

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja ialah masa pergantian antara masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja dimulai pada usia 12 tahun atau 13 tahun dan berakhirnya masa remaja ialah saat awal usia dua puluh tahunan (Saputro, 2018). Menstruasi menjadi salah satu ciri khas pubertas pada remaja putri. Menstruasi atau yang sering disebut masyarakat sebagai haid adalah suatu proses reproduksi wanita yang terjadinya peluruhan dinding rahim sehingga menimbulkan keluarnya darah dari vagina (Fatmawati et al., 2016). Dari banyaknya keluhan yang terjadi bersamaan dengan menstruasi, ada satu kondisi yang dialami banyak remaja yaitu *dismenore*. *Dismenore* atau deleben yaitu rasa sakit seperti kram di bagian perut sampai dengan punggung yang dirasakan selama menstruasi (Fatmawati et al., 2016).

Persentase *dismenore* di Amerika Serikat mencapai 45-90%. Di Urmia University of Medical Science, Azarbaijan Barat, Iran, 74,3% dari 293 mahasiswa masih merasakan nyeri akibat *dismenore*, 17,7% tergolong *dismenore* ringan, 45,7% termasuk *dismenore* sedang dan 10,9% *dismenore*. Di University of Castilla La Mancha, Spanyol persentase *dismenore* mencapai angka 74,8%. Di Benin, Afrika Barat berdasarkan penelitian Sidi dkk (2016), menyatakan bahwa persentase *dismenore* primer mencapai 78,35%, sedangkan di India mencapai angka 84,2% (H. Nurfadillah et al., 2021).

Angka *dismenore* setiap tahun nya mengalami peningkatan. Menurut World Health Organization (WHO) wanita yang mengalami *dismenore* mencapai angka 1.769.425 jiwa (90%). Berdasarkan data penelitian dari semua negara, angka kejadian *dismenore* di dunia mencapai 50% dari semua wanita di dunia merasakan *dismenore* pada setiap siklus menstruasi (Romlah & Agustin, 2020). Persentase dari hasil penelitian mengenai *dismenore* di Indonesia mencapai 64,25% dengan tingkat *dismenore* sekunder nya mencapai 9,36% dan *dismenore* primer nya sampai 54,89%. Sedangkan persentase *dismenore* di tingkat Provinsi Jawa Timur mencapai 1,31% (Asuhan & Normal, 2021). Presentase kejadian *dismenore* pada remaja di Blitar mencapai 58% dan 20% dinyatakan tidak dapat hadir sekolah (fryda Lucyani, 2019).

Munculnya *dismenore* di setiap siklus menstruasi akan mengganggu aktivitas sehari-hari terutama gangguan kegiatan belajar bagi siswa (Romlah & Agustin, 2020). *Dismenore* sangat berpengaruh pada kehadiran siswa pada saat ujian, terganggunya konsentrasi belajar, dan juga terganggunya kehidupan sosial pada remaja tersebut. Dampak *dismenore* inilah yang menjadi penyebab pentingnya penelitian tentang *dismenore* dilakukan karena dampak ini dapat menyebabkan perfoma akademik remaja menurun (Ranggani, 2020).

Upaya untuk mengatasi *dismenore* dibedakan menjadi dua, yaitu upaya secara farmakologi dan non farmakologi. Upaya untuk mengatasi *dismenore* secara farmakologi yaitu menggunakan obat-obatan anti nyeri. Upaya farmakologi untuk mengatasi *dismenore* primer dibedakan menjadi dua yaitu terapi non hormonal dan terapi hormonal. Terapi non hormonal dapat menggunakan obat asetaminofen, pamabrom, dan obat antiinflamasi non steroid (OAINS). Sedangkan untuk terapi

hormonal terdiri dari Kombinasi Oral Kontrasepsi (KOK) dan rejimen progestin. (Unnisa et al., 2022). Sedangkan upaya untuk mengatasi *dismenore* secara non farmakologi dapat dilakukan dengan kompres hangat. Ada beberapa terapi alternatif untuk mengatasi *dismenore* yaitu dengan akupuntur, akupresur, aromaterapi, olahraga, olahan jahe, jamu, pijat, inframerah, dan yoga (Nurafifah et al., 2020).

