

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan fase penting dalam kehidupan seseorang yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial. Pada remaja putri, pubertas ditandai dengan kematangan organ reproduksi dan kemampuan untuk bereproduksi. Kemampuan ini dapat dilihat dari tanda-tanda pertumbuhan primer, seperti menstruasi pertama atau *menarche*. Menstruasi yang dirasakan perempuan dapat menimbulkan rasa nyeri, kondisi ini yang disebut dengan dismenore (Luh et al., 2025).

Dismenore merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang paling umum dialami remaja putri, namun seringkali diabaikan dan tidak mendapat perawatan yang tepat. Kondisi ini tidak hanya berdampak pada kesehatan fisik, tetapi juga mempengaruhi kualitas hidup, prestasi akademik, dan perkembangan psikososial remaja putri (Deekala et al., 2022).

Menurut WHO (2020) Sekitar 90% remaja putri di seluruh dunia dilaporkan mengalami dismenore (Widarti et al., 2024). Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan di Afrika Sub-Sahara antara 61%-84% remaja putri mengalami dismenore. Prevalensi dismenore pada remaja di Asia pada tahun 2023 berkisar antara 74,5% dan 84,2%. Di Asia Tenggara prevalensi kejadian dismenore bervariasi, Thailand 84,2% dan Malaysia 69,4% (Cherenack et al., 2023). Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar

(64,5%) yang terdiri dari (54,89%) dismenore primer dan (9,36%) dismenore sekunder (Lindiawati et al., 2022).

Secara klinis, dismenore dibedakan menjadi primer dan sekunder. Dismenore primer adalah kram perut bagian bawah saat haid tanpa kelainan organ reproduksi yang mendasarinya, sedangkan dismenore sekunder disebabkan oleh gangguan patologis seperti endometriosis. Dismenore primer lebih sering terjadi pada remaja putri. Dismenore primer ditandai dengan nyeri kram hebat yang dapat disertai nyeri punggung, mual, muntah, dan gejala lain (Luh et al., 2025).

Penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri usia 12-17 tahun mengalami dismenore primer (Luh et al., 2025). Penelitian Indonesia yang dilakukan oleh Mardiyah & Rizal (2024) melaporkan mayoritas remaja putri yang mengalami dismenore adalah jenis primer yaitu sekitar 56,7%–71,3% responden. Angka kejadian dismenore primer pada remaja putri di Sumatera Barat mencapai 57,3%. Hal ini menegaskan bahwa dismenore primer adalah bentuk dismenore yang paling umum dialami pada remaja putri (Eriyani & Contesa, 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Riani et al (2024) menunjukkan bahwa dismenore primer mengganggu kehidupan sehari-hari 20-50% remaja putri. Dampak akademik yang dirasakan sekitar 20% remaja putri mengalami penurunan konsentrasi belajar, kesulitan menyelesaikan tugas sekolah, dan keterbatasan partisipasi dalam kegiatan ekstrakurikuler serta tidak masuk sekolah (Riani et al., 2024).

Dampak dismenore primer pada remaja putri dapat mempengaruhi berbagai aspek kehidupan. Secara fisik, nyeri yang dialami dapat menimbulkan keterbatasan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, penurunan kemampuan tubuh dalam mempertahankan kondisi fisik yang optimal, serta gangguan pola tidur yang berdampak pada kondisi kesehatan secara keseluruhan. Dampak psikologis yang ditimbulkan juga tidak dapat diabaikan, di mana dismenore primer yang berulang dengan nyeri berat dapat menimbulkan kecemasan, stres, dan bahkan depresi ringan yang pada gilirannya memperburuk persepsi nyeri itu sendiri. Dampak jangka panjang dari dismenore primer yang tidak tertangani dengan baik dapat berlanjut hingga usia dewasa, mempengaruhi produktivitas dan kualitas hidup secara menyeluruh (Eriyani & Contesa, 2024).

