

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu tahapan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa atau masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan. Biasanya mulai dari usia 14 tahun pada laki-laki dan 12 tahun pada wanita. Menurut WHO (*World Health Organization*) yang disebut remaja apabila anak telah mencapai usia 10-18 tahun (H. Sari & Hayati, 2020). Sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) menyebutkan remaja berada pada usia 10-24 tahun dan belum menikah (Pristianto et al., 2022). Perubahan fisik, perilaku, kognitif, biologis, dan emosi merupakan beberapa perubahan yang dialami oleh remaja yang berada antara fase anak dan dewasa. Ketika remaja memasuki usia pubertas, remaja mulai mengalami banyak perubahan fisik maupun psikologis, salah satu perubahan tersebut yaitu ketika memasuki masa menstruasi atau haid (Amin & Purnamasari, 2020). Pada saat menstruasi masalah yang sering dialami hampir seluruh wanita adalah rasa tidak nyaman berupa nyeri yang hebat. Hal ini biasa disebut dengan nyeri haid (*dismenorea*) (Indrawati & Putriadi, 2019).

Dismenorea merupakan salah satu gangguan menstruasi yang paling sering dialami oleh wanita. *Dismenorea* atau nyeri haid adalah nyeri menjelang atau selama menstruasi yang dapat bersifat primer ataupun sekunder akibat adanya peningkatan hormone prostaglandin yang mengakibatkan otot uterus berkontraksi (Rahmayanti et al., 2021). *Dismenorea* juga bisa terjadi karena ketidakseimbangan *hormone* progesterone dalam darah sehingga menimbulkan nyeri yang terjadi pada wanita (Amin & Purnamasari, 2020).

Angka kejadian *dismenorea* di dunia sangat besar. Rata-rata dari insidensi atau kejadian terjadinya *dismenorea* pada perempuan muda yaitu antara 16,8% –81% dan rata-rata di negara Eropa *dismenore* terjadi pada 45%-97% pada perempuan. Prevalensi nyeri haid tertinggi sering ditemui

pada remaja perempuan, yang diperkirakan antara 20%-90%. Selain itu, juga dilakukan survei pada 113 perempuan Amerika Serikat dan dinyatakan proporsi sebanyak 29%-44%, paling banyak pada umur 18-45 tahun (A. Sari & Susanti, 2021). Menurut data WHO (*World Health Organisation*) angka kejadian *dismenorea* di Indonesia sebanyak 55% di kalangan usia produktif, di mana 15% diantaranya mengeluhkan aktivitas menjadi terbatas akibat *dismenorea* (Indrawati & Putriadi, 2019). *Dismenorea* merupakan penyebab utama absen dan terganggunya aktivitas. Hasil studi menunjukkan hampir 10% dari wanita dengan *dismenorea* mengalami tingkat ketidakhadiran 1 sampai 3 hari per bulan dalam bekerja dan belajar karena *dismenorea* (Aprilyadi et al., 2018).

Menurut hasil Penelitian Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja (PIK-KRR) di Indonesia sendiri angka kejadian *dismenorea* terdiri dari 72,89% *dismenorea* primer dan 27,11% *dismenorea* sekunder dan angka kejadian mencapai 45%-90% (Rahmayanti et al., 2021). Sementara itu menurut pusat data dan informasi prevalensi remaja di Indonesia mencapai angka 43,5 juta atau 18% dari total seluruh penduduk di Indonesia (W. Wahyuni & Zulfahmi, 2021). Berdasarkan data dari profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah prevelensi kejadian *dismenorea* mencapai 56% (Kemenkes, 2022).

