

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu tahap dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada remaja putri terjadi suatu perubahan fisik yaitu perubahan organ-organ reproduksi yang ditandai dengan datangnya menstruasi (Andriyani et al., 2017). Menstruasi adalah masa perdarahan yang terjadi pada perempuan secara rutin setiap bulan selama masa suburnya, kecuali apabila terjadi kehamilan (Febrianti & Muslim, 2018). Menstruasi terjadi karena tidak ada pembuahan sel telur oleh sperma, sehingga lapisan dinding rahim (endometrium) yang sudah menebal untuk persiapan kehamilan menjadi luruh. Jika seorang wanita tidak mengalami kehamilan, maka siklus menstruasi akan terjadi setiap bulannya (E. Sinaga et al., 2017).

Pada saat pertama kali menjelang menstruasi dan saat menstruasi terjadi, kebanyakan perempuan akan merasakan rasa nyeri pada perutnya. Ini merupakan hal yang sudah wajar, karena terjadinya peluruhan lapisan endometrium pada dinding rahim. Pada umumnya, rasa nyeri yang dirasakan oleh setiap perempuan berbeda-beda. Rasa nyeri yang timbul ini biasanya dikenal dengan nama dismenore (Febrianti & Muslim, 2018).

Dismenore disebut juga kram menstruasi atau nyeri menstruasi. Dalam bahasa Inggris, dismenore sering disebut sebagai "*painful period*" atau menstruasi yang menyakitkan. Nyeri juga dapat disertai dengan kram perut. Kram atau nyeri tersebut berasal dari kontraksi otot rahim yang sangat intens pada saat mengeluarkan darah menstruasi dari dalam rahim. Kontraksi otot yang intens ini

menyebabkan otot-otot menegang dan dapat menimbulkan kram atau rasa sakit. Ketegangan otot ini tidak hanya terjadi pada bagian perut, tetapi juga pada otot-otot penunjang yang terdapat di bagian punggung bawah, pinggang, panggul, paha hingga betis (E. Sinaga et al., 2017).

Data dari WHO dalam penelitian Fitri & Ariesthi (2020), didapatkan sebanyak 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenorea. Prevalensi dismenore di Palestina adalah 846 (85,1%) melaporkan mengalami nyeri saat menstruasi atau dismenore (Abu Helwa et al., 2018). Di Ghana, prevalensi dismenore adalah 68,1% dengan sepertiga menyatakan nyeri mereka parah. Rasa sakit saat menstruasi berpengaruh negatif terhadap aktivitas fisik sehari-hari (22,5%), kehadiran di sekolah (6,9%), konsentrasi selama jam pelajaran (27,9%), dan prestasi akademik (31,1%) responden (Acheampong et al., 2019). Prevalensi penderita dismenore di Indonesia adalah sebesar 64,5% dengan kasus terbanyak ditemukan pada usia remaja, yaitu usia 17-24 tahun. Di Bali remaja putri yang mengalami kejadian dismenore sebesar 74,42% dan sebesar 81,25% merupakan dismenore derajat ringan, 6,25% derajat sedang, dan 12,5% derajat berat (Silaen, R. Ani, L. Putri, 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Fitri dan Ariesthi (2020), Dismenore berpengaruh atau berdampak pada aktivitas belajar yaitu sebesar 87,5% diantaranya mengalami gangguan aktivitas belajar (Fitri & Ariesthi, 2020). Gangguan dismenore dikatakan bersifat ringan apabila nyeri terjadi hanya sebentar, tidak memerlukan obat untuk menghilangkan nyeri, dan nyeri tersebut tidak mengganggu aktivitas sehari-hari. Dismenore sedang ditandai dengan diperlukannya obat-obatan untuk menghilangkan rasa sakit, namun remaja masih tetap bisa melakukan aktivitas

seperti biasa. Dismenore dengan derajat kesakitan berat ditandai dengan rasa sakit hebat yang mengakibatkan remaja tidak mampu melakukan aktivitas hariannya (Silaen, R. Ani, L. Putri, 2019).

Dismenore dapat ditangani dengan upaya pengobatan farmakologis dan non farmakologi. Penanganan farmakologis yang masih sebatas pemberian obat penghilang nyeri yaitu dengan obat anti-inflamasi non-steroid (*OAINS*) adalah pengobatan utama yang dipilih oleh wanita yang mengalami dismenore. *OAINS* seperti ibuprofen, asam mefenamat, naproxen, ketoprofen, celecoxib, dan diklofenak akan mengurangi nyeri haid namun dalam jangka waktu lama tentu saja memiliki efek samping yang berbahaya bagi kesehatan perempuan yaitu menyebabkan efek samping pada tiga sistem organ yaitu saluran cerna, ginjal dan hati (W. P. Sari et al., 2018). Sedangkan penanganan non farmakologis yaitu teknik relaksasi nafas dalam, kompres air hangat, pemijatan, beristirahat atau tidur, beraktivitas atau berolahraga, aroma terapi, terapi musik dan mengonsumsi air putih. Penelitian yang dilakukan oleh Rustam (2015), diketahui responden melakukan tindakan nonfarmakologi dalam menanggulangi dismenore disebabkan karena tindakan tersebut dapat dilakukan langsung ketika responden merasakan dismenore dan tindakan tersebut mudah dilakukan dengan biaya yang minim (Rustam, 2015).