Melihat tingginya prevalensi dan dampak dismenore primer tersebut, diperlukan strategi penanganan yang tepat yaitu perawatan mandiri untuk mengelola nyeri haid secara mandiri oleh remaja putri (Lindiawati et al., 2022). Menurut Orem dalam *Self-Care Theory* (2001), perawatan mandiri (*self-care*) menjadi aspek penting dalam mengurangi dismenore primer karena sebagian besar kasus dapat dikelola tanpa intervensi medis yang kompleks (Fernández et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Donayeva et al (2023) menunjukkan bahwa remaja putri yang memiliki kemampuan perawatan mandiri yang baik mampu secara signifikan mengurangi intensitas nyeri dismenore primer dan menurunkan angka absensi sekolah (Donayeva et al., 2023).

Namun dalam praktiknya, perawatan mandiri yang dilakukan remaja putri masih belum optimal, sehingga masih banyak yang merasakan dampak

signifikan saat mengalami nyeri haid (dismenore primer). Penelitian di SMP Negeri 1 Telaga Gorontalo, di mana sebanyak 32,5% (79 responden) menggunakan cara yang kurang tepat dalam mengatasi dismenore primer. Kondisi ini diperparah dengan temuan bahwa sebagian besar remaja hanya tidur sampai nyeri hilang (Djafar et al., 2025).

Perawatan mandiri untuk mengurangi dismenore primer dapat dilakukan melalui berbagai metode, baik farmakologis maupun non-farmakologis. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri memiliki kemampuan perawatan mandiri dismenore primer yang baik, yaitu sebanyak 101 orang (43,7%) dari 231 responden, namun masih terdapat 34,2% yang memiliki kemampuan cukup dan 22,1% yang memiliki kemampuan kurang optimal (Luh et al., 2025). Sementara itu, hasil penelitian di SMP ma'arif 01 seputih raman menunjukkan kondisi yang berbeda, di mana sebagian besar remaja putri justru belum melakukan perawatan mandiri dismenore secara optimal, yaitu sebanyak 56,9% responden tidak melakukan perawatan mandiri dan hanya 43,1% yang melakukan perawatan mandiri dismenore primer (Riani et al., 2024).

Penelitian menunjukkan bahwa kemampuan perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer dipengaruhi oleh tiga faktor utama yang saling berhubungan, yaitu pengetahuan remaja tentang nyeri haid (dismenore primer), sikap remaja terhadap praktik perawatan mandiri, yang mencakup kesediaan untuk menerapkan metode pengelolaan nyeri secara konsisten dan keyakinan terhadap efektivitas perawatan mandiri yang dilakukan dan peran ibu sebagai

sosok terdekat yang dapat memberikan edukasi, motivasi, dan pendampingan emosional selama remaja putri mengalami menstruasi (Cherenack et al., 2023).

Pengetahuan merupakan pemahaman individu terhadap gejala, penyebab, dan cara mengatasi dismenore primer yang mencakup aspek fisiologi menstruasi, patofisiologi nyeri, dan berbagai opsi perawatan mandiri yang tersedia. Tingkat pengetahuan yang baik akan membantu remaja dalam mengambil pilihan perawatan mandiri yang tepat dan aman, baik melalui metode farmakologis maupun non-farmakologis (Lindiawati et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Nurmaliza et al (2022) tentang hubungan tingkat pengetahuan remaja putri dengan perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer di SMP Swasta Kabupaten Labuhan Batu Utara, ditemukan adanya hubungan tingkat pengetahuan remaja putri dengan perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer ($p=0,005$) (Nurmaliza et al., 2022).

Penelitian di SMP Negeri 2 Kalibawang Kulon Progo menunjukkan bahwa dari 72 responden, sebanyak 56,9% (41 orang) memiliki pengetahuan baik tentang dismenore primer, namun dalam hal upaya perawatan mandiri, hanya 63,9% (46 responden) yang memiliki upaya perawatan mandiri dalam kategori cukup (Djailani et al., 2023). Penelitian di MTs Assyifa menunjukkan hasil yang lebih rendah dengan 42,4% (39 orang) berpengetahuan kurang, 39,1% (36 orang) berpengetahuan cukup, dan hanya 18,5% (17 orang) berpengetahuan baik. Hal ini dipengaruhi oleh kurangnya informasi yang didapat dan pendidikan tentang dismenore primer di sekolah. Data-data ini

menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore primer masih perlu ditingkatkan untuk memastikan mereka dapat melakukan perawatan mandiri yang efektif dan aman (Djafar et al., 2025).

