

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah periode pertumbuhan setelah masa anak-anak dan sebelum masa dewasa, dalam rentang usia 12 hingga 24 tahun. Berdasarkan perspektif psikologis, masa remaja adalah masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang dimulai dengan pubertas. Pada saat masa pubertas terjadi berbagai perubahan fisik, sosial, dan emosional yang dimulai dengan datangnya menstruasi pada perempuan dan mimpi basah pertama pada laki-laki remaja. *Adolensence*, yang berasal dari bahasa Latin yang berarti tumbuh ke arah kematangan, adalah permulaan dari perubahan ini (Ayuni et al., 2022).

Masa remaja, seorang perempuan biasanya mengalami menstruasi pertama atau *menarche*. Peristiwa ini umumnya terjadi pada rentang usia 11 hingga 15 tahun (Maedy et al., 2022). Menurut Survei Kesehatan Indonesia (SKI) Tahun 2023 menunjukkan bahwa proporsi umur pertama kali remaja putri mengalami menstruasi terbanyak pada usia 11 sampai 12 tahun (34,1%) (Kementerian Kesehatan, 2023). Endometrium yang luruh menyebabkan keluarnya darah dari vagina karena ketidaksuburan sel telur, proses ini dikenal sebagai menstruasi. Siklus menstruasi terbentuk oleh menstruasi yang terjadi secara berkala setiap bulan. Siklus menstruasi biasanya berkisar antara 21 dan 35 hari dihitung dari hari pertama menstruasi hingga hari pertama berikutnya. Siklus menstruasi dapat disebut normal jika interval

menstruasi seorang wanita relatif tetap setiap bulannya, bahkan jika meleset, perbedaan waktunya pun tidak jauh berbeda (Maedy et al., 2022).

Salah satu elemen penting dalam kesehatan remaja yang harus diperhatikan adalah kesehatan reproduksi. Masalah kesehatan reproduksi seringkali dialami remaja. Beberapa masalah kesehatan reproduksi yang sering terjadi pada remaja perempuan meliputi gangguan menstruasi, kram menstruasi atau *dismenorea*, dan sindrom pramenstruasi (PMS) (Amalia et al., 2023). Sebagian besar wanita mengalami ketidaknyamanan atau nyeri selama menstruasi, yang dikenal sebagai *dismenorea* (Kojo et al., 2021). *dismenorea* adalah keluhan yang paling sering dialami wanita saat menstruasi, berupa rasa nyeri di bagian bawah perut yang muncul sebelum atau selama siklus haid berlangsung. *dismenorea* merupakan salah satu masalah ginekologis yang paling umum dialami oleh seseorang yang mengalami menstruasi, tanpa memandang usia maupun ras. Kondisi ini dapat menimbulkan ketidaknyamanan, sakit kepala, kelelahan, hingga mual muntah, dan bila tidak ditangani dengan baik berisiko memicu gangguan yang dapat menyebabkan *infertilitas* atau kemandulan (Munir et al., 2023).

Dismenorea terbagi menjadi dua jenis, yaitu primer dan sekunder. *dismenorea* primer adalah nyeri haid yang tidak disebabkan oleh adanya kelainan patologis pada panggul dan umumnya dialami wanita berusia 20 tahun atau lebih muda setelah siklus ovulasi menjadi teratur, sedangkan *dismenorea* sekunder muncul akibat adanya kelainan patologis pada panggul dan lebih sering terjadi pada wanita berusia di atas 20 tahun (Kojo et al.,

2021). Kram menstruasi primer disebabkan oleh kontraksi rahim yang kuat untuk meluruhkan lapisan dinding rahim. Kondisi ini dipicu oleh peningkatan prostaglandin yang merangsang kontraksi myometrium dan vasokonstriksi pembuluh darah sehingga menimbulkan nyeri saat haid. Selain itu, hormon progesteron yang diproduksi *corpus luteum* juga berperan, sehingga *dismenorea* biasanya muncul setelah beberapa kali menstruasi ketika kadar progesteron sudah cukup tinggi (Puspita et al., 2022).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, sekitar 1.769.425 wanita di dunia (90%) mengalami *dismenorea*, dengan 10-15% di antaranya mengalami *dismenorea* ringan (Aprilia et al., 2022). Prevalensi *dismenorea* di Indonesia pada tahun 2022 dilaporkan sebesar 64,25%, terdiri dari 54,89% *dismenorea* primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder. Pada remaja, *dismenorea* terjadi dengan prevalensi yang bervariasi antara 43% hingga 93% (Ulaa et al., 2022). Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), sekitar 52% wanita usia produktif mengalami *dismenorea*. Kondisi ini dapat memengaruhi produktivitas kerja, termasuk bagi mahasiswa (Hariyanti & Ridiyawati, 2023).