Tabel 1.1 Prevelensi Jumlah Remaja Putri Di Sekolah Karanganyar

No	Nama Sekolah	Jumlah Remaja Putri
1	MAN 1 Karanganyar	762
2	SMA 1 Karanganyar	664
3	MAN 2 Karanganyar	454
4	SMK Bhakti Karya Karanganyar	198

(Kemdikbud, 2023)

Dampak yang ditimbulkan dari *dismenorea* sangat merugikan bagi penderita seperti menghambat aktivitas remaja yang berdampak pada penurunan prestasi remaja di sekolah karena ketidakhadiran dalam proses pembelajaran (Apriani & Anggaini, 2021). Aktivitas belajar merupakan prinsip yang sangat penting dalam proses pembelajaran yang tidak hanya melibatkan aktivitas fisik tetapi juga mental. Jika seorang siswi mengalami

dismenorea aktivitas di sekolah akan menjadi terganggu dan ketidakhadiran siswa dalam proses pembelajaran sering terjadi. Selain itu, kualitas hidup akan berkurang misalnya seorang siswi dengan *dismenore* tidak dapat berkonsentrasi pada pelajaran dan motivasi belajarnya akan menurun karena merasakan nyeri menstruasi yang dialami saat proses pembelajaran (Indah & Susilowati, 2022).

Banyaknya dampak yang ditimbulkan dari kejadian *dismenore* yang tidak diimbangi dengan adanya laporan yang diterima oleh Dinas Kesehatan dan Unit Kesehatan Sekolah yang ada menjadi masalah bagi tenaga Kesehatan untuk membantu para perempuan dalam memberikan penanganan nyeri haid (*dismenore*). Nyeri haid tidak boleh dibiarkan begitu saja tanpa ada penanganan karena akan menyebabkan kefatalan, salah satu contohnya yaitu adanya gejala endometriosis yang akan mempersulit perempuan untuk hamil, radang panggul dan kista. Upaya penanganan dalam menghadapi Kesehatan remaja diatur dalam UU Nomor 36 Tahun 2009 tentang kesehatan. Di dalam UU Nomor 36 Tahun 2009 dicantumkan tentang Kesehatan reproduksi pada bagian ke enam pasal 71 sampai dengan pasal 77. Pasal 77 ayat 3 menyatakan bahwa kesehatan produksi dilakukan dengan kegiatan promotif, preventif, kuratif dan rehabilitatif. Upaya yang dibentuk berupa program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR). Pemerintah mewujudkan kesehatan pelajar dalam bentuk program UKS untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat dalam lingkungan hidup (Fredelika et al., 2020).

Penanganan *dismenorea* dapat dilakukan dengan 2 cara, yaitu dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi non-farmakologis lebih disarankan dibandingkan menggunakan terapi farmakologis karena efek sampingnya tidak mempengaruhi kinerja tubuh. Manajemen nyeri farmakologi dilakukan dengan pemberian analgesik dan anestesi intravena maupun intramuscular. Namun dengan menggunakan obat pereda rasa nyeri yang dilakukan terus menerus dapat menyebabkan mual, muntah, dan dapat menyebabkan ketergantungan obat. Sedangkan dalam

penatalaksanaan non-farmakologi yang bisa dilakukan adalah terapi relaksasi dengan mendengarkan music, akupuntur, akupresure, olahraga, dan terapi spiritual (Anwar et al., 2021).

Salah satu terapi yang mudah untuk dilakukan yaitu dengan menggunakan terapi non-farmakologi karena terapi non-farmakologi dinilai lebih mudah dan signifikan. Salah satu contoh dari terapi non-farmakologi yang mudah dilakukan yaitu terapi spiritual. Terapi spiritual yang biasa dilakukan adalah dengan berdzikir maupun mendengarkan lantunan ayat-ayat suci Al-Quran. Ayat-ayat suci Al-Quran mampu memberikan efek relaksasi karena dapat mengaktifkan hormone endorphin, meningkatkan perasaan rileks, mengalihkan perhatian dari rasa takut dan cemas, tegang, memperbaiki system kimia tubuh sehingga dapat menurunkan tekanan darah dan memperlambat pernapasan (Rahmayanti et al., 2021).

