

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Pada perkembangan zaman saat ini ditemukan sebanyak 85% remaja putri khususnya yang berusia 15-18 tahun masih sangat rawan mengalami nyeri haid pada saat menstruasi (WHO, 2015). Menstruasi adalah pendarahan secara periodik dan siklis dari uterus yang disertai pelepasan *endometrium* yang terjadi secara berulang setiap bulan, kecuali pada saat terjadinya kehamilan. Menstruasi umumnya terjadi 3 - 7 hari, hanya sekitar 15% perempuan yang mengalami siklus menstruasi selama 28 hari. Saat datangnya periode haid banyak perempuan mengalami ketidaknyamanan fisik, salah satunya ialah rasa nyeri haid berat yang disebut *dysmenorrhea* (Ediningtyas, 2017).

Dysmenorrhea ialah kata yang berasal dari bahasa Yunani yaitu *dys* yang berarti sulit, nyeri, abnormal, *meno* yang berarti bulan, dan *rrhea* yang berarti aliran. Jika digabungkan akan memiliki arti siklus haid yang sulit atau nyeri pada saat haid (Gerzson *et al.*, 2014). Nyeri haid atau *dysmenorrhea* biasanya ditandai dengan rasa kram yang berpusat di abdomen bawah. Keluhan nyeri haid dapat terjadi bervariasi mulai dari yang ringan, sedang hingga berat. Nyeri haid adalah gejala yang kompleks yang terdiri dari kram perut bagian bawah yang menjalar ke punggung atau kaki. Biasanya disertai dengan gejala gastrointestinal dan neorologis, seperti kelemahan umum. Wanita yang mengalami nyeri haid juga sering disertai dengan sakit kepala, mual, muntah, sembelit atau diare, dan sering berkemih. Semua ini akan memengaruhi kesehatan dan produktivitas wanita. Sekitar 50% wanita yang sedang haid mengalami nyeri haid, dan 10% dari

mereka mengalami gejala yang sangat parah sehingga mereka memerlukan istirahat di tempat tidur. (Marleni, 2022).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), angka nyeri haid sangat tinggi di seluruh dunia, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalaminya. Di Amerika Serikat, hampir 90% perempuan mengalami nyeri haid, dan 10–15 persen dari mereka mengalami nyeri haid yang parah sehingga mereka tidak dapat melakukan apapun. Studi epidemiologi di Mesir menemukan bahwa 75% remaja perempuan pubertas mengalami *dysmenorrhea*, dan 20,3% tidak hadir di sekolah karena gejalanya yang parah. Di Swedia, 80% remaja usia 19–21 tahun mengalami nyeri haid, dan 15% perempuan mulai membatasi aktivitas harian mereka saat menstruasi dan membutuhkan obat untuk mengurangi nyeri haid. Akibatnya, sekitar 8–10% remaja tidak pergi ke sekolah atau mengikuti kelas. Angka kejadian nyeri haid di Indonesia juga sangat tinggi, sebesar 64,25%, terdiri dari 54,89% *dysmenorrhea* primer dan 9,36% *dysmenorrhea* sekunder (Oktaviana dkk., 2019).

Dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalami nyeri haid saat menstruasi, remaja yang mengalami nyeri haid menghabiskan lebih banyak hari libur dan kurang berprestasi di sekolah. Untuk mencegah hal-hal yang lebih berat, nyeri haid remaja harus ditangani secara mandiri. Karena ketidaknyamanan, remaja putri yang mengalami gangguan dalam aktivitas belajar akibat nyeri haid akan sulit berkonsentrasi. Oleh karena itu, untuk mencegah konsekuensi seperti yang disebutkan di atas, nyeri haid pada remaja harus ditangani dengan benar (Fachlevy, dkk., 2017).

