

BAB I

PENDAHULUAN

Pada bab ini mengenai latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, pertanyaan penelitian dan manfaat penelitian.

1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan pendarahan periodik selama 14 hari setelah ovulasi akibat adanya pelepasan dinding rahim (endometrium) disertai dengan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi, dimulai saat pubertas (*menarche*) dan berakhir saat menopause (Sinaga et al., 2017). Ketika wanita mengalami menstruasi akan timbul rasa nyeri yang memiliki sifat dan tingkat rasa nyeri yang beragam dimulai dari nyeri ringan hingga yang nyeri berat. Kondisi tersebut dinamakan nyeri haid yaitu keadaan nyeri yang hebat dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Agussafutri & Pangesti, 2019). Nyeri haid (*Dismenore*) adalah nyeri yang timbul akibat kram rahim selama masa menstruasi dan sering mengganggu aktivitas pada remaja, sehingga dapat menimbulkan dampak negatif seperti menurunnya produktivitas oleh karena itu diperlukan upaya untuk mengatasinya (Nurwana et al., 2017).

Menurut *World Health Organization* yang terdapat dalam penelitian Asmita & Syahminan (2017), angka kejadian nyeri haid sangat tinggi di seluruh dunia dengan rata-rata >50% wanita di setiap negara menderita nyeri haid. Di Swedia sekitar 72%, sedangkan di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami nyeri haid yang 10-15% diantaranya mengalami nyeri haid berat dan

saat ini diperkirakan 55% wanita produktif di Indonesia menderita nyeri haid. Menurut Kemenkes RI tahun 2017 prevalensi remaja putri di Indonesia yang mengalami kejadian nyeri haid 55% dengan 60-85% pada usia remaja (Kemenkes, 2017).

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa diantara umur 12-21 tahun yang akan mengalami perubahan fisik, psikis dan psikososial. Perubahan ini sering disebut masa pubertas, yang ditandai dengan adanya pertumbuhan rambut *pubis*, payudara membesar pada wanita, dan pola perilaku yang sulit diperkirakan karena pada usia ini terjadi peningkatan emosional (Bingarwati & Astuti, 2020). Masa pubertas yang dialami remaja salah satunya menstruasi disertai dengan nyeri haid sehingga dapat menimbulkan kebingungan, khawatir dan perasaan takut dalam menghadapi menstruasi. Perasaan yang dialami selama menstruasi dapat dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan yang rendah dan kurangnya sikap yang baik terhadap perubahan fisik maupun psikologis selama menstruasi (Dewi, 2012).

Pada saat menstruasi sebagian remaja akan mengalami nyeri haid seperti kram dibagian perut bawah, apabila tidak ditangani atau dibiarkan dapat memberikan dampak yang kurang baik untuk remaja putri seperti adanya penurunan aktivitas, kurangnya konsentrasi dalam proses belajar mengajar, ketidakhadiran dalam kegiatan pembelajaran juga isolasi sosial. Penanganan nyeri haid dapat dilakukan dengan dua cara yaitu farmakologi dan non farmakologi, secara farmakologi dapat menggunakan obat pereda nyeri seperti aspirin, asam mefenamat, parasetamol, kofein, dan feminax obat-obat analgesik ini akan

mengurangi produksi prostaglandin. Pada penanganan non farmakologi dapat dilakukan dengan cara pijat/*masase* dengan tekanan ringan, jangan terlalu keras, untuk membantu menghilangkan rasa pegal pada otot-otot tubuh, kompres air hangat atau mandi dengan air hangat, dan olahraga ringan seperti jalan kaki, bersepeda dan banyak bergerak akan memperlancar aliran darah dan tubuh akan terangsang untuk memproduksi endorfin yang bekerja mengurangi rasa sakit dan menimbulkan rasa gembira, dan tidur terlentang dengan kaki/lutut berganjak bantal serta tindakan kognitif *behavior* (relaksasi dan distraksi), makan makanan bergizi dan hindari konsumsi garam dan kafein (Sinaga et al., 2017).

