

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa tahun 2017 didapatkan sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore, 10- 15% diantaranya mengalami dismenore berat. Prevalensi dismenore di dunia adalah 90% pada remaja dan lebih dari 50% wanita yang sedang menstruasi, 10– 20% dari antara mereka mengalami rasa sakit yang berat dan sangat mengganggu.<sup>2</sup>

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik tahun 2022, jumlah penduduk Indonesia sebesar 275.773.774 jiwa, dengan 66.742.629 jiwa, atau 24,20% dari total, adalah remaja berusia 10 hingga 24 tahun (BPS, 2022). Di antara remaja putri, prevalensi dismenore paling umum, berkisar antara 20-90%. Sekitar 15% remaja mengalami kondisi berat.<sup>3</sup> Sebanyak 52% wanita usia produktif di DI Yogyakarta mengalami dismenore. Sebagian besar mengatasi nyeri haid dengan mengonsumsi obat pereda nyeri, namun belum banyak yang mengetahui teknik pengurangan nyeri tanpa penggunaan obat.<sup>4</sup> Dismenore merupakan nyeri yang terjadi selama siklus menstruasi. Menurut (Salamah,2019) nyeri ini disebabkan oleh ketidakseimbangan kadar hormon progesteron dalam darah, peningkatan produksi prostaglandin, serta faktor stres. Produksi berlebih prostaglandin uterus, terutama PGF2a dan PGF2, menyebabkan peningkatan tonus otot rahim serta kontraksi dengan amplitudo tinggi. Wanita yang mengalami dismenore

cenderung memiliki kadar prostaglandin lebih tinggi, terutama pada dua hari pertama menstruasi, yang dapat memicu timbulnya nyeri haid.<sup>5</sup>

Dismenore pada remaja dapat memicu kelelahan, nyeri di area bawah pinggang, kecemasan, ketegangan, sakit kepala, mual, muntah, diare, kram perut, serta gangguan dalam beraktivitas. Nyeri ini biasanya terasa di bagian bawah perut, menjalar hingga paha dan panggul belakang. Permasalahan tersebut dapat memengaruhi kualitas hidup remaja perempuan yang mengalaminya.<sup>6</sup> Faktor risiko terjadinya dismenore antara lain usia menarce muda (berada di usia <30 th, usia menarce <12 tahun, *nulliparity* (kondisi dimana wanita belum pernah melahirkan), status gizi (IMT rendah atau tinggi), stres, riwayat keluarga.<sup>7</sup>

Stres adalah reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, dan ketegangan emosi. Setiap orang pernah mengalami stres hanya saja ada yang beradaptasi dengan stres jangka panjang dan pendek hingga stres tersebut berlalu, stres sendiri dapat bersumber dari diri sendiri (*internal*), keluarga, masyarakat, dan lingkungan (*eksternal*).<sup>8</sup>

Stresor seperti meningkatnya aktivitas belajar pada siswi yang mempengaruhi psikis dan juga berdampak pada kualitas tidur karena tuntutan untuk mengerjakan tugas sekolah serta tuntutan lain yang berkaitan dengan kegiatan sekolah, terutama stres dalam menghadapi ujian semester atau ujian kenaikan kelas dan juga faktor stres lainnya yang dapat berasal dari diri sendiri, lingkungan, dan keluarga dapat mempengaruhi siklus menstruasi pada siswi,

aktivitas dan tuntutan yang tinggi akan membuat para remaja kelelahan fisik maupun mental yang memicu terjadinya stres.<sup>8</sup>

Perubahan emosi akibat suatu stresor telah dihubungkan adanya fluktuasi hormonal selama masa siklus menstruasi, setiap orang mempunyai kemampuan yang berbeda dalam menghadapi stres yaitu tergantung dari sifat dan hakikat stress (intensitas, lamanya, lokal dan general) dan bagaimana setiap individu itu dapat beradaptasi dengan stres.<sup>8</sup>

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) 2018 prevalensi gangguan mental emosional berupa stres, depresi dan kecemasan pada remaja di Indonesia sebanyak 9,8% dari seluruh jumlah remaja di Indonesia. Remaja di DIY yang mengalami gangguan mental emosional stres, depresi dan kecemasan sebanyak 10,1%, pada tahun 2018 gangguan emosional di DIY mempunyai angka lebih tinggi dari angka nasional yaitu 9,8%.<sup>9</sup>

Berdasarkan hasil penelitian Pujiati (2024) Hasil uji *Rank Spearman* dengan tingkat signifikansi  $\alpha = 0,05$  menunjukkan koefisien korelasi sebesar 0,392, dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Kesimpulan, Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan intensitas dismenore primer pada remaja putri.

Stres dapat menjadi gangguan pada sistem reproduksi yang berhubungan dengan nyeri saat haid. Menstruasi suatu proses alamiah pada perempuan tetapi akan menjadi masalah jika terdapat gangguan menstruasi.<sup>10</sup> Gangguan yang biasanya dirasakan oleh remaja seperti siklus menstruasi tidak selalu berlangsung teratur, dan ketidakteraturannya dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah perubahan kadar hormon akibat stres atau kondisi emosi

yang tidak stabil, menoragin, dan dismenorea.<sup>11</sup> Kelainan paling umum dirasakan adalah dismenore dan premenstruasi, serta sepertiga perempuan tersebut akan merasakannya.

