

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

World Health Organization mendefinisikan bahwa remaja adalah individu yang berada pada rentang usia 10–19 tahun dan remaja akan mengalami pertumbuhan fisik, kognitif, serta psikososial yang pesat. Pada fase ini, remaja mulai mengalami pematangan organ reproduksi yang menjadi bagian penting dari perkembangan kesehatan reproduksi, khususnya pada remaja putri yang ditandai dengan terjadinya menstruasi pertama atau *menarche*. (WHO, 2022)

Penelitian yang dilakukan oleh Paraningtyas, dkk (2025) menyatakan bahwa menstruasi merupakan fisiologis perempuan ketika memasuki usia pubertas. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menjelaskan bahwa menstruasi terjadi akibat peluruhan lapisan endometrium yang berlangsung secara periodik dan dipengaruhi oleh keseimbangan hormon reproduksi, terutama estrogen dan progesteron. Meskipun menstruasi merupakan proses alamiah, pada sebagian remaja putri kondisi ini sering disertai dengan berbagai keluhan fisik maupun emosional yang dapat mengganggu kenyamanan dan aktivitas sehari-hari. Salah satu keluhan yang paling sering dialami adalah nyeri haid atau yang dikenal dengan istilah *dismenorea* (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Penelitian dari Maringga, dkk (2025) menyatakan bahwa *dismenorea* primer disebabkan oleh hormon prostaglandin, semakin tinggi kadar prostaglandin maka kontraksi akan semakin kuat sehingga rasa nyeri yang dirasakan juga semakin kuat. Pada saat menstruasi, wanita dengan status gizi tidak normal akan memiliki peluang lebih besar untuk mengalami *dismenorea*. Di dalam tubuh individu dengan

status gizi lebih dari normal terdapat jaringan lemak berlebihan yang dapat meningkatkan hiperplasi pembuluh darah pada organ reproduksi wanita sehingga darah yang seharusnya mengalir pada saat proses menstruasi akan terganggu dan timbul *dismenorea*. Status gizi kurang dari normal dapat mengakibatkan penurunan hormon gonadotropin. Penurunan hormon gonadotropin menyebabkan sekresi *luteinizing hormone (LH)* dan *follicle stimulating hormone (FSH)* juga menurun. Pada keadaan tersebut akan terjadi ketidakseimbangan produksi estrogen dan menyebabkan terbentuknya prostaglandin. Ketika prostaglandin bertambah banyak dapat menyebabkan *dismenorea* atau kram perut bagian bawah sehingga terjadi nyeri (Itani et al., 2022)

Secara global, *World Health Organization* melaporkan bahwa angka kejadian *dismenorea* adalah 1.769.425 (90%) dimana 10-15% di antaranya mengalami *dismenorea* tinggi. Berdasarkan data yang di dapatkan oleh Permata & Hajma (2023) umumnya lebih dari 50% semua negara wanita akan mengalami *dismenorea* (Astuti, dkk 2025). Di Amerika Serikat diperkirakan kejadian *dismenorea* sebanyak 45-90%. Pada remaja kejadian *dismenorea* bisa dilaporkan sebanyak 92%. Sementara, di Indonesia, sekitar 55% wanita produktif menderita *dismenorea* sehingga dapat membuat remaja tidak masuk sekolah. Berdasarkan data tersebut, *dismenorea* merupakan masalah kesehatan reproduksi yang umum dialami oleh remaja putri (Saud, 2022).

Di tingkat daerah, penelitian di Provinsi Bali menunjukkan bahwa *dismenorea* merupakan salah satu keluhan menstruasi yang paling sering dialami oleh remaja putri. Hasil penelitian oleh Silaen, dkk (2019) menunjukkan bahwa prevalensi *dismenorea* pada remaja putri di Denpasar mencapai 74,42% dengan

mayoritas merupakan *dismenorea* primer. Meskipun demikian, hingga saat ini data statistik resmi yang secara spesifik mencatat prevalensi *dismenorea* pada remaja putri di Kota Denpasar belum tersedia dalam publikasi rutin seperti Riskesdas, Profil Kesehatan Daerah, maupun Statistik Pemuda. Data yang tersedia umumnya masih bersifat umum dan belum mengelompokkan gangguan menstruasi secara rinci. Keterbatasan data ini menunjukkan perlunya penelitian berbasis sekolah untuk memperoleh gambaran yang lebih jelas mengenai kondisi *dismenorea* pada remaja putri (BPS Provinsi Bali, 2024; Kementerian Kesehatan RI, 2024)..

Keluhan *dismenorea* menyebabkan banyak remaja putri pergi ke dokter untuk berkonsultasi dan berobat. Nyeri yang dirasakan sebelum dan saat menstruasi seringkali disertai dengan rasa mual, pusing dan lemas (Trisnawati & Mulyandari, 2020). Rasa sakit ini sangat hebat sehingga memaksa penderitanya untuk beristirahat, perempuan sering meninggalkan pekerjaan, dan banyak remaja putri yang putus sekolah, menjauh untuk mengikuti pembelajaran sehingga kegiatan belajar dapat terganggu dan menyebabkan kemampuan konsentrasi melemah atau bahkan tidak ada, dan materi yang diberikan pada saat pembelajaran terus menerus tidak boleh dilewati oleh remaja putri yang menderita gangguan menstruasi (Idaningsih, 2020). Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menyatakan bahwa gangguan kesehatan reproduksi pada remaja, termasuk *dismenorea*, berpotensi menurunkan kualitas hidup dan produktivitas remaja apabila tidak ditangani secara tepat dan berkelanjutan (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Salah satu faktor yang berperan penting dalam upaya pencegahan dan penanganan *dismenorea* adalah tingkat pengetahuan remaja putri. Pengetahuan yang memadai mengenai menstruasi dan *dismenorea* dapat membantu remaja