Aktifitas fisik, lamanya menstruasi, pola makan, usia menarche, stres, dan kekurangan hemoglobin adalah beberapa faktor yang dapat menyebabkan nyeri

haid atau *dysmenorrhea*. Iskemia adalah keadaan di mana aliran darah ke organ tertentu berkurang, menyebabkan organ tersebut kekurangan oksigen. Tugas hemoglobin dalam sel darah merah adalah mengikat oksigen (O₂). Oleh karena itu, dengan banyaknya oksigen yang dapat diikat dan dibawa oleh sel darah merah, pasokan oksigen di seluruh tubuh dikurangi. Gejala penurunan kadar hemoglobin atau anemia termasuk kulit pucat, detak jantung meningkat, kesulitan bernafas, kurang tenaga atau cepat lelah, pusing, terutama saat berdiri, sakit kepala, siklus menstruasi yang tidak teratur, dan kuning pada kulit mata dan mulut. Untuk menentukan terjadinya penurunan hemoglobin atau anemia maka ditetapkan nilai normal kadar hemoglobin seorang perempuan ialah 12-16gr/dl. Apabila kadar hemoglobin kurang dari 12-16 gr/dl, maka disebut dengan anemia (Aldriana, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan dengan menggunakan google form (<https://forms.gle/EE6yknWqJsXz8oL8>) pada seluruh siswi yang berjumlah 650 di SMA Negeri 5 Denpasar didapatkan data yang menunjukkan bahwa siswi dari kelas 10, 11 dan 12 baik jurusan IPA atau IPS memiliki angka kejadian nyeri haid ialah sebanyak 100% dan menurut tingkatan nyeri dibagi lagi menjadi nyeri ringan sebanyak 45%, nyeri sedang sebanyak 35% dan nyeri berat sebanyak 20% yang diikuti dengan gejala seperti tidak bisa melakukan aktifitas pembelajaran dengan baik akibat kram perut, sakit kepala, mual dan gejala yang paling parah yaitu pingsan atau tidak berdaya dalam menahan nyeri.

Berdasarkan permasalahan yang telah dipaparkan, dapat diketahui bahwa prevalensi kejadian nyeri haid atau *dysmenorrhea* pada perempuan yang masih sekolah khususnya di SMA Negeri 5 Denpasar masih banyak terjadi dan sangat sering diabaikan atau disepelekan. Maka dari itu peneliti berkeinginan dan

tertarik untuk melakukan penelitian yang mengangkat permasalahan terhadap Studi Kadar Hemoglobin dan Derajat Nyeri Haid Pada Siswi SMA Negeri 5 Denpasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil uraian pada latar belakang diatas maka permasalahan yang ingin diteliti adalah bagaimana kadar hemoglobin dan derajat nyeri haid pada siswi SMA Negeri 5 Denpasar?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui derajat nyeri haid dan kadar hemoglobin pada siswi SMA Negeri 5 Denpasar.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengukur kadar hemoglobin pada siswi SMA Negeri 5 Denpasar
- b. Untuk menentukan derajat nyeri haid pada siswi SMA Negeri 5 Denpasar
- c. Untuk menggambarkan derajat nyeri haid berdasarkan kadar hemoglobin pada siswi SMA Negeri 5 Denpasar

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi yang berkaitan dengan kadar hemoglobin dan derajat nyeri haid. Selain itu, dapat digunakan sebagai tambahan bahan pustaka dan menambah sumber bacaan untuk memperkaya pengetahuan bagi pembaca. Serta dapat juga dijadikan sebagai data dasar untuk penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat praktis

a. Manfaat untuk peneliti

Memberikan pengalaman maupun pengetahuan mengenai kadar hemoglobin dan derajat nyeri haid serta dapat digunakan sebagai masukan atau referensi dalam bidang Hematologi.

b. Manfaat untuk instansi

Diharapkan dapat memberikan informasi mengenai nyeri haid atau *dysmenorrhea* dalam menangani nyeri haid, sehingga mampu menjadi upaya pencegahan bagi pihak sekolah agar kedepannya siswi-siswi yang mengalami nyeri haid lebih diperhatikan lagi terkait kondisi mereka.