Murottal merupakan salah satu intervensi yang dipercaya memiliki pengaruh positif bagi pendengarnya. Terapi murottal dapat mempercepat penyembuhan, hal ini telah dibuktikan oleh berbagai ahli seperti yang telah dilakukan Ahmad Al Khadi direktur utama *Islamic Medicine Institute for Education and Research* di Florida, Amerika Serikat. Dalam konferensi tahunan ke XVII Ikatan Dokter Amerika, dengan hasil penelitian bahwa mendengarkan ayat suci Al-Quran memiliki pengaruh yang signifikan dalam menurunkan ketegangan urat saraf reflektif dan hasil ini tercatat dan terukur secara kuantitatif dan kualitatif oleh alat berbasis computer. Terapi murottal bekerja pada otak, dimana otak ketika di dorong dengan rangsangan dari luar (terapi murrotal al-qur'an) maka otak akan memproduksi zat kimia yang disebut neuropeptide. Molekul-molekul ini akan mengangkut reseptor-reseptor yang ada di dalam tubuh sehingga tubuh memberikan umpan balik berupa rasa nyaman. Mendengarkan bacaan ayat-ayat suci Al-Quran dengan waktu yang sesuai dan di dengarkan secara konstan tidak ada perubahan irama yang

mendadak dan dalam nada yang lembut dapat menurunkan dismenore (nyeri haid) (Indrawati & Putriadi, 2019).

Surah dalam Al-Quran yang diperdengarkan kepada penderita *dismenorea* salah satunya adalah surah Al Isra' yang artinya Perjalanan Malam. Surah Al Isra' adalah surah ke 17 yang terdiri dari 111 ayat. Salah satu ayat yang terdapat di surah Al Isra yang berbunyi “*Wa nunazzilu minal-qur`āni mā huwa syifā`uw wa raḥmatul lil-mu`minīna wa lā yazīduz-zālimīna illā khasārā*” yang mempunyai arti “Dan Kami turunkan dari Al Quran suatu yang menjadi penawar dan rahmat bagi orang-orang yang beriman sedangkan bagi orang-orang yang zalim (Al Quran itu) hanya akan menambah kerugian”. Di dalam lantunan surah Al Isra' diperdengarkan dengan *timbre* medium, harmoni regular dan konsisten, mendayu-dayu, volume 60 *decibel*, intensitas medium. Pada *pitch* yang rendah dan *rhythm* yang lambat dan volume yang rendah akan menimbulkan efek rileks (Rosyidin, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Westri Prastiwi pada tahun 2017 dengan judul “Pengaruh Alunan Murottal Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Primer pada Siswi Aliyyah di Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi Yogyakarta” di dapatkan hasil bahwa dari 30 responden yaitu 9 orang responden mengalami nyeri ringan, 16 orang responden mengalami nyeri sedang dan 5 orang responden mengalami nyeri berat. Analisis data menggunakan Parametric Test dengan uji paired T-Test dengan hasil uji statistic $p(0,000) < \alpha (0,05)$ yang mana dapat disimpulkan bahwa murottal al-quran dapat menurunkan tingkat dismenore pada siswi Aliyyah Pondok Pesantren As Salafiyah Mlangi (Masruroh, 2019).

Menurut penelitian N. Wahyuni dan dkk (2018) dengan judul “Pengaruh Pemberian Kombinasi Murottal Al-Qur'an (Surah Al-Fatihah) dan Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Dismenore Pada Santri Putri Di Pondok Pesantren Hidayatut Thullab Kabupaten Kediri” di dapatkan hasil 16 responden menunjukkan 11 responden (68,8%) mengalami nyeri ringan dan 5 orang (31,3%) tidak mengalami nyeri. Dapat disimpulkan bahwa

pemberian kombinasi murottal Al-Quran lebih efektif daripada melakukan teknik nafas dalam.

