

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Dismenorea merupakan rasa sakit akibat menstruasi yang sangat menyiksa karena nyerinya luar biasa menyakitkan (Nurchasanah, 2009). Hampir semua perempuan mengalami rasa tidak nyaman selama haid, seperti rasa tidak enak di perut bagian bawah dan biasanya juga disertai rasa mual, pusing, bahkan pingsan. Dengan demikian, istilah dismenorea hanya digunakan jika nyeri haid demikian hebatnya sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau aktivitas rutinnnya sehari-hari selama beberapa jam atau beberapa hari (Anurogo, 2011). Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 10 Mei 2012 di MA Bilingual Krian, Sidoarjo, didapatkan remaja putri yang terganggu ketika mengalami nyeri saat menstruasi dan mengharuskan mereka untuk berhenti dari aktivitasnya, ada yang ijin untuk tidak mengikuti pelajaran yang sedang berlangsung, dan bahkan ada yang sampai tengkurap di atas kasur. Kebanyakan dari mereka mengatasi permasalahan tersebut dengan mengonsumsi obat-obatan, istirahat, dan kompres air hangat.

Data pada studi epidemiologi pada populasi remaja (berusia 12-17 tahun) di Amerika Serikat, Klein dan Liit melaporkan prevalensi disminorea 59,7%. Dari mereka yang mengeluh nyeri 12%, mengalami nyeri berat 37%, nyeri sedang dan 49% nyeri ringan. Studi ini juga melaporkan bahwa disminorea juga menyebabkan 14% remaja sering tidak masuk sekolah. Studi longitudinal di Swedia menyebutkan tercatat 80 % remaja usia 19-21 tahun mengalami nyeri

haid, 15 % membatasi aktivitas harian ketika haid dan membutuhkan obat-obat penangkal nyeri, 8-10% tidak mengikuti atau tidak masuk sekolah / kuliah dan hampir 40% memerlukan pengobatan medis. Kondisi di Indonesia, lebih banyak perempuan yang mengalami dismenorea tidak melaporkan atau berkunjung ke dokter. Rasa malu ke dokter dan kecenderungan untuk meremehkan penyakit sering membuat data penderita penyakit tertentu di Indonesia tidak dapat dipastikan secara mutlak. Dapat dikatakan 90 % perempuan Indonesia pernah mengalami dismenorea (Anurogo, 2011). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada remaja di MA Bilingual Krian Sidoarjo, dari 20 remaja putri didapatkan bahwa 10 remaja putri mengalami nyeri saat menstruasi.

Secara umum nyeri haid muncul akibat kontraksi distrimik miometrium yang menampilkan satu gejala atau lebih, mulai dari nyeri yang ringan sampai berat di perut bagian bawah, bokong, dan nyeri spasmodic di sisi medial paha. Dismenorea diklasifikasikan menjadi dua jenis, yaitu : dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer adalah nyeri haid yang tidak berhubungan dengan patologi pelvis makroskopis (ketiadaan penyakit pada pelvis). Umumnya terjadi pada tahun-tahun pertama setelah menarche (menstruasi pertama). Dismenorea sekunder didefinisikan sebagai nyeri haid akibat dari anatomi dan atau patologi pelvis makroskopis, seperti yang dialami oleh perempuan dengan endometriosis atau radang pelvis kronis. Kondisi ini paling sering dialami oleh perempuan berusia 30-40 tahun (Anurogo, 2011). Selain itu, adanya hiperaktivitas dari uterus, endotelin, prostaglandin, vasopressin, dan kerusakan saraf perifer dapat menyebabkan dismenorea ( Nurchasanah, 2009).

Untuk mengatasi dismenorea, penderita dapat mengatasinya sendiri dengan cara memperhatikan pola dan siklus haidnya tanpa mengkonsumsi obat-obatan, lalu melakukan antisipasi agar tidak mengalami nyeri haid yang parah dengan cara menghindari stress, memiliki pola makan yang teratur, istirahat yang cukup, olahraga secara teratur dan menghindari konsumsi rokok, alcohol, kopi maupun coklat karena dapat memicu bertambahnya kadar estrogen.

Berdasarkan uraian diatas banyaknya remaja yang terganggu dengan nyeri saat menstruasi yang mengharuskan mereka istirahat,berhenti dari aktivitasnya dan bahkan ada yang sampai tengkurap di atas kasur. Maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berkaitan dengan perilaku remaja dalam mengatasi dismenorea di MA Bilingual Krian Sidoarjo.

## **1.2 Rumusan masalah**

Berdasarkan uraian ringkas dalam latar belakang di atas, dapat dirumuskan: Bagaimanakah perilaku remaja dalam mengatasi dismenorea di MA Bilingual Krian Sidoarjo?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Berdasarkan rumusan masalah penelitian maka tujuan dari penelitian ini adalah untuk menjelaskan perilaku remaja dalam mengatasi dismenorea di MA Bilingual Krian Sidoarjo.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Untuk mengidentifikasi pengetahuan remaja dalam mengatasi dismenorea di MA Bilingual Krian Sidoarjo.
2. Untuk mengidentifikasi praktik remaja dalam mengatasi dismenorea di MA Bilingual Krian Sidoarjo.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya ilmu pengetahuan khususnya mengenai perilaku remaja dalam mengatasi dismenorea.

##### **1.4.2 Manfaat Praktis**

###### 1. Bagi Peneliti

Peneliti dapat menerapkan ilmu yang didapat dalam penelitian ini tentang perilaku remaja dalam mengatasi dismenorea.

###### 2. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan referensi bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian berikutnya.

###### 3. Bagi Institusi Kesehatan

Dapat digunakan sebagai masukan dan informasi dalam pelayanan kebidanan khususnya dalam mengatasi dismenorea.

###### 4. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan masukan bagi para remaja dalam mengatasi dismenorea.