

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Menstruasi adalah proses meluruhnya jaringan endometrium akibat perubahan fisiologis yang dipengaruhi oleh hormon hipofisis dan steroid ovarium yang menyebabkan terjadinya perdarahan secara periodik dari uterus. Menstruasi menunjukkan bahwa organ reproduksi telah berfungsi dengan matang dan siap untuk dibuahi, sekaligus juga merupakan salah satu ciri dari seorang wanita yang sudah mengalami perubahan dari anak - anak menuju dewasa. Menstruasi yang terjadi pertama kali pada seorang wanita disebut sebagai *Menarche*. Biasanya muncul pada anak umur 8-13 tahun.<sup>1</sup> Tidak semua wanita mempunyai pola menstruasi yang normal, banyak dari kalangan remaja yang mengeluhkan nyeri saat atau sebelum terjadinya menstruasi (dismenorea).<sup>2</sup>

Dismenorea merupakan keluhan menstruasi yang umum terjadi dengan dampak besar pada kualitas hidup wanita, produktivitas kerja, dan kesehatan hidup seorang wanita yang berpengaruh kepada aktivitas hariannya.<sup>3</sup> Dismenorea adalah sensasi nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah, ditandai dengan timbulnya gejala seperti sakit perut, mual, muntah, sakit kepala, diare dan gemetar pada saat menstruasi. Dismenorea terbagi atas dismenorea primer dan dismenorea sekunder.<sup>4</sup>

Dismenorea menjadi gangguan menstruasi yang paling sering diderita, dimana angka kejadian mencapai 89,5%. Ini bermula dari ketidakteraturan menstruasi seorang wanita sekitar 31,2% kasus. Data menunjukkan bahwa, lebih dari 50% perempuan di seluruh dunia menderita dismenorea. Di Indonesia, terdapat 64,25% wanita yang mengalami dismenorea, dengan pembagian dismenorea primer 54,89% dan 9,36% menderita dismenorea sekunder.<sup>6</sup>

Setiap tahun angka kejadian dismenorea pada remaja semakin meningkat. Insiden dismenorea ini berkisar antara 60-90% pada remaja.<sup>7</sup> Hal ini dibuktikan dengan banyaknya remaja yang bolos sekolah karena mengalami

dismenorea ini. Di Amerika Serikat sekitar 13-51% absen, dan 5-14 % berulang kali absen sekolah.<sup>5</sup> Menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) pada tahun 2013, insiden dismenorea primer terjadi sebanyak 90%, dan 10-15% mengalami dismenorea berat. Penelitian di salah satu SMP Pekanbaru yaitu SMP N 13 tahun 2018, didapatkan hasil 80% dari remaja putri yang telah *menarche* mengalami nyeri pada saat haid yang terdiri dari 25% nyeri ringan, 66,7% nyeri sedang, 8,3% nyeri berat dan selebihnya 20% remaja putri tidak mengalami nyeri saat haid.<sup>7</sup>

Pada penelitian lain, Yudha Risman tahun 2019 di SMA N 10 Padang dan SMA 4 Padang mendapatkan hasil sebanyak 30 orang siswi menderita nyeri haid ringan, 27 orang nyeri haid sedang, 10 orang nyeri haid berat, dan 9 orang tidak nyeri haid dari total respondennya sebanyak 76 orang.<sup>8</sup> Penelitian lain yang dilakukan Tessa Amanda pada tahun 2018, berdasarkan hasil didapatkan sebanyak 73,1% mengalami dismenorea primer di SMA N 1 Padang.<sup>9</sup>

Banyak anak - anak yang beranjak remaja atau sudah mengalami menstruasi khawatir akan nyeri yang dirasakan saat menstruasi. Mereka berpendapat bahwa nyeri itu merupakan suatu kegawatdaruratan bagi kesehatan mereka. Beberapa dari merekapun menanggapi nyeri itu dengan stress, karena takut akan kondisinya. Nyeri haid yang tak tertahankan bisa membuat para remaja ini tidak bisa melakukan aktivitas apapun. Akibatnya, pengaruh mental remaja pun terganggu.<sup>10</sup> Apabila keadaan ini diabaikan maka ditakutkan dapat berdampak buruk bagi psikologis anak.<sup>11</sup> Oleh karena itu, pentingnya dukungan orang terdekat untuk menjelaskan pengetahuan, sikap, dan perilaku tentang nyeri haid. Berdasarkan pengetahuan tentang nyeri haid, dapat menghasilkan sikap dan perilaku remaja yang peduli akan kejadian nyeri haid ini, supaya insidennya tidak semakin bertambah setiap tahunnya.<sup>2</sup>

Sebagian masyarakat beranggapan nyeri haid merupakan hal yang wajar, dan dapat hilang dengan sendirinya atau kebanyakan orang menyebut setelah menikah nyeri ini akan hilang. Karena hal itu lah, banyak remaja yang mengeluhkan nyeri ini, tidak terlalu mempermasalahkan kejadian nyeri ini.

