

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa yang penting didalam kehidupan manusia yang ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat, psikososial, kognitif dan emosional serta kematangan seksual dan reproduksi (Lehtimaki et al., 2019). Salah satu tanda kematangan seksual dan reproduksi remaja putri adalah menstruasi. Menstruasi dapat didefinisikan sebagai perdarahan periodik dari rahim yang terjadi setiap bulan dan sepanjang kehidupan reproduksi aktif seorang wanita (Michael et al., 2020). Siklus menstruasi terjadi secara periodik pada setiap bulannya dengan rentang normal 28 hari, sedangkan siklus menstruasi itu sendiri adalah 3 sampai 7 hari (Rahayu et al., 2017).

Semakin lama menstruasi, semakin sering rahim berkontraksi, sehingga akan menimbulkan rasa nyeri saat menstruasi. Pada saat menstruasi menunjukkan bahwa remaja dengan periode menstruasi > 7 hari memiliki risiko 1,2 kali lebih tinggi untuk mengalami dismenore dibandingkan remaja dengan periode < 7 hari (Sophia, 2017). Masalah kesehatan yang dapat terjadi pada kesehatan reproduksi remaja pada saat menstruasi salah satunya yaitu dismenorea atau nyeri pada saat menstruasi (Utari, 2018). Permasalahan siklus menstruasi dan dismenore biasanya, keadaan depresi atau takut. Akibat buruk dismenore terhadap status psikologis remaja putri adalah terganggunya kualitas hidup remaja putri dan menyebabkan seorang wanita absen dari belajar (Setiawan, 2018).

Disminorea adalah rasa nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah atau kram menjelang haid yang berlangsung 2-3 hari, dimulai sehari sebelum mulai haid (Andriana, 2018). Dismenorea merupakan masalah ginekologi yang paling umum pada wanita usia subur. Meskipun dismenore terjadi secara umum, namun masih banyak yang belum diketahui masyarakat tentang gangguan dismenore, termasuk diagnosis dan efeknya (Iacovides et al., 2015). Dismenorea dibagi menjadi dua jenis, dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah dismenore yang terjadi tanpa

adanya kelainan atau penyakit pada organ reproduksi. Sedangkan dismenore sekunder adalah dismenore yang berhubungan dengan penyakit pada organ reproduksi, seperti endometriosis, adenoma, dan mioma uteri (Osuga et al., 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, kejadian dismenorea adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita dismenorea, dengan 10-16% menderita dismenorea berat. Angka kejadian dismenorea di dunia sangat tinggi. Besar rata-rata lebih dari 50% wanita menderita karenanya (Herawati, 2021). Di Indonesia angka kejadian dismenorea adalah 64,25%, terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder. Selama 50 tahun terakhir, 75% wanita pernah mengalami kram menstruasi. Gejala dismenorea primer biasanya muncul pada wanita usia subur dan wanita yang belum pernah hamil.

Dismenorea sering terjadi pada wanita antara usia 20 dan 25, dengan hingga 61% wanita yang belum menikah (Reeder, 2020). Menurut Badan Pusat Statistik Jawa Tengah (2018) Jumlah penduduk wanita di atas usia 15 tahun di Jawa Tengah telah mencapai 13.424.304. Menurut Fatmawati (2016), kejadian dismenore di Jawa Tengah umumnya 56%. Menurut data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen Puskesmas Sragen tahun 2013, jumlah penderita dismenorea adalah 468.516 pada tahun 2014 dan 569 pada tahun 2015 (Dixit et al., 2018)

Tingginya prevalensi dismenore primer dipengaruhi oleh beberapa karakteristik. Beberapa karakteristik dismenore primer antara lain dismenorea pada masa kanak-kanak, riwayat keluarga dismenorea, siklus menstruasi yang berkepanjangan, merokok, konsumsi alkohol dan kafein, dan kualitas tidur, kesehatan yang buruk, konsumsi makanan tertentu, kurangnya aktivitas fisik atau olahraga, obesitas dan stres (Fernández-Martínez et al., 2018).

Dismenorea banyak dialami oleh remaja putri yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Remaja putri dengan dismenorea akan membatasi aktivitasnya sehari-hari, terutama aktivitas sekolah. Aktivitas belajar merupakan prinsip yang sangat penting dalam interaksi pembelajaran yang

melibatkan tidak hanya aktivitas fisik tetapi juga aktivitas mental (Dimiyanti, 2014). Jika seorang siswi mengalami dismenorea, aktivitas disekolah akan terganggu dan ketidakhadiran tidak jarang terjadi. Selain itu, kualitas hidup berkurang, misalnya seorang siswi dengan dismenorea tidak dapat berkonsentrasi pada studinya dan motivasi belajarnya akan menurun karena nyeri menstruasi yang dialami selama belajar mengajar (Ningsih, 2014).