Selain pengetahuan, sikap remaja putri terhadap dismenore primer juga memegang peran penting dalam membentuk kemampuan perawatan mandiri. Sikap merupakan reaksi emosional dan kognitif terhadap nyeri haid (dismenore primer), yang menentukan apakah remaja akan mengambil tindakan perawatan mandiri yang sehat atau justru mengabaikannya. Remaja dengan sikap positif biasanya lebih terbuka terhadap informasi baru dan lebih mau mencoba strategi perawatan mandiri yang sehat. Sebaliknya, sikap negatif membuat remaja enggan melakukan perawatan mandiri dan lebih memilih menahan sakit, karena banyak remaja menganggap nyeri haid sebagai hal wajar yang tidak perlu ditangani secara serius (Hizkia et al., 2024).

Penelitian yang dilakukan oleh Riani et al (2024) menunjukkan bahwa terdapat hubungan sikap remaja putri dengan perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer. Sikap remaja putri tentang dismenore primer memainkan peran penting dalam perawatan mandiri remaja putri (Riani et al., 2024). Penelitian di SMP Negeri 2 Pancur Batu menunjukkan bahwa dari 43 responden, 48,8% memiliki sikap negatif dan 51,2% memiliki sikap positif terhadap perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer (Apriliani & Citrawati, 2025). Data yang mengkhawatirkan ditemukan pada penelitian di SMP Negeri 9 Pekalongan Utara Medan, yang menunjukkan masih ada remaja bersikap negatif yaitu 13,3% sangat setuju bahwa nyeri haid membuat remaja

putri tidak ingin melakukan aktivitas apapun termasuk sekolah dan belajar. Temuan-temuan ini mengindikasikan bahwa sikap remaja putri terhadap dismenore primer masih bervariasi, dengan proporsi yang cukup signifikan menunjukkan sikap negatif yang dapat menghambat upaya perawatan mandiri yang efektif (Mariyati et al., 2025).

Peran ibu sangat bergantung pada bagaimana remaja putri mempersepsikan keterlibatan ibunya. Peran ibu memiliki posisi yang sangat penting dalam membentuk kemampuan perawatan mandiri remaja putri dan menjadi figur pertama yang memberikan edukasi, informasi dan solusi praktis terkait contoh nyata dalam mengelola dismenore primer dan mengajarkan teknik-teknik perawatan mandiri yang efektif. Keterlibatan peran ibu akan memengaruhi tingkat kepercayaan, keterbukaan, dan kesiapan remaja untuk menerapkan teknik perawatan mandiri yang diajarkan, seperti pengaturan aktivitas, penggunaan kompres hangat, relaksasi, hingga pemilihan cara penanganan dismenore primer yang aman. Sebaliknya, peran ibu yang kurang terlibat, minim komunikasi, atau kurang memberikan contoh nyata berkontribusi pada meningkatnya risiko penggunaan cara perawatan mandiri yang tidak sehat dan kurang optimal (Cherenack et al., 2023).

Penelitian internasional menunjukkan bahwa remaja yang mendapatkan informasi dan contoh nyata dalam mengelola dismenore primer dari ibu lebih jarang melakukan perawatan mandiri yang tidak aman dan cenderung menggunakan perawatan mandiri yang tepat serta mencari bantuan medis profesional ketika diperlukan (Cherenack et al., 2023). Hasil yang sejalan

diperkuat oleh penelitian di Indonesia yang menunjukkan bahwa peran ibu berkorelasi positif dalam mendukung kesiapan remaja melakukan kemampuan perawatan mandiri dismenore primer. Hal ini membuktikan pentingnya peran ibu dalam membentuk kemampuan perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer pada remaja putri (Rosmiyanti et al., 2024).

Ketiga faktor tersebut telah diakui penting, namun sebagian besar penelitian di Indonesia masih berfokus pada prevalensi dismenore atau hubungan dua variabel, seperti pengetahuan dan sikap. Hanya sedikit penelitian yang mengintegrasikan pengetahuan, sikap dan peran ibu dalam satu kerangka kuantitatif untuk memahami kemampuan perawatan mandiri dismenore primer pada remaja putri, padahal integrasi ketiga faktor tersebut diperlukan untuk memahami bagaimana remaja putri mampu melakukan perawatan mandiri mengurangi dismenore primer secara komprehensif.

