

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja adalah salah satu tahapan perkembangan seorang individu. Remaja adalah individu dalam kelompok usia 10-19 tahun (WHO, 2018). Ada perubahan atau perkembangan fisik, mental, sosial, dan emosional selama masa remaja, yang merupakan peralihan dari masa anak-anak ke dewasa. Pubertas adalah peristiwa penting bagi remaja (Mulyani & Khoirunisa, 2020).

Adanya perubahan fisiologis dan biologis yang cepat anak-anak ke dewasa, terutama pada sistem reproduksi. Menstruasi pertama adalah tanda pubertas. Menstruasi pertama juga dikenal sebagai *menarche* biasanya muncul pada remaja putri pada usia 12-16 tahun. Siklus menstruasi normal berlangsung setiap 22-35 hari dan berlangsung selama 2-7 hari (Dinta Laksana dkk., 2023).

Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dialami seorang wanita setiap bulan sebagai tanda organ reproduksi sudah berfungsi secara matang (Marliany dkk., 2023). Pada saat menjelang siklus menstruasi sebagian besar wanita memiliki permasalahan dan gangguan yang berbeda setiap bulannya. Salah satu gangguan yang paling sering terjadi saat menstruasi adalah dismenore (Larasati & Alatas, 2016).

Dismenore adalah indikasi ginekologi yang disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon progesteron. Hormon progesteron dalam darah mampu menimbulkan nyeri kram bagian bawah. Dismenore terjadi saat 24

jam sebelum datangnya menstruasi sampai 12 jam pertama dari masa menstruasi. Derajat nyeri dismenore sangat bervariasi, mulai dari ringan hingga berat. Keadaan yang dirasakan saat dismenore memaksa penderita untuk beristirahat dalam waktu beberapa jam atau beberapa hari (Batubara, 2021).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 didapatkan kejadian dismenore sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore dengan 10-16% mengalami dismenore berat. Di dunia angka kejadian dismenore sangat besar, lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami dismenore. Di Indonesia, prevalensi dismenore sebanyak 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder (Kementerian Kesehatan RI, 2020). Adapun di Lampung angka kejadian dismenore didapatkan sebanyak 54,9% wanita mengalami dismenore. Pada remaja, 60- 75% mengalami dismenore primer dengan tiga perempat dari mereka mengalami nyeri ringan sampai sedang dan seperempat lagi mengalami nyeri berat. Dilaporkan 30-60% remaja wanita yang mengalami dismenore, 7-15% dari mereka tidak pergi ke sekolah (Larasati & Alatas, 2016).

Remaja sering mengalami dismenore karena mereka menganggap nyeri mereka sebagai hal yang wajar dan kurang mendapat perhatian dari diri mereka sendiri. Namun, nyeri atau kram di area perut selama 8 hingga 72 jam dapat menyebabkan seseorang menjadi lemas, pucat, tidak bertenaga, dan tidak fokus, yang mengganggu kegiatan sehari-hari dan

bahkan menjadi salah satu alasan utama wanita tidak melakukan aktivitas. Nyeri dismenore dapat menyebabkan kecemasan (Nurfadillah et al., 2021). Remaja putri akan mengalami lebih banyak sakit karena masalah yang ditimbulkan oleh kecemasan. Mempunyai pengetahuan yang baik tentang intervensi atau kemampuan diri untuk menghadapi gejala dismenore dapat membantu mengendalikan kecemasan (Sulaeman & Yanti, 2019).

Seseorang dikatakan cemas jika mengalami kekhawatiran terhadap sesuatu yang tidak pasti terutama pada remaja saat menjelang menstruasi. Kecemasan merupakan salah satu faktor penghambat dalam belajar yang dapat mengganggu kemampuan seseorang untuk melakukan fungsi- fungsi kognitif seperti dalam berkonsentrasi, mengingat, membangun konsep dan memecahkan masalah. Masalah yang ditimbulkan akibat dari kecemasan, akan menambah skala nyeri yang dialami oleh remaja putri. Kecemasan dapat dikendalikan apabila remaja putri mempunyai pengetahuan yang baik terhadap intervensi atau kemampuan diri dalam menghadapi gejala yang timbul pada saat dismenore. Kurangnya pengetahuan mengenai dismenore menyebabkan remaja putri tidak mencoba atau tidak tahu bagaimana memberikan pertolongan pertama pada saat timbulnya dismenore (Ningsih, 2018).