Remaja putri yang mengalami dismenorea ketika mengikuti kegiatan pembelajaran yang dapat mengganggu aktivitas belajarnya dapat menurunkan, mengurangi konsentrasi, atau bahkan sulit berkonsentrasi, maka diberikan materi (Putri, 2017). Menurut Setyowati (2018), menyatakan bahwa dampak dismenorea meliputi konsentrasi di kelas (59%), olahraga (51%), kehadiran di kelas (50%), interaksi sosial (36%), pekerjaan rumah (35%), tes kemampuan (36%) dan nilai (29%). Oleh karena itu, dismenore secara signifikan terkait dengan ketidakhadiran, tugas sekolah, partisipasi dalam olahraga, dan bersosialisasi dengan teman.

Menurut Rohmat (2013), mengemukakan bahwa aktivitas belajar adalah kegiatan seseorang dalam bentuk sikap, pikiran dan perhatian dalam mendukung kegiatan belajar proses belajar mengajar sehingga dapat memperoleh manfaat dari kegiatan tersebut. Remaja putri mengalami nyeri haid (dismenorea) secara bersamaan kegiatan belajar, bisa menyebabkan kegiatan belajar terganggu, tidak termotivasi, konsentrasi menjadi menurun, sulit berkonsentrasi sehingga materi yang disampaikan tidak dapat diterima dengan baik bahkan tidak diterima sampai ada yang tidak sekolah.

Berdasarkan survei Alimuddin (2017), terhadap 64 siswa dengan menggunakan angket, 47 (73,4%) siswa mengalami kesulitan belajar karena efek dismenore, dan 17 siswa (26,6%) aktivitas tidak terganggu. Hal ini menunjukkan bahwa menstruasi tidak teratur yang dialami mahasiswa dapat menghambat mereka untuk melakukan aktivitas normal. Penelitian lain oleh Saguni (2013), menunjukkan bahwa ketidakmampuan belajar pada siswi disebabkan oleh nyeri haid yang dirasakan selama proses pembelajaran, dan nyeri haid (dismenorea) menurunkan konsentrasi belajar siswi. Beberapa siswi

yang mengalami dismenorea pada jam pembelajaran, beberapa meminta izin untuk pulang, sementara yang lain meminta izin untuk memberikan dispensasi mereka untuk beristirahat di ruang UKS.

Dismenorea ini dapat diatasi dengan pengobatan farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis dengan menggunakan analgesik, khususnya obat *Non-Steroidal Anti Inflammatory Drug* (NSAID) yang dapat meredakan nyeri. Penggunaan analgesik ini memiliki beberapa efek samping seperti mual, muntah, konstipasi, kegelisahan, dan mengantuk (Sari et al., 2015). Terapi non-farmakologis seperti kompres air hangat, pijatan ringan diperut (*effleurage massage*), TENS, akupresure, akupuntur, aromaterapi, olahraga secara teratur, herbal untuk meningkatkan gizi (Lowdermilk et al., 2013).

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan pada bulan Februari 2022 bahwa di Jawa Tengah terdapat Sekolah Menengah Atas sebanyak 34 Sekolah Menengah Atas yang berada di Kabupaten Sragen. Siswa dengan jumlah terbanyak terdapat pada SMA Muhammadiyah 1 Sragen sebanyak 1.333 siswa. Peneliti mengambil SMA Muhammadiyah 1 Sragen, karena terdapat angka peluang kejadian dismenorea saat aktivitas belajar dikelas pada siswi. Sehingga didapatkan data jumlah siswi tahun akademik 2021/ 2022 yaitu berjumlah 20 siswi yang mengalami menstruasi.

Pada saat siswi mengalami menstruasi yang terganggu dalam pembelajaran dikelas sebanyak 13 siswi, siswi yang mengalami menstruasi dan merasa tidak terganggu dalam pembelajaran sebanyak 7 siswi. Gejala yang ditimbulkan pun berbagai macam seperti mual, muntah, sakit kepala, pusing, kram diperut, perubahan suasana hati, *overthinking*. Disekolahan tersebut bahwa ada beberapa siswi yang mengalami dismenorea ada yang meminta izin untuk pergi ke UKS saat pembelajaran dikelas, bahkan ada yang meminta izin pulang karena tidak tahan dengan dismenorea yang dialami oleh siswi tersebut.