Peneliti melakukan penelitian di daerah Desa Tulungrejo Kabupaten Blitar. Setelah dilakukan studi pendahuluan terdapat 13 remaja putri yang mengeluh merasakan *dismenore* di setiap siklus menstruasinya. Keluhan yang dirasakan remaja saat *dismenore* beragam. Sebanyak 8 siswa menyatakan bahwa ia merasakan perut sakit seperti mulas saat *dismenore*, sebanyak 6 siswa menyatakan sakit pinggang saat *dismenore*, sebanyak 10 siswa merasakan lemas saat beraktivitas terutama saat di sekolah, sebanyak 13 siswa menyatakan mudah marah saat *dismenore* muncul, sebanyak 3 remaja menyatakan badannya pegel-pegel saat *dismenore*. Kemudian ditemukan 1 siswa SMA yang berusia 18 tahun yang sering membolos sekolah dengan izin ke UKS karena sakit yang dirasakan saat *dismenore* beragam mulai dari lemas, sakit perut, sakit pinggang, pegal-pegal. Selain itu, ada 5 siswa SMA yang pernah izin tidak masuk sekolah karena keluhan yang dirasakan saat *dismenore*. Fenomena inilah yang membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian karena banyaknya remaja yang merasakan *dismenore* di Desa Tulungrejo Kabupaten Blitar dan juga dampak *dismenore* yang bisa menurunkan performa akademik siswa.

Pada studi pendahuluan di Desa Tulungrejo Kabupaten Blitar peneliti melakukan penelitian pada tiga remaja putri, terbukti bahwa mereka sering

mengatasi *dismenore* menggunakan terapi non farmakologi. Adapun data rekapitulasi jumlah remaja yang pernah meminum jamu herbal kemasan botol sebanyak satu remaja, remaja yang pernah meminum jamu herbal sebanyak dua remaja, remaja yang melakukan pemijatan saat *dismenore* sebanyak satu remaja, dan remaja yang mengompres air hangat sebanyak satu remaja.

Berdasarkan fenomena yang ada dalam studi pendahuluan ini remaja masih belum paham mengenai upaya apa saja yang tepat untuk mengatasi *dismenore*. Terdapat satu remaja yang pernah mengonsumsi jamu herbal yang di beli di toko ramuan china yang komposisi dari jamu tersebut tidak diketahui secara pasti. Jamu tersebut bernama “*galian singset*” yang dikonsumsi pada saat partisipan 3 merasakan *dismenore* pertama kali yaitu 2 tahun yang lalu. Jamu tersebut dipercaya bisa menghilangkan rasa *dismenore* dan membuat badan tetap langsing meskipun sudah menstruasi. Jamu tersebut tidak bisa dianggap aman karena kemungkinan terdapat kandungan bahan kimia yang seharusnya tidak dikonsumsi. Upaya yang tepat yang seharusnya dilakukan oleh remaja untuk mengatasi *dismenore* yaitu dengan kompres air hangat, istirahat yang cukup, dilakukan pemijatan, dan minum air putih yang banyak (L. Juwita & Prabasari, 2022). Adapun kesenjangan dari upaya yang dilakukan oleh remaja untuk mengatasi *dismenore*, seharusnya remaja mengerti secara mendalam tentang apa saja upaya yang tepat untuk mengatasi *dismenore*. Pentingnya pemahaman remaja mengenai upaya yang tepat untuk mengatasi *dismenore* membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang upaya mengatasi *dismenore* pada remaja putri.

## 1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana upaya mengatasi *dismenore* pada remaja putri?

## 1.3 Tujuan Penelitian

Berdasarkan rumusan masalah di atas, maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui upaya mengatasi *dismenore* pada remaja putri

## 1.4 Manfaat Penelitian

### 1.4.1 Bagi Remaja/partisipan

Sebagai sumber informasi bagi remaja yang merasakan keluhan akibat *dismenore* agar mampu mengetahui berbagai upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi *dismenore*.

### 1.4.2 Bagi Perawat

Dengan adanya penelitian ini perawat diharapkan mampu menerapkan asuhan keperawatan yang efisien sesuai dengan keluhan *dismenore* yang dirasakan remaja.

### 1.4.3 Bagi Institusi

Diharapkan dapat memberikan manfaat yang positif salah satunya yaitu untuk menambah ilmu pengetahuan dan edukasi tentang upaya mengatasi *dismenore* pada remaja