Jika tidak di obati, maka dapat mengganggu kesehatan dan aktivitas sehari-hari. Oleh karena itu pengetahuan yang dimiliki sangat menentukan kualitas organ reproduksi seseorang. Saat ini kejadian dismenorea masih tinggi, namun masih sedikit remaja putri yang mencari informasi mengenai masalah yang timbul dan dampak saat nyeri haid terjadi, serta cara pengobatannya.<sup>11</sup>

SMP N 2 Padang adalah salah satu sekolah menengah pertama yang terletak di Kecamatan Padang Barat, Kota Padang, Sumatera Barat. Tempatnya yang strategis, membuat lingkungan dapat mempengaruhi pola hidup siswi yang bersekolah disana. Salah satu faktor risiko terjadinya nyeri haid pada remaja putri yaitu pola makan. Pola makan yang sering menimbulkan terjadinya dismenorea adalah konsumsi makanan cepat saji. Ini terlihat dari cara remaja sekarang yang banyak menyukai makanan cepat saji. Konsumsi makanan dan minuman cepat saji, sudah menjadi kebiasaan dan gaya hidup masyarakat Indonesia, khususnya remaja putri yang belum memikirkan tentang pentingnya menjaga kesehatan.<sup>6</sup>

Jika dilihat dari keadaan sekitar SMP N 2 Padang, dimana banyak yang berjualan makanan dan minuman cepat saji atau *fast food*. Hal ini membuat siswi yang bersekolah disana cenderung mengkonsumsi *fast food*. Makanan yang dikategorikan *fast food* diantaranya makanan yang dijual di toko atau restaurant dengan memerlukan sedikit persiapan penyajiannya, seperti mie instan, kentang goreng, sosis, nugget, burger, ayam kentucky, dan *soft drink*. *Fast food* umumnya mengandung kalori tinggi yang banyak menggunakan bahan protein.<sup>6</sup> *Fast food* memiliki kandungan asam lemak trans yang merupakan radikal bebas. Radikal bebas ini dapat memberikan efek merusak membran sel, dimana membran sel memiliki salah satu komponen fosfolipid sebagai penyedia asam arakhidonat, yang nantinya akan disintesis menjadi prostaglandin. Asam lemak trans ini di dapat dari teknik memasaknya dengan cara di masak menggunakan minyak panas diatas 400° F. <sup>5</sup>

Nakata(2009) menyebutkan bahwa, kebiasaan sering memakan makanan cepat saji dapat menyebabkan gangguan ginekologi seperti ketidakaturan menstruasi bahkan terjadinya nyeri saat menstruasi.<sup>5</sup> Salah satu penelitian pada remaja putri di SMP N 1 Ponorogo, didapatkan hasil bahwa dari 28

responden (44,4%) mengkonsumsi *fast food* dan mengalami dismenorea, dan 14 responden (22,2%) jarang mengkonsumsi dan mengalami dismenorea, hal ini disebabkan faktor lain seperti usia *menarche*, riwayat keluarga, faktor stress, dan jarang melakukan aktivitas olahraga.<sup>7</sup> Karena pengetahuan yang kurang tentang bahayanya konsumsi *fast food*, menyebabkan banyak remaja putri yang mengalami dismenorea, dan memiliki sikap serta perilaku penanganan yang kurang dalam mengatasi nyeri tersebut.

Berdasarkan data dari Dinas Pendidikan Kota Padang, SMP N 2 Padang merupakan salah satu sekolah menengah pertama unggulan di kota Padang, hal ini terlihat dari lulusan SMP N 2 Padang yang diterima di SMA favorit seperti SMA 1, SMA 2 SMA 3 dan SMA 10 Padang. Telah dilakukan studi pendahuluan terhadap 10 orang siswi SMP N 2 Padang, 8 orang di antaranya mengalami dismenorea, 2 orang lagi tidak mengalami dismenorea. Dari segi pengetahuan terhadap perubahan fisik saat pubertas, terdapat 9 orang dengan pengetahuan yang rendah, dan 1 orang dengan pengetahuan yang cukup. Selanjutnya, untuk sikap dan perilaku remaja dalam mengatasi gangguan yang terjadi saat menstruasi, terdapat 9 dari 10 responden yang memiliki sikap dan perilaku yang cukup baik dalam penanganan keadaan tersebut.

Berdasarkan latar belakang di atas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian terkait gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap nyeri haid pada siswi SMP N 2 Padang.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka adapun rumusan masalah dalam penelitian ini berupa : Bagaimana gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap nyeri haid pada siswi SMP N 2 Padang?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah mengetahui gambaran pengetahuan, sikap, dan perilaku nyeri haid pada siswi SMP N 2 Padang.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini :

1. Mengetahui karakteristik remaja yang mengalami nyeri haid pada siswi SMP N 2 Padang
2. Mengetahui pengetahuan remaja tentang nyeri haid pada siswi SMP N 2 Padang.
3. Mengetahui sikap remaja tentang nyeri haid pada siswi SMP N 2 Padang.
4. Mengetahui perilaku remaja tentang nyeri haid pada siswi SMP N 2 Padang.

### 1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini adalah :

1. Manfaat bagi Peneliti  
Menambah wawasan peneliti dalam melakukan penelitian, menjadi pengalaman bagi peneliti sebagai hasil akhir kuliah serta dapat menerapkan ilmu pengetahuan selama kuliah, dan sebagai pemenuhan salah satu syarat untuk mendapat gelar sarjana kedokteran
2. Manfaat bagi Masyarakat  
Masyarakat terutama tenaga pendidik dan keluarga remaja putri mengetahui serta memahami tentang pengetahuan, sikap dan perilaku yang baik dalam menangani kejadian nyeri saat haid, sehingga dapat melakukan pencegahan terhadap gaya hidup dan kebiasaan yang kurang baik pada remaja putri untuk menjaga kesehatan reproduksinya.
3. Manfaat bagi Institusi Pendidikan  
Memberikan informasi terkait pengetahuan, sikap, dan perilaku terhadap kejadian nyeri haid, sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam pembentukan sistem pendidikan yang mendukung dalam upaya pengoptimalan pendidikan dan kualitas kesehatan dari remaja putri di sekolahnya.