Di wilayah Sumatera Barat, khususnya Kota Padang, belum ada penelitian yang secara komprehensif menghubungkan ketiga aspek ini, pengetahuan, sikap dan peran ibu, untuk melihat keterkaitan faktor tersebut secara bersamaan dalam konteks perawatan mandiri remaja putri dalam mengurangi dismenore primer.

Sekolah Menengah Pertama Negeri (SMPN) 12 Padang terpilih menjadi lokasi penelitian karena memiliki jumlah siswi yang cukup banyak dan sesuai dengan kriteria populasi yang rentan mengalami dismenore primer pada masa pubertas. Berdasarkan informasi awal dari pihak UKS dan guru BK, sejumlah siswi sering mengeluhkan nyeri haid (dismenore primer) yang berdampak pada

kehadiran serta konsentrasi belajar. Selain itu, sekolah berada pada lokasi yang mudah dijangkau, sehingga memudahkan peneliti dalam proses pengumpulan data. Pihak sekolah juga memberikan izin untuk terlaksananya penelitian ini. Penelitian mengenai perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer di sekolah ini juga masih terbatas, sehingga diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi program kesehatan remaja di lingkungan sekolah.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas VII. Pemilihan remaja putri kelas VII sebagai populasi penelitian didasarkan pada beberapa pertimbangan. Pertama, remaja putri kelas VII berada pada rentang usia 12-14 tahun. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sari & Anissa (2024) yang menyatakan bahwa remaja putri pada rentang usia 12-14 tahun merupakan fase remaja putri awal yang mengalami periode kritis dalam perkembangan kesehatan reproduksi dimana sebagian besar remaja putri baru mengalami menarche atau masih dalam 2-3 tahun pertama setelah menarche, dimana pada rentang usia ini siklus menstruasi mulai berubah dari anovulatori menjadi ovulatori secara teratur. Perubahan ini menyebabkan peningkatan produksi prostaglandin, yang merupakan faktor utama penyebab dismenore primer, sehingga prevalensi dan intensitas dismenore primer lebih tinggi pada kelompok usia ini dibandingkan kelompok usia yang lebih tua dimana sistem hormonal sudah lebih stabil. Kedua, remaja putri juga sangat terbuka terhadap informasi baru. Ketiga, fokus populasi pada remaja putri awal bertujuan untuk

memahami kemampuan perawatan mandiri dismenore primer pada kelompok usia yang baru memulai siklus haid.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 09 Oktober 2025 di SMP Negeri 12 Padang dengan melakukan wawancara terhadap 10 orang siswi kelas VII, didapatkan bahwa 10 siswi tersebut merasakan nyeri haid (dismenore primer) ketika menstruasi. Saat dilakukannya wawancara, 7 siswi sedang menstruasi dan 3 siswi lainnya tidak sedang menstruasi. Hasil wawancara terhadap perawatan mandiri siswi dalam mengurangi dismenore primer, didapatkan 8 orang siswi tidak melakukan perawatan mandiri, hanya istirahat saja sambil memegang bagian perut yang sakit dan 2 orang siswi berikutnya melakukan kompres hangat dengan cara memasukkan air hangat ke dalam botol dan menempelkan pada bagian perut yang sakit serta meminum obat penghilang nyeri yang dibeli di warung.

Hasil wawancara tentang pengetahuan dan sikap, didapatkan 8 orang siswi kurang mengetahui tentang dismenore primer serta tindakan dalam perawatan mandiri dismenore primer dan 2 orang siswi sudah mengetahui tanda dan gejala nyeri menstruasi (dismenore primer), kemudian melakukan kompres hangat didaerah perut saat nyeri menstruasi (dismenore primer) serta minum obat yang diberi di warung. Selanjutnya untuk peran ibu, 9 siswi mengatakan bahwa ibu mereka jarang memberikan edukasi dan teladan praktik perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer, sedangkan 1 siswi mengatakan tidak pernah mendapatkannya.