Dampak yang dialami oleh siswi tersebut adalah pada saat siswi mengikuti pembelajaran dikelas seperti menurunkan konsentrasi, tidak fokus

dengan apa yang disampaikan oleh guru, dan tidak mampu menjawab ketika guru bertanya. Berdasarkan fenomena yang ada peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Dismenorea Saat Aktivitas Belajar Diruang Kelas Pada Siswi SMA Muhammadiyah 1 Sragen”.

B. Rumusan Masalah

“Bagaimanakah Gambaran Dismenorea Saat Aktivitas Belajar Diruang Kelas Pada Siswi SMA Muhammadiyah 1 Sragen ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran dismenorea saat aktivitas belajar diruang kelas pada siswi SMA muhammadiyah 1 Sragen.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan dismenorea pada siswi SMA Muhammadiyah 1 Sragen
- b. Mendiskripsikan aktivitas belajar siswi SMA Muhammadiyah 1 Sragen

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

- a. Sebagai bahan kajian dan tambahan ilmu pengetahuan dibidang akademisi dan menjadi sumber ilmu atau referensi seperti konsep-konsep atau teori-teori yang mendukung didalam kehidupan para remaja putri.
- b. Menjelaskan mengenai gambaran dismenorea dan aktivitas belajar sebagai dasar pengembangan keperawatan secara non-farmakologi.

2. Manfaat Teoritis

- a. Meningkatkan pemahaman mengenai gambaran dismenorea dan aktivitas belajar.
- b. Menambah ilmu serta wawasan mengenai gambaran dismenorea dan aktivitas belajar.

E. Keaslian Penelitian

Table 1.1 Tabel Keaslian Penelitian

No	Judul dan Tahun Penelitian	Tujuan Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
1	Hubungan Dismenorea Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Siswi Kelas X dan XI SMA N RANCAKALONG, 2021	Untuk mengetahui “Hubungan Dismenore Primer dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Siswi Kelas X Dan XI SMAN Rancakalong Kabupaten Sumedang”	Jenis penelitian ini deskriptif korelasional dengan pendekatan cross-sectional. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini total sampling.	Menunjukkan sebagian besar siswi SMA N Rancakalong mengalami dismenore sedang (61,1%) dan aktivitas belajarnya terganggu (61,1%).	Terdapat variabel yang sama dan teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner	Tidak terdapat terapi farmakologisnya yaitu dengan menggunakan dark chocolate, jenis penelitiannya berbeda, jumlah sampel yang digunakan.
2	Hubungan Aktivitas Belajar Dengan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri di Desa Kemang, 2022	Untuk mengetahui hubungan aktivitas belajar dengan dismenorea primer pada remaja putri di Desa Kemang Kabupaten Bogor tahun	Desain survey analitik dengan desain penelitian cross sectional	Hasil analisis dengan menggunakan penurunan uji square p value < 0,03 (p=0,00) nilai OR sebesar 5,400 > 1 artinya Ho ditolak dan Ha diterima	Menggunakan variabel yang sama yaitu dismenorea dan aktivitas belajar	Menggunakan metode penelitian yang berbeda

		2021		sehingga ada hubungan antara aktivitas belajar dengan dismenorea primer		
3	Pengaruh Dismenorea Terhadap Aktivitas Belajar Mahasiswi di Program Studi DII Kebidanan	Untuk menganalisis pengaruh dismenore terhadap aktivitas belajar mahasiswa di program studi DIII Kebidanan	Penelitian deskriptif dengan metode cross sectional.	Menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar (0,000.<0,05)	Terdapat variabel yang sama yaitu dismenorea dan aktivitas belajar	Menggunakan responden yang berbeda, metode penelitian yang berbeda
4	Hubungan Dismenorea Dengan Aktivitas Belajar Remaja Putri di SMA Kristen 1 Tomohon	Untuk mengetahui hubungan dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di SMA	Metode penelitian ini adalah survey analitik dengan desain penelitian cross sectional	Dalam penelitian ini menggunakan analisis uji statistic chi square dan didapatkan nilai	Terdapat variabel yang sama yaitu dismenorea dan aktivitas belajar	Metode penelitian yang aka digunakan, ditempat yang berbeda.

Kristen I
Tomohon

$p = 0,000 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak.

Kesimpulan penelitian ini yaitu ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar remaja putrid di SMA Kristen I Tomohon.