dalam memahami perubahan yang terjadi pada tubuhnya, mengurangi kecemasan, serta mendorong sikap yang lebih positif terhadap menstruasi (Elsera dkk, 2022). *World Health Organization* menyatakan bahwa pengetahuan dan pemahaman yang memadai mengenai kesehatan reproduksi berperan penting dalam membentuk perilaku sehat serta meningkatkan kemampuan individu dalam mengenali dan mengatasi permasalahan kesehatan sejak dini (WHO, 2022). Remaja putri dengan tingkat pengetahuan yang baik diharapkan mampu memahami proses menstruasi, mengenali tanda dan gejala *dysmenorrhea*, melakukan upaya penanganan sederhana secara mandiri, serta mencari bantuan tenaga kesehatan apabila nyeri yang dialami mengganggu aktivitas sehari-hari (Mardiyah, dkk 2024)

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sarumaha (2021) sebagaimana dikutip dalam Djailani (2023) menunjukkan bahwa sebesar 47,1% siswi SMP memiliki tingkat pengetahuan kurang. Kurangnya pengetahuan remaja putri mengenai *dysmenorrhea* mengindikasikan bahwa remaja putri belum memahami secara optimal upaya penanganan *dysmenorrhea*. Sekolah sebagai institusi pendidikan memiliki peran strategis dalam meningkatkan pengetahuan dan kesadaran remaja mengenai kesehatan reproduksi. Lingkungan sekolah merupakan tempat yang efektif untuk memberikan edukasi kesehatan reproduksi yang benar, terarah, dan berkelanjutan karena menjangkau remaja secara langsung dalam jumlah yang besar. Melalui kegiatan pendidikan kesehatan di sekolah, informasi yang benar mengenai menstruasi dan *dysmenorrhea* dapat disampaikan secara sistematis sesuai dengan tahap perkembangan remaja. Edukasi yang tepat di lingkungan sekolah diharapkan mampu membentuk sikap positif remaja terhadap kesehatan reproduksi serta mendorong perilaku hidup sehat sejak dini (Jaelani, 2023).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 26 Januari 2026 di SMP Widya Sastra Taruna Sanur melalui wawancara informal dengan guru dan pembina UKS, diperoleh informasi bahwa masih terdapat beberapa siswi yang mengalami *dismenorea* setiap bulannya. Keluhan *dismenorea* tersebut menyebabkan sebagian siswi tidak mengikuti kegiatan pembelajaran terutama pelajaran olahraga, serta ada yang meminta izin untuk beristirahat di UKS saat menstruasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa *dismenorea* masih menjadi permasalahan kesehatan reproduksi yang dialami oleh remaja putri di lingkungan sekolah.

Berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai gambaran pengetahuan remaja putri tentang *dismenorea* primer di SMP Widya Sastra Taruna Sanur sebagai upaya untuk memperoleh informasi yang dapat digunakan dalam perencanaan intervensi edukatif yang sesuai dengan kebutuhan remaja.

B. Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, didapatkan rumusan masalah yaitu “bagaimana gambaran pengetahuan remaja putri tentang *dismenorea* primer di Sekolah Menengah Pertama Widya Sastra Taruna Sanur?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini yaitu untuk memperoleh gambaran mengenai tingkat pengetahuan remaja putri tentang *dismenorea* primer

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan pengetahuan remaja putri terkait pengertian *dismenorea* primer di Sekolah Menengah Pertama Widya Sastra Taruna Sanur Tahun 2026
- b. Mendeskripsikan pengetahuan remaja putri mengenai faktor penyebab *dismenorea* primer di Sekolah Menengah Pertama Widya Sastra Taruna Sanur Tahun 2026
- c. Mendeskripsikan pengetahuan remaja putri tentang tanda dan gejala yang muncul pada *dismenorea* primer di Sekolah Menengah Pertama Widya Sastra Taruna Sanur Tahun 2026
- d. Mendeskripsikan pengetahuan remaja putri mengenai dampak *dismenorea* primer di Sekolah Menengah Pertama Widya Sastra Taruna Sanur Tahun 2026
- e. Mendeskripsikan pengetahuan remaja putri terkait penanganan *dismenorea* primer, baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis di Sekolah Menengah Pertama Widya Sastra Taruna Sanur Tahun 2026

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu pengetahuan, khususnya di bidang kesehatan reproduksi remaja serta menjadi referensi ilmiah mengenai *dismenorea* primer

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan memberikan pengalaman baru bagi peneliti mengenai gambaran pengetahuan remaja putri tentang *dismenorea* primer

b. Bagi tempat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan bagi sekolah khususnya untuk tim kesehatan yang ada di sekolah dalam melakukan penanganan dalam mengurangi *dismenorea* primer untuk meminimalkan gangguan aktivitas sehari-hari yang terjadi pada siswi ketika sedang mengalami *dismenorea* primer

c. Bagi responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi yang bermanfaat untuk meningkatkan pemahaman remaja putri tentang *dismenorea* primer sehingga mampu melakukan penanganan yang tepat saat mengalami *dismenorea*

d. Bagi pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan edukasi dan promosi kesehatan mengenai *dismenorea* primer pada remaja putri sehingga dapat membantu penanganan *dismenorea* secara tepat.