Pengetahuan remaja putri tentang dismenore akan mempengaruhi sikap remaja putri terhadap penanganan dismenore. Jika remaja putri memperoleh informasi yang baik dan benar, maka mereka akan dapat menerima setiap keluhan dan gejala yang dialaminya dengan baik atau positif. Sebaliknya, apabila tidak mendapat informasi yang baik dan benar

remaja putri akan cenderung bersikap negatif saat mengalami dismenore (Handayani & Sari, 2021). Adanya pengetahuan yang baik terkait dismenore, akan menentukan perilaku dan sikap yang dialami oleh remaja putri dalam merespon kejadian yang dialami saat terjadi dismenore, sehingga dapat meminimalisir gejala lain yang ditimbulkan dengan adanya pengetahuan yang dimiliki terkait dismenore (Lestari dkk., 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Delia (2016) menyatakan bahwa apabila pengetahuan mengenai dismenore dan penanganan dismenore kurang maka akan berpengaruh terhadap sikap dan perilaku dalam menangani dismenore. Hal tersebut didukung oleh penelitian yang dilakukan Martina (2020) terhadap 76 orang responden yang mengalami dismenore didapatkan hasil sebanyak 43 orang (56,6%) memiliki pengetahuan yang kurang, 19 orang (25%) memiliki pengetahuan cukup dan 14 (18,4%) orang memiliki pengetahuan baik. Kurangnya pengetahuan mengenai dismenore mengakibatkan remaja putri tidak tahu cara mengatasi dismenore (Martina, 2020).

Salah satu upaya yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai dismenore dapat dilakukan dengan memberikan informasi. Salah satu bentuk pemberian informasi yaitu dengan pendidikan kesehatan. Ada banyak media yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan seperti media cetak, media audio, media audio visual, media pameran. Untuk membantu keberhasilan Pendidikan Kesehatan maka dibutuhkan alat bantu (media). Media *flashcard* merupakan salah satu media yang dapat digunakan untuk membantu

berjalannya Pendidikan kesehatan. Media *flashcard* efektif terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore dibandingkan media lembar balik (Dwi dkk., 2022).

Berdasarkan penelitian Marliany dkk. (2022) menyatakan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore, ditandai dengan perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah pendidikan kesehatan. Hal ini sejalan dengan penelitian Prautami & Dewi (2020) menyatakan bahwa terdapat peningkatan pengetahuan responden sebelum dilakukan Pendidikan Kesehatan dengan nilai minum yang meningkat dari 3 menjadi 6, dapat disimpulkan terdapat perbedaan bermakna antara sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan (Prautami & Dewi, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di MAN 1 Pesawaran diketahui bahwa belum ada peneliti yang melakukan penyuluhan kesehatan tentang dismenore. Dari 10 siswi, 6 orang diantaranya mengatakan merasa nyeri saat menstruasi, jika mereka merasa sakit hanya disuruh pergi ke UKS untuk bersitirahat, beberapa diantaranya memilih untuk membiarkan nyeri tersebut. Dari ke 6 siswi tersebut juga mengatakan belum mengetahui tentang dismenore. Data tersebut menunjukkan bahwa remaja putri di MAN 1 Pesawaran dianggap perlu untuk mendapatkan informasi tentang dismenore. Sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang dismenore terhadap pengetahuan dan tingkat kecemasan pada siswi MAN 1 Pesawaran. Peneliti memilih pada anak

MAN dikarenakan dismenore biasanya terjadi dimulai dalam 2-3 tahun pertama menarche, paling sering terjadi pada masa remaja pertengahan yaitu pada rentang usia 15-18 tahun dan sesuai dengan angka kejadian dismenore banyak terjadi pada usia tersebut.