Sebagai upaya untuk mendeskripsikan tingkat pengetahuan siswi tentang nyeri haid serta mengetahui cara siswi menangani nyeri haid peran tingkat pengetahuan, keluarga dan pengalaman siswi berpengaruh dalam perilaku untuk menangani nyeri haid yang dialami. Hal ini didukung oleh penelitian Lestari, Yanti, & Imelda (2021) terhadap 91 sampel siswi di SMA Negeri 01 Kabupaten Lebong menggunakan metode deskriptif dan kualitatif dengan teknik pengambilan sampel *purposive sampling* yang menunjukkan hasil 21 (22,59%) siswi berpengetahuan kurang dan 33 (36,26%) siswi kurang dalam menangani rasa nyeri haid. Hasil ini terjadi karena kurangnya media informasi baik dari teman, kakak perempuan atau ibu, internet dan elektronik. Selain itu kurangnya motivasi dan kesadaran diri menjadi salah satu faktor kurangnya pengetahuan sehingga memengaruhi cara menangani nyeri haid.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 17 remaja putri di Kecamatan Ngabang didapatkan bahwa tiga (17,6%) orang mengatakan tidak

mengetahui pengertian dari menstruasi, empat (23,5 %) kurang mengetahui penyebab dari nyeri haid, enam (35,3%) orang mengatakan tidak mengetahui cara mengatasi nyeri haid dan 15 (88,2%) orang mengatakan tidak pernah mendapatkan penyuluhan mengenai nyeri haid. Sebagian besar remaja putri mengatakan bahwa nyeri haid dirasakan pada hari pertama sampai dua hari awal menstruasi yang berlokasi di bagian bawah perut hingga menjalar sampai pinggang seperti diremas-remas dan tertusuk benda tajam. Pengalaman nyeri haid yang pernah dialami oleh remaja putri yang kami wawancara , nyeri haid yang dirasakan mengganggu aktivitas, lesu, mual dan demam. Remaja putri tersebut seringkali menahan rasa sakit nyeri haid dan juga memaksakan diri untuk berangkat ke sekolah. Berdasarkan hal tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang gambaran tingkat pengetahuan siswi SMA mengenai nyeri haid di Kecamatan Ngabang Kalimantan Barat.

1.2 Rumusan Masalah

Nyeri haid adalah nyeri yang timbul akibat kram rahim selama masa menstruasi di bagian abdomen bawah dan sering mengganggu aktivitas pada remaja yang dapat menimbulkan dampak negatif seperti menurunnya produktivitas, terganggunya proses belajar mengajar, penurunan konsentrasi, nyeri kepala, bahkan mual dan muntah (Nurwana et al., 2017). Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan kepada 17 remaja putri di Kecamatan Ngabang didapatkan bahwa tiga (17,6%) orang mengatakan tidak mengetahui pengertian dari menstruasi, empat (23,5 %) kurang mengetahui penyebab dari nyeri haid, enam (35,3%) orang mengatakan tidak mengetahui cara mengatasi nyeri haid dan 15 (88,2%) orang

mengatakan tidak pernah mendapatkan penyuluhan mengenai nyeri haid. Nyeri haid yang tidak teratasi dapat menyebabkan penurunan aktivitas, kurangnya konsentrasi dalam proses belajar mengajar, dan ketidakhadiran dalam kegiatan pembelajaran. Tingkat pengetahuan yang baik akan berdampak pada cara penanganan nyeri haid atau sebaliknya. Berdasarkan latar belakang rumusan masalah dari penelitian ini “Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan siswi SMA mengenai nyeri haid di Kecamatan Ngabang Kalimantan Barat?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan siswi SMA mengenai nyeri haid di Kecamatan Ngabang Kalimantan Barat.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengidentifikasi tingkat pengetahuan siswi SMA di Kecamatan Ngabang Kalimantan Barat mengenai pengertian nyeri haid.
- 2) Mengidentifikasi tingkat pengetahuan siswi SMA di Kecamatan Ngabang mengenai penyebab nyeri haid.
- 3) Mengidentifikasi tingkat pengetahuan siswi SMA di Kecamatan Ngabang mengenai cara mengatasi nyeri haid.

1.4 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan siswi SMA mengenai nyeri haid di Kecamatan Ngabang Kalimantan Barat?

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan siswi SMA mengenai nyeri haid di Kecamatan Ngabang mengenai nyeri haid dan dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa keperawatan sebagai acuan dalam memberikan edukasi mengenai nyeri haid dan cara mengatasinya.

1.5.2 Manfaat Praktis

- 1) Bagi siswi SMA diharapkan hasil penelitian ini dapat mengidentifikasi tingkat pengetahuan yang dimiliki mengenai nyeri haid.
- 2) Bagi peneliti Selanjutnya diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi bahan acuan dan dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa keperawatan sebagai bahan pertimbangan dalam memberikan edukasi mengenai nyeri haid dan cara mengatasinya.