Penelitian yang dilakukan oleh Puskesmas rawat inap Sindangbarang (2025) menyatakan hasil uji statistik didapatkan nilai  $p\text{-value} < \alpha$ ;  $p\text{-value} = 0,000$  artinya  $H_0$  di tolak dan dapat disimpulkan adanya hubungan yang signifikan antara manarche dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri kelas X di SMAN 1 Sindangbarang kabupaten Cianjur tahun 2024 dengan nilai OR 0,74 yang artinya siswi yang mempunyai manarche yang prekoks mempunyai resiko 0,74 x kali lebih berisiko mengalami nyeri dismenore dibandingkan dengan siswi yang mempunyai manarche yang normal.

Gangguan saat menstruasi disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya yaitu tingkat stres, gangguan hormonal, status gizi, serta tinggi rendahnya Indeks Masa Tubuh (IMT). Tingkat stres berhubungan dengan emosi, alur pikir, dan kondisi batin seseorang. Faktor stres dapat mempengaruhi produksi hormon kortisol yang berpengaruh pada produksi hormon esterogen wanita sehingga berhubungan dengan siklus menstruasi.<sup>12</sup>

Berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 61 Tahun 2014 Tentang Kesehatan Reproduksi dalam pasal 11 dijelaskan bahwa pemerintah menerapkan Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja bertujuan untuk mempersiapkan remaja agar menjalani kehidupan reproduksi yang sehat dan bertanggung jawab. Dalam hal ini, pemerintah berupaya untuk meningkatkan kualitas Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR).<sup>13</sup>

Berdasarkan penelitian Maedy *et al* (2022) bahwa gangguan menstruasi pada wanita dipengaruhi oleh berbagai faktor, antara lain status gizi, stres, aktivitas fisik, kecukupan zat gizi makro, dan gangguan endokrin. Namun, terdapat dua faktor utama yang berkaitan dengan nyeri dismenore, yaitu status gizi dan stres.<sup>13</sup>

Remaja adalah masa transisi atau peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dengan rentan umur antara 12 sampai 24 tahun yang disertai tingkat kematangan psikologis dan cara berpikir. Batasan usia remaja menurut *World Health Organization (WHO)* adalah 12 sampai 24 tahun. Menurut Kemenkes RI adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin.<sup>14</sup>

Berdasarkan hasil wawancara peneliti dengan guru Bimbingan Konseling di SMA Negeri 1 Gamping, pada tanggal 20 Oktober 2024 guru Bimbingan Konseling mengatakan belum pernah dilakukan penyuluhan tentang stres pada siswi saat menstruasi. Dari latar belakang tersebut, peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara kejadian stres dengan nyeri dismenore pada siswi kelas XII di SMA Negeri 1 Gamping. Berdasarkan hasil wawancara pada beberapa siswi kelas XII siswi tersebut mengatakan sulit memahami banyak pelajaran dan tugas-tugas yang harus di pelajari mendekati Ujian Nasional. Sehingga membuat stres yang biasanya akan berdampak pada dismenore. Berdasarkan permasalahan ini peneliti tertarik melakukan penelitian dengan tujuan untuk mengetahui hubungan anatar kejadian stres saat menghadapi Ujian Nasional dengan nyeri dismenore pada siswi kelas XII SMA Negeri 1 Gamping.

## **B. Rumusan Masalah**

*World Health Organization* (WHO) melaporkan bahwa tahun 2017 didapatkan sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenorea, 10- 15% diantaranya mengalami dismenore berat. Prevalensi dismenore di dunia adalah 90% pada remaja dan lebih dari 50% wanita yang sedang menstruasi, 10–20% dari antara mereka mengalami rasa sakit yang berat dan sangat mengganggu. Faktor risiko terjadinya dismenore antara lain usia menarche muda (berada di usia <30 th, usia menarche <12 tahun, *nulliparity* (kondisi dimana wanita belum pernah melahirkan), status gizi (IMT rendah atau tinggi), stres, riwayat keluarga. Tuntutan-tuntutan akademik yang padat dengan pembelajaran dimasa ini menyebabkan stres pada remaja. Berdasarkan latar belakang di atas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah hubungan antara kejadian stres dengan kejadian nyeri dismenore pada siswi kelas XII SMA Negeri 1 Gamping?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk diketahuinya hubungan antara kejadian stres dengan kejadian nyeri dismenore pada siswi kelas XII SMA Negeri 1 Gamping

### 2. Tujuan Khusus

a. Diketahuinya berapa risiko responden yang stres mengalami nyeri dismenore dan tidak nyeri dismenore pada siswi kelas XII SMA Negeri 1 Gamping

- b. Diketuainya berapa besar risiko responden yang IMT tidak normal mengalami nyeri dismonore dan normal tidak mengalami nyeri dismenore pada siswi kelas XII SMA Negeri 1 Gamping
- c. Diketuainya berapa besar risiko responden yang mempunyai aktivitas fisik mengalami nyeri dismonore dan tidak mengalami nyeri dismenore pada siswi kelas XII SMA Negeri 1 Gamping

#### **D. Ruang Lingkup Peneltian**

Penelitian ini dilakukan kepada siswi kelas XII SMA Negeri 1 Gamping Sleman. Variabel independen dalam penelitian ini yaitu hubungan stres. Variabel dependen yaitu nyeri dismenore. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner.