B. Rumusan Masalah

Masa remaja terdapat perubahan atau perkembangan baik itu fisik, mental, sosial dan emosional. Salah satu peristiwa penting yang terjadi pada masa remaja yaitu pubertas yang ditandai menstruasi pertama kali pada remaja putri. Gangguan yang sering terjadi saat menstruasi adalah dismenore. Tingginya angka kejadian dismenore pada remaja kurang mendapat perhatian diri sendiri. Kurangnya pengetahuan mengenai dismenore menyebabkan remaja tidak mencoba dan mengetahui bagaimana penanganan pada saat dismenore. Apalagi jika mereka tidak mendapatkan penjelasan yang baik, maka akan mudah timbul kecemasan. Padahal kecemasan, akan menambah skala nyeri yang dialami oleh remaja putri. Berdasarkan studi pendahuluan di MAN 1 Pesawaran didapatkan bahwa beberapa diantara remaja putri merasakan nyeri saat menstruasi dan membiarkan nyeri tersebut. Remaja tersebut juga belum mengetahui tentang dismenore dan cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi permasalahan tersebut, dengan memberikan pemahaman kepada remaja putri mengenai dismenore. Salah bentuk edukasi yang dapat dilakukan adalah memberikan pendidikan kesehatan. Oleh karena itu peneliti merumuskan masalah yaitu apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan

tentang dismenore terhadap pengetahuan dan tingkat kecemasan pada siswi MAN 1 Pesawaran.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang dismenore terhadap pengetahuan dan tingkat kecemasan pada siswi MAN 1 Pesawaran Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden remaja putri di MAN 1 Pesawaran
- b. Diidentifikasi pengetahuan tentang dismenore sebelum dilakukan pendidikan kesehatan pada siswi di MAN 1 Pesawaran.
- c. Diidentifikasi pengetahuan tentang dismenore sesudah dilakukan pendidikan kesehatan pada siswi MAN 1 Pesawaran.
- d. Diidentifikasi tingkat kecemasan menghadapi dismenore sebelum dilakukan pendidikan kesehatan pada siswi MAN 1 Pesawaran.
- e. Diidentifikasi tingkat kecemasan menghadapi dismenore sesudah dilakukan pendidikan kesehatan pada siswi MAN 1 Pesawaran.
- f. Diidentifikasi perbedaan pengetahuan tentang dismenore sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan kesehatan.
- g. Diidentifikasi perbedaan tingkat kecemasan sebelum dan sesudah dilakukan pendidikan Kesehatan.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian dalam ruang lingkup ilmu keperawatan maternitas yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan tentang dismenore terhadap pengetahuan dan tingkat kecemasan siswi. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan jenis menggunakan desain *quasy eksperimental* dengan rancangan *Pretest-Posttest Without Control Group Design*. Subjek penelitian yakni siswi di MAN 1 Pesawaran dan objek penelitian yakni pendidikan kesehatan, pengetahuan siswi dan tingkat kecemasan tentang dismenore.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi perkembangan ilmu kesehatan, khususnya menambah informasi mengenai pengaruh pendidikan kesehatan tentang *dismenore* terhadap pengetahuan dan tingkat kecemasan pada remaja putri.
- b. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi di perpustakaan kampus, sehingga dapat menambah bahan kajian bagi mahasiswa Universitas Muhammadiyah Pringsewu.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi MAN 1 Pesawaran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan para siswi mengenai dismenore dan menjadi masukan untuk pihak

sekolah untuk meningkatkan perhatian terhadap kesehatan siswi serta ilmunya dapat ditambahkan dalam materi pelajaran kesehatan reproduksi

b. Bagi Responden

Diharapkan dapat memberikan informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai *dismenore*.

3. Manfaat Bagi Penelitian

Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai sumber pedoman dan bahan rujukan untuk peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian sejenis dengan menggunakan metode atau media yang berbeda.