

BAB 1

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Masa remaja merupakan usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia di mana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama. Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja sangat pesat, baik fisik maupun psikologis. Pada perempuan sudah mulai terjadinya menstruasi (Proverawati dan Misaroh, 2009: 61). Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (*deskuamasi*) endometrium. Menstruasi terjadi karena sel telur yang di keluarkan oleh salah satu ovarium tidak mengalami pembuahan (Proverawati dan Misaroh, 2009: 61). Dismenorea adalah rasa tidak enak di perut bagian bawah sebelum dan selama haid dan seringkali rasa mual, sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidupnya sehari-hari untuk beberapa jam atau beberapa hari (Prawirohardjo, 2007: 43). Bagi sebagian wanita, adakalanya menstruasi yang kehadirannya membuat rasa cemas manakala timbul rasa nyeri yang hebat saat menstruasi tiba (Proverawati dan Misaroh, 2009: 61). Perilaku mengatasi dismenore merupakan aktifitas yang timbul karena adanya stimulus dan respon serta dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. Sebagian para siswi di SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo juga banyak mengalami dismenore saat menstruasi.

Namun perilaku mengatasi dismenore pada siswi SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo belum jelas.

Angka kejadian nyeri menstruasi didunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami nyeri menstruasi. Menurut WHO 2012, angka prosentasenya sekitar 60%. Sementara di Indonesia angkanya di perkirakan 55% perempuan usia reproduktif yang menderita karena nyeri saat menstruasi. Angka kejadian dismenore di Indonesia pada tahun 2010 sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder (Puji, 2011). Angka kejadian dismenore di SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo sekitar 26,5% (Taruna, 2012). Berdasarkan dari studi pendahuluan peneliti dapatkan di SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo pada bulan Desember 2013 diketahui terdapat 150 siswi kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo dengan jumlah siswi kelas XI jurusan IPA 90 siswi dan jurusan IPS 60 siswi. Dari jumlah siswi kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo didapatkan mengalami dismenore sebanyak 26,66% (40 siswi). Walaupun pada umumnya tidak berbahaya, namun seringkali dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya. Derajat nyeri dan kadar gangguan pada setiap wanita tidak sama. Ada yang masih dapat bekerja meskipun dengan sewaktu-waktu menahan rasa nyerinya, ada pula yang tidak dapat beraktifitas karena sangat nyeri (Proverawati dan Misaroh, 2009: 63).

Dismenore biasanya terjadi saat hari pertama menstruasi. Gejala ini disebabkan karena tingginya produksi hormon *prostaglandin*. *Prostaglandin* adalah suatu senyawa yang berasal dari *fosfolipid*. *Prostaglandin* yang dihasilkan

tersebut akan menginduksi terjadinya kontraksi uterus. Kontraksi uterus selama menstruasi mulai dari tekanan basal 10 mmHg, sehingga menghasilkan tekanan intrauterin yang lebih tinggi sampai sering mencapai 150-180 mmHg dan juga bisa melebihi 400 mmHg, frekuensi lebih sering yaitu >4-5 setiap 10 menit dan tidak beritme ataupun berkoordinasi. Karena kontraksi dari uterus yang berkepanjangan menyebabkan aliran darah ke uterus akan menurun, sehingga uterus akan mengalami iskemia. Selama uterus iskemia maka akan terjadi metabolisme anaerobik, dimana hasilnya akan merangsang saraf nyeri kecil tipe-C yang akan memberikan kontribusi untuk terjadinya dismenore (Rasjidi, 2008: 39).

Penanganan atau pengobatan dismenorea ini cukup bervariasi mulai dari cara sederhana dengan menggunakan kompres air hangat di bagian perut, menggunakan obat-obatan analgesik, cara lain yang dapat dilakukan adalah dengan obat-obatan hormonal, obat-obatan *nonsteroid anti prostaglandin* sesuai dengan resep dokter (Prawirohardjo, 2007: 45). Dismenorea juga dapat dikurangi atau dicegah dengan olahraga teratur, istirahat yang cukup, meningkatkan konsumsi vitamin E, vitamin B6, atau minyak ikan, dan menghindari konsumsi alkohol, kopi, makanan berlemak, es krim, dan juga coklat karena dapat meningkatkan kadar estrogen yang nantinya dapat memicu lepasnya *prostaglandin* (Proverawati dan Misaroh, 2009: 64). Sedangkan penanganan dari hasil penelitian di Universitas Muhammadiyah Ponorogo dengan judul “Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Mengalami Nyeri Menstruasi Di SLTP N 1 Balong” adalah dengan olahraga ringan, mengkonsumsi buah dan sayur, serta

mengurangi kadar gula dan kafein. Apabila permasalahan semakin parah, maka harus berkonsultasi dengan dokter.

Dismenore pada remaja harus ditangani meskipun hanya dengan pengobatan sendiri atau non farmakologi untuk menghindari hal-hal yang lebih berat. Dampak yang terjadi jika dismenore tidak ditangani adalah gangguan aktivitas hidup sehari-hari (ADL), *retrograd* menstruasi (menstruasi yang bergerak mundur), infertilitas (kemandulan), dan infeksi (Andre, 2009: 25).

Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Perilaku Penanganan Dismenore Siswi Kelas XI SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo”.

B. RUMUSAN MASALAH

Dari latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian adalah “Bagaimana gambaran perilaku penanganan dismenore siswi SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo?”

C. TUJUAN PENELITIAN

Mengetahui gambaran perilaku penanganan dismenore siswi SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo.

D. MANFAAT PENELITIAN

Setelah peneliti melakukan penelitian nanti, diharapkan hasil dari penelitian tersebut dapat mempunyai manfaat sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Peneliti dapat mengaplikasikan teori peneliti yang didapat secara langsung, mendapatkan informasi mengenai gambaran perilaku penanganan nyeri haid dan sebagai kajian dalam pengembangan kegiatan penelitian selanjutnya (Vivian, 2011)

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Profesi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan bagi tenaga kesehatan untuk meningkatkan asuhan kesehatan reproduksi wanita terkait dengan perilaku remaja dalam menangani nyeri haid.

b. Bagi Instansi Pendidikan

1. Prodi DIII Kebidanan

Hasil penelitian ini dapat menambah kepustakaan, yang dapat dimanfaatkan mahasiswa untuk meningkatkan pengetahuan mengenai nyeri haid.

2. SMA Muhammadiyah 1 Ponorogo

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai landasan pelaksanaan program kegiatan bimbingan, pembinaan, dan konseling dalam upaya peningkatan pengetahuan siswi untuk menangani nyeri haid.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan informasi atau wacana bagi masyarakat pada umumnya dan bagi remaja putri cara mengatasi dismenore.