Gejala *dismenorea* dapat meliputi gangguan saluran pencernaan seperti mual, perut kembung, diare, konstipasi, muntah, serta gangguan pencernaan lainnya, disertai iritabilitas, sakit kepala, dan nyeri punggung bagian bawah, dengan kemungkinan munculnya rasa lelah dan pusing. Kondisi ini menyebabkan penurunan kualitas hidup yang signifikan pada

16% hingga 29% wanita, serta dapat membuat sekitar 12% aktivitas sekolah atau pekerjaan bulanan terlewat akibat ketidakhadiran (Nagy et al., 2023). Dampak *dismenorea* terhadap kegiatan sekolah sebagian besar mengalami penurunan konsentrasi (53,33%), merasa lemas selama pembelajaran (60%), dan lebih memilih untuk tetap berdiam diri di kelas (63,33%) (Fahmiah et al., 2022).

Penanganan *dismenorea* dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis meliputi pemberian obat analgesik, terapi hormonal, obat antiinflamasi *nonsteroid* (OAINS), serta dilatasi kanalis servikalis (Ulaa et al., 2022). Selain penanganan farmakologis, *dismenorea* juga dapat diatasi dengan metode nonfarmakologis, seperti kompres hangat, minum air hangat, penggunaan minyak kayu putih, serta pijat atau *massage*. Selain itu, konsumsi obat tradisional seperti jahe dan kunyit dapat membantu meredakan nyeri, serta teknik pernapasan dalam juga bisa digunakan untuk mengurangi keluhan (Puspita et al., 2022).

Tindakan seseorang dipengaruhi oleh pengetahuan yang dimilikinya, sehingga akan memengaruhi keputusan yang diambil dalam menghadapi suatu masalah (Meylawati & Anggraeni, 2021). Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik cenderung menunjukkan perilaku positif dalam menghadapi *dismenore*. Mereka akan melakukan tindakan yang tepat, seperti mengonsumsi obat atau penanganan mandiri untuk mengurangi nyeri. Pengetahuan yang memadai memungkinkan remaja lebih siap

menghadapi keluhan menstruasi tanpa menimbulkan risiko bagi kesehatan. Sebaliknya, remaja dengan pengetahuan yang kurang cenderung mengabaikan kesehatan mereka. Hal ini berpotensi menyebabkan tindakan yang membahayakan diri sendiri dan memperburuk kondisi *dismenorea* (Puspita et al., 2022).

Penelitian terkait tingkat pengetahuan remaja putri tentang *dismenorea* Sebagian besar menunjukkan tingkat pengetahuan yang cukup. Penelitian oleh (Mursudarinah et al., 2022; Sulymbona, 2024) sebagian besar memiliki pengetahuan cukup tentang *dismenorea*. Oleh karena itu, hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri mengetahui cara mengatasi nyeri haid dengan mengonsumsi obat pereda nyeri. Namun, banyak remaja perempuan yang belum mengetahui atau belum melakukan tindakan pencegahan, seperti senam *dismenorea*, kompres hangat, atau menjalani gaya hidup sehat. Hal ini menunjukkan bahwa meskipun remaja putri memiliki pengetahuan dasar tentang pengelolaan nyeri haid, pemahaman mereka tentang upaya pencegahan dan perawatan nonfarmakologis masih belum optimal, sehingga potensi untuk mencegah atau mengurangi *dismenorea* secara efektif belum sepenuhnya tercapai.

