

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### I.1 Latar Belakang

Dismenore atau nyeri haid merupakan salah satu gejala yang umum dialami perempuan ketika periode menstruasi. Rasa nyeri yang terjadi pada bagian perut bagian bawah seperti ditusuk, mules, dan menjalar hingga pinggang yang biasanya terjadi 2-3 hari sebelum atau 1-2 hari ketika menstruasi berlangsung. Kondisi dismenore ini umumnya dikategorikan ke dalam dua klasifikasi, yaitu dismenore primer dan sekunder (Astuti *et al.*, 2022). Gangguan menstruasi ini umum sering terjadi pada remaja, terutama usia sekolah. Nyeri yang dirasakan sering kali mengganggu aktivitas sehari-hari, terutama aktivitas belajar di sekolah (Kulkarni and Deb, 2019; Prastika, Sari and Hardianto, 2021).

Data dari WHO (*World Health Organization*) menyebutkan bahwa dismenore secara global mencapai 1.769.425 jiwa, dengan prevalensi dismenore primer sebesar 10–16%. Di kawasan Asia Tenggara, cukup bervariasi, seperti di Singapura (10–15%), Malaysia (35–45%), dan Thailand (65%). Prevalensi dismenore di Indonesia dilaporkan Kementerian Kesehatan RI, 2020 mencapai 64,25%, yang terdiri atas 54,89% kasus primer dan 9,36% kasus sekunder (Halitopo, 2022). Penelitian lain yang dilakukan oleh Nur Aini F dengan 30 sampel remaja sebanyak 61,22% mengalami dismenore. Kondisi ini berpengaruh pada aktivitas sekolah,

antara lain penurunan konsentrasi (53,33%), merasa lemas saat belajar (60%), dan memilih diam di kelas (63,33%) (Fahmiah, Huzaimah and Hannan, 2022).

Prevalensi dismenore yang tinggi berdampak signifikan terhadap kualitas hidup remaja putri. World health Organization (WHO) mengategorikan usia remaja antara 10-19 tahun. Pada usia ini, sistem reproduksi mulai matang, yang ditandai dengan munculnya menstruasi pertama (menarche) dan berada di fase menengah perkembangan, dengan aktivitas belajar menjadi prioritas utama. Gangguan Ketidakseimbangan hormon, terutama menurunnya progesteron yang ada di dalam darah, dan produksi prostaglandin yang meningkat yang sering kali menyebabkan gangguan konsentrasi, keterbatasan fisik, dan absensi dari aktivitas belajar. Hal ini sangat relevan di pondok pesantren, di mana jadwal aktivitas harian sangat terstruktur dan menuntut energi yang cukup untuk mempertahankan performa akademik dan spiritual (Femi-Agboola, Sekoni and Goodman, 2017; Widhawati *et al.*, 2019).

Pondok pesantren sebagai lingkungan pendidikan berbasis asrama memiliki tantangan tersendiri dalam mengelola aktivitas santri, termasuk remaja putri yang mengalami dismenore. Dengan rutinitas harian yang padat dari pengajian diniyah, pendidikan formal dan kegiatan lainnya, santri dituntut untuk memiliki fisik yang kuat dan konsentrasi tinggi. Selain itu, pola makan yang diterapkan di pondok pesantren seringkali bersifat seragam tetapi kurang memperhatikan kebutuhan gizi individu. Hal ini dapat berkontribusi sebagai faktor risiko yang mempengaruhi kejadian dismenore. Hasilnya diharapkan dapat memberikan masukan bagi pengelola pondok pesantren untuk meningkatkan kualitas kesehatan reproduksi

santri, sehingga aktivitas belajar mereka tidak terganggu. Dengan demikian penulis akan melakukan penelitian tentang Gambaran Kejadian Nyeri Haid Dan Aktivitas Belajar Saat Haid Pada Remaja Santri.

## I.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Gambaran Kejadian Nyeri Haid Dan Aktivitas Belajar Saat Haid Pada Remaja Santri.

## I.3 Tujuan Penelitian

### I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui gambaran kejadian nyeri haid dan aktivitas belajar saat haid pada remaja santri.

### I.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui kelompok usia remaja terbanyak mengalami nyeri haid (dismenore).
2. Untuk mengetahui gambaran tingkat keparahan nyeri haid (dismenore) dan aktivitas belajar pada remaja santri.

## I.4 Manfaat Penelitian

### I.4.1 Manfaat Akademis

Penelitian ini ditujukan untuk menambah literatur ilmiah dalam memahami gambaran kejadian nyeri haid dan aktivitas belajar saat haid pada remaja santri. Penelitian ini juga dapat dijadikan dasar bagi studi selanjutnya yang dapat menjadi acuan awal untuk menyelidiki dismenore lebih mendalam.

#### I.4.2 Manfaat Klinis

Penelitian ini dapat menambah informasi bagi tenaga kesehatan terkait gambaran kejadian nyeri haid dan aktivitas belajar saat haid pada remaja santri.

#### I.4.3 Manfaat Bagi Masyarakat

Dapat dijadikan informasi tentang dismenore saat menstruasi dalam upaya meningkatkan produktivitas remaja santri.