#### **E. Manfaat Penelitian**

##### **1. Manfaat teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah data empiris mengenai hubungan antara Kejadian Stres dengan kejadian nyeri dismenore pada Siswi kelas XII SMA Negeri 1 Gamping.

##### **2. Bagi Praktik**

###### **a. Bagi siswi SMA Negeri 1 Gamping**

Penelitian ini diharapkan dapat berdampak baik sehingga dapat menambah wawasan dan pengetahuan remaja putri mengenai pengaruh dari kejadian stres dengan kejadian nyeri dismenore pada Siswi kelas XII

b. Bagi Kepala Sekolah dan Guru di SMA Negeri 1 Gamping

Hasil penelitian ini dapat menambah informasi serta bukti empiris mengenai hubungan tingkat stres dengan intensitas dismenore, di harapkan sekolah dapat membantu meminimalisirkan melakukan *refreshing* atau membuat program sesi motivasi untuk para siswi.

c. Bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber literatur yang berguna untuk menambah pengetahuan dan tambahan refrensi perpustakaan terkait hubungan kejadian stres dengan kejadian nyeri disminore di SMA Negeri 1 Gamping.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta sebagai bahan kajian lebih mendalam dan memberikan informasi untuk dasar dan referensi penelitian oleh peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian terkait hubungan antara kejadian stres dengan kejadian nyeri dismenore

## F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Nama Penelitian	Judul Penelitian	Hasil Penelitian	Jenis Penelitian	Persamaan/ Perbedaan
1.	Prahardian Putri, Devi Mediarti, & Dinda Della/ 2021	Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri <sup>15</sup>	Tingkat stres dengan katagori normal sebanyak 97 responden (54,5%) dengan kejadian dismenore kategori nyeri ringan sebanyak 133 responden (74,7%)	Jenis penelitian ini menggunakan survey analitik dengan desain <i>cross sectional</i> dengan teknik pengambilan sampel dengan non <i>probability sampling</i> menggunakan <i>purposive sampling</i>	Persamaan : Topik penelitian, desain penelitian Perbedaan : Teknik pengambilan sampel,waktu, tempat, variabel penelitian
2.	Tazkyatunnisa Adinda Aprilia, Tika Noor Prastia, Ade Saputra Nasution/ 2022	Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi Dantingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Di Kota bogor <sup>16</sup>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara aktivitas fisik ( $p$ -value = 0,000), status gizi ( $p$ -value = 0,038) dan tingkat stres ( $p$ -value = 0,030) dengan kejadian dismenore. Kesimpulan menunjukkan bahwa ada hubungan antara aktivitas fisik, status gizi dan tingkat stres dengan kejadian dismenore pada mahasiswi di Kota Bogor.	Jenis penelitian ini adalah dengan teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i> , Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat ( <i>chi-square</i> )	Persamaannya : variabel independen, analisis data, Perbedaan : pada variabel dependen, tempat dan waktu
3.	Della Mivandha, Willa Follona, Aticeh / 2023	Hubungan Tingkat Stres dan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. <sup>17</sup>	Penelitian ini menunjukkan sebagian besar remaja putri mengalami dismenore, tingkat stres normal dan sering mengonsumsi makanan cepat saji.	Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Sampel penelitian ini berjumlah 105 orang yang merupakan siswi kelas VII dan	Persamaan : pada variabel dependen yaitu intensitas disminore, Jenis penelitian Kuantitatif, desain <i>cross sectional</i> menggunakan uji <i>chi-square</i>

				Simpulaannya adapun hubungan antara tingkat stres dan perilaku konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMPN 156 Jakarta dengan hasil <i>p-value</i> < 0,05	VIII yang ditentukan dengan teknik <i>cluster sampling</i> .	perbedaan : subjek penelitian, variabel independen, waktu dan tempat
4.	Tiara Fadrijaty, Dora Samaria / 2021	Hubungan Stres Dan Fisik Dismenorea Di Masa Covid-19 <sup>18</sup>	Tingkat Aktivitas Dengan Pandemi	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres ( <i>p-value</i> 0,019) dan aktivitas fisik ( <i>p-value</i> 0,039) dengan skala dismenore primer.	Penelitian ini menggunakan desain penelitian <i>cross sectional</i> dengan jumlah sampel 128 responden melalui metode <i>Consecutive Sampling</i> . Teknik pengambilan Sampel ini adalah <i>stratified random sampling</i>	Persamaan : pada variable dependen yaitu intensitas dismenore, desain penelitian Perbedaan: variabel independen, subjek penelitian, teknik penelitian, waktu dan tempat