

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologi guna menemukan identitas diri diartikan sebagai masa remaja atau masa peralihan. Masa peralihan diartikan sebagai masa perubahan dari anak-anak menuju dewasa diantaranya seperti perubahan fisik, perubahan biologis, perubahan psikologis dan perubahan sosial (Eni Kusmiran, 2013).

Dalam Hani Latifa, Kusminatun dan Dwi Ratnaningsih (2016) pada masa remaja, seseorang dikatakan mengalami perubahan fisik apabila sudah terjadi perubahan struktural pada tubuhnya, dimana pada saat itu perubahan fisik terjadi sangat cepat, antara lain pertumbuhan organ reproduksi (organ genital) yang ditujukan melakukan fungsi reproduksi.

Banyak transformasi yang terjadi pada tubuh remaja seperti perubahan hormonal dan seksual dimana mereka mampu melakukan proses reproduksi, selain perubahan hormon juga terjadi perubahan fisik pada remaja.

Pada remaja wanita menstruasi setiap bulan merupakan tanda dimana remaja tersebut telah memasuki usia pubertas. Menstruasi adalah keluarnya cairan darah dari vagina wanita akibat penolakan dinding endometrium yang menebal. Menstruasi bermanfaat mengatur metabolisme tubuh guna menyetimbangkan organ reproduksi.

Saat menstruasi, beberapa wanita mengalami ketidak teraturan menstruasi yang cukup parah. Gejala pramensrtuasi muncul hampir disetiap bagian tubuh dan beberapa sistem tubuh antarlain rasa nyeri payudara, nyeri punggung, pegal-pegal, sensasi seperti kembung, jerawat, sensitive, lekas marah dan kram akibat kontraksi rahim atau dismenore (Anurogo, 2017).

Menurut Mundarti et al (2014) dismenorea adalah masalah yang sering terjadi pada remaja. Dimana nyeri saat haid ini terpusat di perut bagian bawah, dengan rasa kram. Keluhan nyeri haid ini dapat dikategorikan menjadi 2 yaitu nyeri ringan dan nyeri berat. Dismenore terbagi menjadi 2 macam, dismenore primer dan sekunder. Dismenorae primer diartikan sebagai nyeri haid bukan karena kondisi patologis, sedangkan dismenorae sekunder adalah nyeri haid yang didasari kondisi patologis (Larasati et al, 2016).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2016 sebanyak 1.769.425 orang (90%) wanita di dunia mengalami dismenorea berat (Herawati, 2017). Insiden dismenorea di Amerika serikat 30% - 50% wanita usia reproduksi. Sekitar 10% - 15% dari mereka terpaksa kehilangan pekerjaan, sekolah, dan kehidupan keluarga. Swedia menemukan bahwa kejadian dismenore pada wanita usia 19 tahun sebanyak 72,42% (Oyoh & Sidabutar, 2015). Menurut penelitian Singh et al (2011), sekitar 8,86% remaja dengan dismenorea primer berat tidak hadir di sekolah dan 67,08% remaja menarik diri dari kegiatan sosial, akademik, dan olahraga. Prevalensi dismenorea di Indonesia sebesar sebesar 107.673 orang (64,25%), yang terdiri dari 59.671 orang (54,89%) dengan dismenore primer dan 9.496 orang (9,36%) dengan

dismenore sekunder (Herawati, 2017). Frekuensi dismenorea pada wanita usia subur berkisaran 45% - 95% (Sadiman, 2017). Dismenore primer dialami oleh 60% - 75% remaja. Dan 30% - 60% remaja putri dilaporkan mengalami dismenorea, didapatkan 7% - 15% tidak pergi ke sekolah (Larasati, 2016).

Banyak remaja putri yang tidak mengetahui cara mengatasi nyeri haid, sehingga dapat memicu masalah. Akan tetapi bagi wanita yang mengetahui cara menangani nyeri haid hal tersebut bukanlah suatu masalah, ada berbagai macam cara agar nyeri yang dirasakannya dapat berkurang. Sikap yang ditunjukkan oleh setiap orang tergantung pada pengetahuan yang dimilikinya. Pengetahuan tentang disminore mempengaruhi sikap dalam mengatasi disminore. Remaja yang sudah mengetahui mengenai dismenorea dapat memahami setiap gejala dan keluhan sebagai hal yang positif. Namun, mereka yang tidak memiliki pengetahuan mengenai dismenore akan mengalami kecemas serta stress ketika menjumpai keluhan atau gejala yang dialaminya, atau mengarah pada sikap yang negatif. Tidak jarang remaja mengonsumsi obat analgetik seperti asam mefenamat, ibu profen, aspirin, paracetamol, diklofenak, dan lain-lain untuk mengobati disminore yang mereka alami. Namun hal ini tidak baik untuk remaja karena obat yang mereka konsumsi memiliki efek samping yang dapat mempengaruhi kerja dalam tubuh. Remaja lebih dianjurkan untuk berpartisipasi dalam olahraga seperti aerobik atau yoga untuk mengurangi nyeri haid. Latihan ini dapat mengurangi masalah dismenore serta mengurangi kelelahan dan stress. Ketika seseorang melakukan olahraga atau latihan fisik tubuh akan memproduksi hormon endorphin. Telah terbukti bahwa

olahraga meningkatkan kadar endorphin dalam darah. Semakin sering kita melakukan olahraga atau senam maka kadar endorphin dalam tubuh juga akan semakin tinggi (Suparto, 2011).

Namun sikap masyarakat luas yang dilakukan untuk mengatasi disminore adalah dengan mengonsumsi obat, tidak banyak remaja yang menyadari bahwa olahraga seperti yoga dan aerobik dapat mengurangi nyeri haid atau disminore pada remaja. Penting bagi remaja untuk mengetahui pengetahuan mengenai disminore agar remaja dapat mengambil tindakan yang tepat untuk mengatasi disminore dan tidak tergantung pada obat sehingga dapat mengurangi efek samping obat yang dikonsumsi.

Setelah dilaksanakan study pendahuluan di SMP N 18 Purworejo pada tanggal 01 Oktober 2021, peneliti melakukan wawancara kepada 10 siswa yang diambil sebagai sampel, 6 diantaranya belum mengetahui mengenai disminore dan 4 siswa sudah mengetahui mengenai disminore. Dan dari paparan yang dikatakan oleh Waka Kesiswaan, di SMP tersebut belum pernah ada penyuluhan mengenai Disminore.

Dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Disminore dengan Sikap Penanganan Disminore" untuk mengetahui adakah hubungan tentang Pengetahuan dengan Sikap penanganan terhadap disminore.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah hubungan antara tingkat pengetahuan tentang disminore dengan sikap penanganan disminore?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang disminore terhadap sikap penanganan disminore.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat pengetahuan remaja mengenai disminore
- b. Untuk mengetahui sikap remaja dalam menangani disminore
- c. Untuk menganalisis hubungan tingkat pengetahuan tentang disminore terhadap sikap penanganan disminore.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi

Untuk menambah wawasan serta bahan kajian guna meningkatkan kualitas pendidikan di Universitas Ngudi Waluyo

2. Bagi Peneliti

Dapat menambah pengalaman dalam pengkajian, memperoleh data, mengolah penelitian serta sebagai bahan untuk menerapkan ilmu yang telah didapat selama menempuh pendidikan perkuliahan.

3. Bagi Responden

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan atau masukan sehingga responden memperoleh pengetahuan mengenai desminore

4. Bagi Sekolah (SMP)

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan acuan atau masukan bagi sekolah agar mengadakan program sosialisasi atau sejenisnya mengenai disminore dan semacamnya.