan 16 siswi (28,6%) tidak terganggu aktivitas belajarnya. Penelitian ini menunjukkan bahwa aktivitas belajar terganggu karena *dismenore* yang dialami.

Aktivitas belajar merupakan suatu kegiatan seorang pada bentuk perilaku, pikiran dan perhatian selama proses pembelajaran berlangsung sebagai penunjang keberhasilan ketika proses pembelajaran. Adapun faktor-faktor yang dapat mempengaruhi aktivitas belajar yaitu faktor internal artinya faktor yang asal berasal dalam siswi, misalnya disiplin belajar, syarat fisiologis (keadaan fisik yaitu kesehatan), kelelahan, syarat psikologis (kecerdasan, talenta, minat, motivasi). Sedangkan faktor eksternal adalah

faktor yang berasal dari luar peserta didik, misal faktor lingkungan keluarga, sekolah serta warga (Rusman, 2017).

Adapun ayat al-Qur'an yang menyinggung terhadap masalah haid adalah pada Q.S. Al-Baqarah ayat 222 yang berbunyi:

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ قُلْ هُوَ أَذًى فَاعْتَزِلُوا النِّسَاءَ فِي الْمَحِيضِ وَلَا تَقْرُبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

Artinya: “Mereka bertanya kepadamu tentang haidh. Katakanlah: "Haidh itu adalah suatu kotoran". oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haidh; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, Maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri” (Q.S. Al-Baqarah/2: 222).

Dari Aisyah *radhiyallahu ‘anha* berkata:

كَانَ يُصَيِّبُنَا ذَلِكَ فَتُؤْمَرُ بِقِضَاءِ الصَّوْمِ وَلَا تُؤْمَرُ بِقِضَاءِ الصَّلَاةِ

“Kami dahulu juga mengalami haid, maka kami diperintahkan untuk mengqadha puasa dan tidak diperintahkan untuk mengqadha shalat” (HR. Al-Bukhari No. 321 dan Muslim No. 335).

Melansir dari buku La Tahzan untuk Wanita Haid oleh Ummu Azzam, bacaan doa menghilangkan rasa sakit haid.

اللَّهُمَّ رَبَّ النَّاسِ أَذْهَبِ الْبَاسَ اشْفِهِ وَأَنْتَ الشَّافِي لَا شِفَاءَ إِلَّا شِفَاؤُكَ شِفَاءً لَا يُعَادِرُ سَقَمًا

Artinya: "Ya Allah, Tuhan manusia, hilangkan penyakit dan sembuhkanlah. Engkau adalah pemberi kesembuhan, tidak ada kesembuhan kecuali kesembuhan-Mu, kesembuhan yang tidak meninggalkan sakit" (HR. Tirmidzi).

Peneliti melakukan studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Sodonghilir dan MA Miftahul Ulum pada siswi yang merupakan remaja putri, dengan jumlah sampel yang diambil masing-masing 10 orang setiap sekolah. Dari studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Sodonghilir dengan mewawancarai didapatkan hasil bahwa di SMA Negeri 1 Sodonghilir paling banyak siswi yang mengalami *dismenore* dengan tingkat nyeri sedang, dalam aktivitas belajar terlihat dari adanya siswi yang tidak memperhatikan materi yang disampaikan oleh guru, dan bahkan ada yang meninggalkan kelas saat jam pelajaran berlangsung. Saat menstruasi para siswi sering merasa tidak ada keinginan untuk melakukan aktivitas di sekolah misalnya tidak bisa berkonsentrasi saat jam pelajaran berlangsung.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap hubungan kejadian *dismenore* dengan aktivitas belajar pada siswi kelas X dan XI SMA Negeri 1 Sodonghilir.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang pemikiran diatas, rasa nyeri yang hebat pada saat menstruasi yaitu *dismenore* dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Prevalensi *dismenore* pada perempuan terutama siswi sebagai remaja putri

masih tinggi, terlihat dari adanya siswi absen sekolah selain itu kualitas hidup cenderung menurun, siswi yang mengalami gangguan menstruasi tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar, meninggalkan kelas saat jam belajar berlangsung dan motivasi belajar menurun selama proses belajar mengajar. Dengan demikian rumusan masalah ini adakah hubungan kejadian *dismenore* dengan aktivitas belajar pada siswi kelas X dan XI SMA Negeri 1 Sodonghilir?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan kejadian *dismenore* dengan aktivitas belajar pada siswi kelas X dan XI SMA Negeri 1 Sodonghilir

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya kejadian *dismenore* pada siswi kelas X dan XI SMA Negeri 1 Sodonghilir
- b. Diketuainya aktivitas belajar pada siswi kelas X dan XI SMA Negeri 1 Sodonghilir
- c. Diketuainya hubungan kejadian *dismenore* dengan aktivitas belajar pada siswi kelas X dan XI SMA Negeri 1 Sodonghilir

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana pembelajaran melakukan penelitian ilmiah sekaligus mengaplikasikan ilmu yang sudah didapatkan

selama perkuliahan terutama mengenai hubungan kejadian *dismenore* dengan aktivitas belajar

2. Bagi FIKES Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dalam melakukan penelitian dan pengabdian kepada masyarakat untuk mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan terutama mengenai hubungan kejadian *dismenore* dengan aktivitas belajar

3. Bagi Profesi Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan pustaka dalam rangka menambah informasi bagi profesi keperawatan mengenai hubungan kejadian *dismenore* dengan aktivitas belajar

4. Bagi SMA Negeri 1 Sodonghilir

Penelitian ini diharapkan dapat memberi wawasan dan masukan dalam penanganan terhadap siswi SMA Negeri 1 Sodonghilir yang mengalami *dismenore* sehingga aktivitas belajar dapat berjalan dengan lancar untuk kemajuan dunia Pendidikan Indonesia

5. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat dijadikan informasi bagi remaja putri sebagai referensi dalam hubungan *dismenore* dengan aktivitas belajar

6. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar atau referensi bagi peneliti selanjutnya yang berhubungan dengan kejadian *dismenore* dengan aktivitas belajar