Penelitian ini dilatarbelakangi oleh pentingnya pemahaman remaja putri tentang *dismenorea*, mengingat pengetahuan yang cukup dapat memengaruhi perilaku dalam mengatasi nyeri haid dan upaya pencegahannya. Dengan mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai

pemahaman mereka terhadap *dismenorea*. Hasil penelitian selanjutnya dapat menjadi dasar bagi penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi yang tepat sasaran, khususnya terkait peningkatan kesadaran dan kemampuan remaja dalam mengelola *dismenorea* secara efektif. Selain itu, penelitian ini juga diharapkan dapat menjadi acuan bagi guru, tenaga kesehatan, dan orang tua dalam memberikan bimbingan serta dukungan yang tepat kepada remaja putri. Dengan demikian, remaja diharapkan mampu mengambil tindakan preventif dan penanganan mandiri yang aman serta meningkatkan kualitas hidup mereka selama menstruasi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan tentang *dismenorea* pada remaja putri di SMP Negeri 1 Sewon.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan tentang *dismenorea* pada remaja putri di SMP Negeri 1 Sewon.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik remaja putri berdasarkan usia
- b. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang *dismenorea*
- c. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang pengertian *dismenorea*.
- d. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang jenis-jenis *dismenorea*.

- e. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang dampak dari *dismenorea*.
- f. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang faktor resiko *dismenorea*.
- g. Mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri tentang upaya mengatasi *dismenorea*.

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup pada penelitian ini adalah dibidang pelaksanaan pelayanan kebidanan pada kesehatan reproduksi remaja putri yaitu mengenai pengetahuan remaha putri tentang *dismenorea*, dengan *variable* yang berpengaruh adalah usia, tingkat pendidikan, dan sumber informasi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi pada pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan reproduksi remaja. Hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan mengenai pengetahuan remaja putri tentang *dismenorea*, menjadi dasar konseptual bagi penelitian selanjutnya, serta mendukung pengembangan teori dan model edukasi kesehatan menstruasi yang tepat bagi remaja. Dengan mengetahui tingkat pengetahuan remaja putri, penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran mengenai pemahaman mereka terhadap *dismenorea*. Hasil penelitian selanjutnya dapat menjadi dasar bagi penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi yang tepat sasaran, khususnya terkait peningkatan kesadaran

dan kemampuan remaja dalam mengelola *dismenorea* secara efektif.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Putri Siswi Kelas VIII

Memberikan gambaran mengenai tingkat pengetahuan mereka tentang *dismenorea*, sehingga dapat meningkatkan kesadaran dan kemampuan dalam menghadapi nyeri haid.

b. Bagi Orang Tua dan Guru Siswi Kelas VIII

Sebagai bahan informasi untuk memberikan bimbingan, edukasi, dan dukungan yang tepat terkait kesehatan menstruasi.

c. Bagi Tenaga Kesehatan/Pendidik Kesehatan

Sebagai dasar untuk merancang program edukasi, penyuluhan, atau intervensi pencegahan dan penanganan *dismenorea* pada remaja.

d. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian selanjutnya dapat menjadi dasar bagi penyusunan program edukasi kesehatan reproduksi yang tepat sasaran, khususnya terkait peningkatan kesadaran dan kemampuan remaja dalam mengelola *dismenorea* secara efektif.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Peneliti	Judul	Jenis Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
1.	Devi Andra Puspita, Hadi Purwanto, Aby Yazid Al Busthomy Rofi'i	Gambaran Pengetahuan dan Penanganan <i>Dismenorea</i> Pada Remaja Putri di Desa Ngrayung Kecamatan Plumpang Kabupaten Tuban (Puspita et al., 2022)	Penelitian menggunakan metode deskriptif dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian ini adalah remaja putri berusia 14-21 tahun sebanyak 80 orang dengan teknik simple random sampling. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner berbentuk google form dengan jumlah 10 pertanyaan dengan jawaban Ya/Tidak.	Hasil penelitian menunjukkan sekitar 45% remaja putri memiliki pengetahuan baik tentang <i>dismenorea</i> , sementara hampir setengahnya (50%) memiliki pengetahuan yang kurang mengenai penanganannya. Berdasarkan hal tersebut, dapat disimpulkan bahwa penting bagi remaja putri untuk memahami <i>dismenorea</i> serta cara penanganannya.	Kedua penelitian membahas pengetahuan remaja putri tentang <i>dismenorea</i> dengan metode deskriptif, namun penelitian pertama juga membahas penanganannya sedangkan penelitian kedua hanya fokus pada tingkat pengetahuan.
2.	Mursudarinaha, Riski Apriliab, Nur Hikmah	Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang <i>Dismenorea</i> Pada Siswi Kelas X di Sekolah Menengah Kejuruan Batik 1 Surakarta (Mursudarinah et al., 2022)	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif dan kuantitatif dan menggunakan teknik <i>proportionate stratified random sampling</i> . Sampel yang digunakan terdiri dari 66 siswi kelas X SMK Batik 1 Surakarta. Data dianalisis menggunakan analisis univariat, dan instrumen penelitian berupa angket.	Hasil penelitian menunjukkan 19 orang (28,8%) memiliki pengetahuan baik, 32 orang (48,5%) cukup, dan 15 orang (22,7%) kurang. Mayoritas remaja putri di sekolah tersebut memiliki tingkat pengetahuan cukup tentang <i>dismenorea</i> . Diharapkan remaja terus meningkatkan pengetahuannya agar dapat mencegah atau mengatasi <i>dismenorea</i> secara efektif.	Penelitian 2 hanya fokus pada tingkat pengetahuan, kedua nya sama-sama menggunakan metode deskriptif kuantitatif
3.	Nurdewi	Hubungan	Penelitian ini	Hasil penelitian	Penelitian

No.	Peneliti	Judul	Jenis Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
	Sulymbona	Antara Pengetahuan Dengan Sikap Dalam Menghadapi Dismenorea Pada Remaja Putri di Kelas X SMAN 1 Salem Kabupaten Brebes (Sulymbona, 2024)	menggunakan desain survei analitik dengan pendekatan cross-sectional. Sampel penelitian ini adalah seluruh remaja perempuan kelas X SMA N 1 Salem, sebanyak 181 orang, dengan teknik total sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner, dan analisis dilakukan dengan uji chi-kuadrat.	menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri tentang <i>dismenorea</i> sebagian besar tergolong cukup, yaitu 76 orang (42%), sedangkan sikap mereka terhadap <i>dismenorea</i> termasuk kategori positif, yaitu 100 orang (55,2%) dengan nilai p sebesar 0,000.	Sulymbona (2024) memiliki persamaan dengan penelitian ini karena sama-sama membahas pengetahuan remaja putri tentang <i>dismenorea</i> dan menggunakan pendekatan cross-sectional dengan instrumen kuesioner, sedangkan perbedaannya Penelitian Sulymbona (2024) menggunakan desain survei analitik untuk melihat hubungan antara pengetahuan dan sikap dalam menghadapi <i>dismenorea</i> , dengan teknik total sampling pada siswi kelas X SMA. Sementara penelitian ini berfokus pada gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang <i>dismenorea</i> tanpa menganalisis hubungan antar variabel.
4.	Luluk Eka Meylawati, Fitri Anggraeni	Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Dalam Mengatasi Dismenorea Primer Pada Remaja (Meylawati & Anggraeni, 2021)	Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional dan menerapkan teknik non-probability sampling melalui total sampling. Analisis data dilakukan menggunakan uji Chi-Square.	Hasil penelitian menunjukkan nilai $p = 0,020$ yang artinya terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap dalam mengatasi <i>dismenorea</i> primer pada remaja. Sehingga perlu memperkuat pendidikan kesehatan dengan menyampaikan informasi dan	Persamaan: Penelitian Meylawati & Anggraeni (2021) memiliki persamaan dengan penelitian ini karena sama-sama meneliti pengetahuan remaja mengenai <i>dismenorea</i> serta menggunakan pendekatan cross-sectional dan kuesioner sebagai alat pengumpulan

No.	Peneliti	Judul	Jenis Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
				penanganan <i>dismenorea</i> guna meningkatkan pengetahuan remaja.	data. Sedangkan perbedaannya Penelitian Meylawati & Anggraeni (2021) bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan sikap dalam mengatasi <i>dismenorea</i> primer dengan analisis uji Chi-Square dan teknik non-probability sampling, sedangkan penelitian ini hanya menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang <i>dismenorea</i> tanpa menguji hubungan antar variabel.