Upaya pemerintah dalam menghadapi kesehatan remaja diatur dalam UU nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan, mencantumkan tentang kesehatan reproduksi pada bagian keenam pasal 71 sampai dengan pasal 77. Pada pasal 71 ayat 3 menyatakan bahwa kesehatan reproduksi dilaksanakan melalui kegiatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitative. Salah satu upaya tersebut

dibentuknya program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang berkembang sejak tahun 2003. Pemerintah memperhatikan kesehatan pelajar dengan mewujudkannya pelayanan kesehatan di sekolah dengan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) bahwa kesehatan sekolah diselenggarakan untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat peserta didik dalam lingkungan hidup sehat sehingga peserta didik dapat belajar, tumbuh, dan berkembang secara harmonis dan setinggi-tingginya menjadi sumber daya manusia yang berkualitas (Kemenkes RI, 2015).

Pada tahun 2020 wabah Covid-19 menyerang masyarakat Indonesia bahkan ke seluruh penduduk di dunia yang merupakan masalah global dan nasional. Penyebaran Covid-19 yang begitu cepat dan mematikan dengan penularan melalui kontak fisik ditularkan melalui mulut, mata dan hidung. Covid-19 berdampak pada kehidupan social dan melemahnya ekonomi masyarakat (Syafrida & Hartati, 2020). Sesuai keputusan dari Menteri Pendidikan dan Kebudayaan, Menteri Keagamaan, Menteri Kesehatan, dan Menteri Dalam Negeri pada surat Nomor 01/Kb/2020, 516, Hk.03.01/Menkes/363/2020, 440-882 Tahun 2020 Tentang Panduan Penyelenggaraan Pembelajaran Pada Tahun Ajaran 2020/2021 Dan Tahun Akademik 2020/2021 di Masa Pandemi Corona Virus Disease 2019 (Covid-19), satuan Pendidikan melakukan proses pembelajaran dengan kegiatan belajar dari rumah. Situasi ini mengakibatkan untuk membatasi mobilitas fisik atau kegiatan di luar rumah dan dianjurkan untuk melakukannya di rumah. Hal ini bertujuan untuk membatasi penyebaran virus covid-19.

Sebelum masa pandemi Covid-19 penelitian yang dilakukan oleh Rustam (2015), didapatkan sebagian besar perilaku responden dalam menangani dismenore

yaitu dengan menggunakan teknik farmakologi dengan cara membeli obat jadi yang tersedia dan beredar di apotek sebanyak 54,35% dengan alasan obat yang digunakan responden untuk menanggulangi dismenore cepat menghilangkan nyeri. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Febrina (2021), yang dilakukan pada saat masa pandemi Covid-19 didapatkan hasil sebagian besar 71,0% responden menggunakan teknik non farmakologi untuk mengatasi dismenore, hal ini dikarenakan disituasi pandemi Covid-19 teknik non farmakologi mudah dilakukan dan didapat.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMAN 1 Tabanan, didapatkan hasil dari data pengisian google form oleh siswi SMAN 1 Tabanan terdapat sebanyak 388 siswi mengalami dismenore, 13 siswi mengalami nyeri berat sehingga mengganggu aktivitas, sebanyak 247 siswi mengalami nyeri sedang dan 128 siswi mengalami nyeri ringan, 4 siswi pernah ditangani di bagian program UKS karena nyeri berat.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Gambaran Perilaku Remaja Putri Menangani Dismenore dengan Teknik Non Farmakologi di SMAN 1 Tabanan pada Masa Pandemi Covid-19 Tahun 2021”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut “Bagaimanakah Gambaran Perilaku Remaja Putri Menangani Dismenore dengan Teknik Non Farmakologi di SMAN 1 Tabanan pada Masa Pandemi Covid-19 tahun 2021?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui perilaku remaja putri dalam menangani dismenore dengan teknik non farmakologi pada masa pandemi covid-19 tahun 2021.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat pengetahuan remaja putri dalam menangani dismenore dengan teknik non farmakologi
- b. Mengidentifikasi sikap remaja putri dalam menangani dismenore dengan teknik non farmakologi
- c. Mengidentifikasi persentase tindakan non farmakologi yang dilakukan remaja putri dalam menangani dismenore.

3. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan digunakan sebagai informasi ilmiah di bidang keperawatan khususnya Keperawatan Maternitas. Selain itu, diharapkan dapat dijadikan acuan dan sumber bahan kajian untuk peneliti berikutnya yang berhubungan dengan perilaku remaja putri menangani dismenore dengan teknik non farmakologi pada masa pandemic covid-19.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Penulis

Menambah wawasan serta pengalaman peneliti dalam merancang dan melakukan suatu penelitian.

b. Bagi Remaja

Hasil penelitian ini diharapkan menambah wawasan untuk masyarakat khususnya remaja putri yang mengalami dismenore agar dapat menerapkan teknik non farmakologi untuk menangani dismenore di masa pandemic covid-19.

c. Bagi Sekolah

Memberi informasi kepada sekolah dalam memberikan pelayanan kepada remaja putri sebagai acuan dalam memberikan pendidikan kesehatan khususnya dismenore serta cara menanganinya.