Berdasarkan data di atas, penelitian ini penting untuk dilakukan mengingat dismenore primer merupakan masalah kesehatan reproduksi dengan prevalensi sangat tinggi namun perawatan mandiri masih suboptimal. Dari perspektif akademik, penelitian ini mengisi kesenjangan pengetahuan (*research gap*) bahwasannya pengetahuan, sikap dan peran ibu secara bersamaan diperlukan untuk memahami kemampuan perawatan mandiri dismenore primer secara komprehensif.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri serta peran ibu dengan perawatan mandiri remaja putri dalam mengurangi dismenore primer pada siswi SMPN 12 Padang.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang, dapat diidentifikasi bahwa dismenore primer merupakan masalah kesehatan reproduksi yang paling sering dialami remaja putri, termasuk remaja putri awal di SMPN 12 Padang. Mayoritas remaja mengalami dismenore primer yang berdampak pada kualitas hidup, prestasi akademik, dan kesehatan reproduksi.

Meskipun berbagai metode perawatan mandiri dismenore primer telah tersedia, baik farmakologis maupun non-farmakologis, kemampuan perawatan mandiri di kalangan remaja masih bervariasi, mulai dari baik, cukup hingga kurang optimal.

Kemampuan perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, sikap remaja, dan peran ibu sebagai figur utama pemberi edukasi, dukungan emosional, serta teladan praktik perawatan mandiri dalam mengurangi dismenore primer. Namun, sebagian besar penelitian di Indonesia hanya mengkaji satu atau dua variabel secara terpisah. Keterkaitan ketiga faktor tersebut secara bersamaan, khususnya di wilayah Kota Padang, belum pernah diteliti secara komprehensif.

Kondisi ini menimbulkan kesenjangan pengetahuan mengenai bagaimana pengetahuan, sikap, dan peran ibu memengaruhi kemampuan perawatan mandiri remaja putri dalam mengurangi dismenore primer. Penelitian ini penting bagi bidang kesehatan reproduksi remaja karena akan memberikan landasan empiris untuk pengembangan program intervensi berbasis sekolah dan keluarga yang lebih efektif.

Berdasarkan latar belakang dan identifikasi masalah tersebut, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri serta peran ibu dengan perawatan mandiri remaja putri dalam mengurangi dismenore primer pada Siswi SMPN 12 Padang?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui arah kekuatan hubungan pengetahuan dan sikap remaja putri serta peran ibu dengan perawatan mandiri remaja putri dalam mengurangi dismenore primer pada siswi SMPN 12 Padang.

2. Tujuan Khusus

- 2.1. Diketahui skor rerata tingkat pengetahuan remaja putri tentang dismenore primer di SMPN 12 Padang.
- 2.2. Diketahui skor rerata sikap remaja putri tentang dismenore primer di SMPN 12 Padang.
- 2.3. Diketahui skor rerata peran ibu menurut persepsi remaja putri dalam mendukung perawatan mandiri mengurangi dismenore primer di SMPN 12 Padang.
- 2.4. Diketahui skor rerata kemampuan perawatan mandiri remaja putri dalam mengurangi dismenore primer di SMPN 12 Padang.
- 2.5. Diketahui arah dan kekuatan hubungan pengetahuan remaja putri dengan perawatan mandiri remaja putri dalam mengurangi dismenore primer pada siswi SMPN 12 Padang.
- 2.6. Diketahui arah dan kekuatan hubungan sikap remaja putri dengan perawatan mandiri remaja putri dalam mengurangi dismenore primer pada siswi SMPN 12 Padang.

2.7. Diketahui arah dan kekuatan hubungan peran ibu menurut persepsi remaja putri dengan perawatan mandiri remaja putri dalam mengurangi dismenore primer pada siswi SMPN 12 Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pelayanan Keperawatan

Memberikan data empiris yang dapat digunakan dalam menyusun program promosi kesehatan reproduksi remaja.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah dan bahan ajar tentang kesehatan reproduksi remaja, khususnya penanganan dismenore primer, sehingga dapat meningkatkan kualitas pendidikan keperawatan dalam bidang maternal dan anak.

3. Bagi Keperawatan

Penelitian ini dapat memberikan masukan bagi perawat dalam memberikan penyuluhan dan konseling sehingga dapat membantu remaja putri menangani dismenore primer secara efektif dan aman.

4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Menjadi dasar bagi penelitian lanjutan dengan cakupan yang lebih luas, baik melalui desain intervensi, metode kualitatif untuk menggali pengalaman remaja, maupun penelitian komparatif antar sekolah atau daerah.