Menurut penelitian Fatmawati dan Rejeki (2021) dengan judul “Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Dismenore Menggunakan Terapi Murottal” dengan jumlah 2 responden dilakukan intervensi pemberian terapi murottal selama 3 kali pertemuan dalam 3 hari. Responden pertama mengalami nyeri sedang dengan skala 6 menjadi skala 2 sedangkan responden kedua mengalami nyeri sedang dengan skala 5 menjadi skala 2. Dalam pemberian alunan murottal Al-Quran dilakukan dalam waktu 60 menit menggunakan earphone. Tujuan dari penerapan ini yaitu untuk mengalihkan perhatian responden yang mengalami nyeri sehingga dalam keadaan relaksasi yang dalam.

Hasil dari studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada hari Rabu, 17 Mei 2023 di Madrasah Aliyah Negeri 1 Karanganyar diperoleh data sejumlah 81 siswi yang mengalami *dismenorea* dengan tingkat nyeri yang berbeda-beda dengan melakukan wawancara. Dari hasil data yang diperoleh banyak ditemukan bahwa nyeri haid mengganggu aktivitas dan konsentrasi belajar di kelas. Para siswi yang mengalami nyeri haid banyak yang ijin ke UKS dan sampai ada yang ijin pulang karena tidak tahan dengan nyeri haid yang dirasakan. Dari hasil studi pendahuluan juga memperlihatkan terdapat berbagai macam cara untuk mengatasi keluhan dismenore seperti tidur, ditahan, melonggarkan sabuk, dan mengolesi dengan minyak kayu putih. Namun masih banyak siswi yang belum mengetahui bagaimana cara mengatasi *dismenorea*. Berdasarkan penjelasan diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Terapi Murottal Al-Quran Surah Al Isra’ Terhadap Tingkat *Dismenorea* Pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Negeri 1 Karanganyar”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, maka peneliti menyusun rumusan masalah yaitu “Bagaimanakah pengaruh terapi murrotal Al-

Qur'an Surah Al Isra' terhadap tingkat *dismenorea* pada remaja putri di Madrasah Aliyah Negeri 1 Karanganyar”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi murrotal Al-Qur'an Surah Al Isra' terhadap tingkat *dismenorea* pada remaja putri di Madrasah Aliyah Negeri 1 Karanganyar

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden yang mengalami *dismenorea*
- b. Mengidentifikasi tingkat dismenore pada remaja putri sebelum diberikan terapi murrotal Al-Qur'an
- c. Mengidentifikasi tingkat dismenore pada remaja putri setelah diberikan terapi murrotal Al-Qur'an
- d. Menganalisis perbedaan sebelum dan sesudah diberikan terapi murrotal Al-Qur'an

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan responden tentang pengaruh terapi murrotal Al-Qur'an terhadap penurunan *dismenorea*

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman dalam penulisan skripsi, serta sebagai masukan dalam pengetahuan tentang terapi murrotal Al-Qur'an.

3. Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi rujukan, sumber informasi bagi peneliti selanjutnya agar bisa lebih dikembangkan lagi.

4. Bagi Institusi Pendidikan

Dari penelitian ini dapat menjadi referensi tambahan untuk institusi pendidikan terutama pengaruh terapi murrotal al-qur'an terhadap penurunan dismenore pada remaja putri

E. Keaslian Penelitian

1. (Rahmayanti et al., 2021). **Judul** : Pengaruh Terapi Murrotal Surah Ar-Rahman Terhadap Tingkat Dismenore Pada Remaja. **Tujuan** : penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi murrotal ar-rahman terhadap tingkat dismenore pada remaja di SMA Negeri 6 Kota Bau-Bau tahun 2020. **Metode** : metode penelitian ini menggunakan kuantitatif eksperimen dengan quasi eksperimental pre-post test kelompok eksperimen dan kelompok control dengan menggunakan teknik pengambilan sampel purposive sampling. **Hasil** : Berdasarkan penelitian dapat dilihat bahwa setelah diberikan terapi Murottal Surah Ar-Rahman dari 20 responden pada hari pertama mengalami nyeri haid pada skala 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 16 orang (80%), dan skala nyeri 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 4 orang (20%). Pada hari kedua responden mengalami nyeri haid pada skala 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 13 orang (75%), dan skala nyeri 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 7 orang (35%). Pada hari ketiga responden mengalami nyeri haid pada skala 4-6 (nyeri sedang) sebanyak 4 orang (20%), dan skala 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 16 orang (80%). Pada hari keempat responden yang mengalami nyeri haid skala 4-6 (nyeri sedang) mengalami penurunan sebanyak 1 orang (5%), pada skala 1-3 (nyeri ringan) sebanyak 16 orang (80%) dan skala 0 (tidak ada nyeri) sebanyak 3 orang (15%). Pada hari kelima responden yang mengalami nyeri haid skala 1-3 (nyeri ringan) juga mengalami penurunan yaitu sebanyak 7 orang (30%), dan skala 0 (tidak ada nyeri) sebanyak 13 orang (65%). **Persamaan** : mengetahui pengaruh terapi murrotal terhadap dismenore pada remaja. **Perbedaan** : sampel, populasi, tempat, metode.

2. (Murtiningsih, Indri Andriana, 2020). **Judul** : Pengaruh Terapi Murrotal Al-Qur'an Surat Ar-Rahman Terhadap Intensitas Dismenore Primer Pada Remaja Putri. **Tujuan** : penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi murrotal al-qur'an surat Ar-Rahman terhadap dismenore primer. **Metode** : metode penelitian ini menggunakan quasi-experimental pretest-posttest non equivalent control grup design. **Hasil** : Didapatkan rata-rata nyeri dismenore pada kelompok perlakuan sebelum diberikan terapi murottal Al-Quran surah Ar-Rahman adalah 5.20 dan sesudah diberikan murottal Al-Quran adalah 2.00, terdapat selisih penurunan sebesar 3.2. Sedangkan di dapatkan nilai rata-rata skala nyeri dismenore pada kelompok control sebelum dan sesudah intervensi 4.65, tidak terdapat selisih penurunan. Hasil penelitian menunjukkan ada pengaruh antara terapi murottal surah ar-rahman terhadap tingkat dismenore. **Persamaan** : mengetahui pengaruh terapi murrotal al-quran terhadap desminore pada remaja putri,. **Perbedaan** : terdapat pada variabel terikat, tempat, waktu penelitian, populasi, metode.
3. (Sulfakar, 2022). **Judul** : Perbandingan Efektivitas Terapi Murottal Ar-Rahman dengan Kompres Hangat untuk Menurunkan Dismenore Primer pada Mahasiswi Prodi D3 Kebidanan dan S1 Keperawatan di STIKes Dharma Husada Bandung Tahun 2020. **Tujuan** : penelitian ini bertujuan dalam menganalisis perbandingan efektivitas terapi surah murottal ar-rahman untuk menurunkan dismenore primer dibandingkan dengan kompres hangat. **Metode** : pada penelitian ini menggunakan eksperimen semu pendekatan pretest-posttest control grup dengan responden 80 orang mahasiswi D3 Kebidanan dan S1 Keperawatan yang mengalami dismenore primer. **Hasil** : Pada kelompok intervensi (terapi murottal Ar-Rahman) selama 3 hari semua responden tingkat disminore primer mengalami penurunan sedangkan kelompok control (kompres hangat) mengalami penurunan tetapi tidak signifikan. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat perubahan signifikan

antara pre dan post perlakuan pada kelompok intervensi (murottal Ar-Rahman). **Persamaan** : mengetahui pengaruh untuk penurunan desminore, metode. **Perbedaan** : variabel bebas, populasi, sampel, tempat, waktu