

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar belakang

Permasalahan kesehatan dalam reproduksi khususnya pada remaja putri merupakan permasalahan yang masih dibutuhkan kepedulian secara nasional, dimana kebutuhan terhadap kesehatan reproduksi ialah kasus dunia. Kesehatan reproduksi pada remaja terdiri dari permasalahan seksual serta seluruh aspek reproduksi seperti, perkembangan seks sekunder yang dibagi jadi perubahan suara jadi lembut, buah dada yang mengalami perkembangan jadi lebih besar, terjadi pembesaran panggul serta terjadi haid pertama atau *menarche* (Nurwana dkk., 2017).

Muncul beberapa perubahan saat menstruasi biasanya pada fisik dan psikis baik menjelang atau saat menstruasi, penyebabnya karena dipengaruhi oleh hormonal. Saat menstruasi ada keluhan yang sering terjadi diantaranya nyeri punggung, nyeri kepala, perut mulas, merasa nyeri pada payudara, lemas, mudah tersinggung, sulit berkonsentrasi, sulit tidur dan ada sebagian yang mengalami nyeri pada perut atau dismenorea (Sinaga dkk., 2017).

Dismenorea merupakan nyeri yang diakibatkan karena terdapatnya kontraksi miometrium dikala haid. Nyeri yang dialami terdapat pada perut yang terletak pada bagian bawah serta dialami mirip semacam nyeri waktu persalinan, keguguran ataupun abortus walaupun dialami lebih ringan (Lee & Matthewman, 2019). Dismenorea kerap terjadi dengan diisyarati kondisi fisik ialah nyeri yang menjalar ke paha, kebagian punggung bawah serta umumnya apabila telah berat diiringi diare, mual, muntah serta berkeringat. Kondisi psikis yang terganggu akibat dismenorea bisa menimbulkan emosional, ketegangan, perasaan asing serta tidak aman yang umumnya pengaruhi keahlian dalam akademik (Lestari, 2013).

Angka kejadian dismenorea menurut WHO 2018 (dalam Ariyanti dkk., 2020) wanita di dunia mengalami dismenorea lebih dari 50% disetiap negaranya. Di Indonesia terjadi 55% wanita mengalami dismenorea (Kamaruddin dkk., 2020). Di Jawa Barat angka dismenorea yang dialami oleh wanita sebesar 54,9%

(Nurhasanah, 2019). Kejadian dismenorea primer di Kabupaten Sumedang berdasarkan informasi yang didapatkan dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang belum memiliki data khusus dismenorea. Peneliti melaksanakan survey di SMAN Situraja untuk melihat angka kejadian dismenorea serta didapatkan hasil siswi kelas X dan XI dengan jumlah keseluruhan 494 terdapat yang mengalami dismenorea sebanyak 387 siswi.

Dismenorea dibagi jadi dismenorea primer yang berlangsung tanpa disadari faktor patologis serta dismenorea sekunder disadari terdapatnya patologis semacam endometriosis (Lee & Matthewman, 2019). Nyeri pada dismenorea primer diakibatkan karena terdapatnya kenaikan prostaglandin serta nyeri pada dismenorea sekunder diakibatkan karena terdapatnya peradangan dibagian tuba falopi, pemakaian IUD, serta terdapatnya perlengketan organ-organ di dalam perut (Wolff & Yauri, 2018). Dismenorea ini diakibatkan karena beberapa aspek yakni karena kegiatan fisik yang rendah ataupun tidak sering olah raga, riwayat keluarga, konsumsi santapan cepat saji yang sangat sering, stress yang tinggi, merokok, menarche dini kurang dari 11 tahun, haid yang lama, serta konsumsi alkohol (Ediningtyas dkk., 2019). Pada umur remaja akhir mengarah dewasa ialah puncak peristiwa dismenorea primer yakni pada umur 15- 25 tahun (Tsamara dkk., 2020).

Dismenorea ini dapat dilakukan dengan perawatan diri atau selfcare. Selfcare ialah aktivitas yang dilakukan seseorang untuk melaksanakan perawatan diri secara mandiri untuk mempertahankan kehidupan, kesehatan serta kesejahteraan (Alligood, 2014). Perawatan diri sangat penting dilakukan pada saat mengalami dismenorea karena jika tidak dilakukan perawatan diri akan mengakibatkan terganggunya dalam kegiatan remaja semacam mengganggu proses pembelajaran menyebabkan tidak fokus, tidak nyaman serta banyak remaja yang tidak masuk sekolah sehingga dengan peristiwa dismenorea ini bisa berakibat pada mutu hidup sehari- hari, serta produktivitas akademik menurun (Hu dkk., 2020).

Berdasarkan penelitian Fitri & Ariesthi, (2020) mahasiswa dengan dismenorea mengalami gangguan dalam aktivitas belajar yaitu sebanyak 87,5%.

Selain dampak yang ditimbulkan dapat mengganggu kegiatan sehari-hari tetapi akan menyebabkan masalah jika tidak dilakukan perawatan diri dengan baik seperti masalah yang akan memperparah diri yaitu mengalami kejadian pingsan. Berdasarkan penelitian Fatmawati dkk., (2016) terdapat siswi dengan dismenorea mengalami kejadian pingsan yaitu sebanyak 9,67%. Jika perawatan diri tidak dilakukan dan nyeri yang dirasakan setiap menstruasi selalu menyiksa hingga tidak bisa beraktivitas akan menyebabkan gangguan seperti myoma pada rahim (Ammar, 2016). Gangguan lain yang dapat terjadi adalah infertilitas, infeksi, kista, bahkan terjadi konflik emosional merasa tidak nyaman dan menyebabkan perasaan terisolasi (Nugroho dkk., 2019).

Menurut Galuh Amaranggita dkk., (2020) penanganan dismenorea dibagi jadi farmakologi ataupun dengan obat-obatan serta non farmakologi semacam dengan kompres hangat, yoga, latihan fisik (exercise), mendengarkan musik, pijat, relaksasi serta tidur yang cukup. Tidak hanya itu non farmakologi bisa dicoba dengan pemberian tumbuhan obat ataupun racikan herbal semacam tapak limat, kunyit, jahe, sidaguri serta temu putih yang bisa mengurangi nyeri serta melancarkan haid (Wulandari & Sari, 2018). Ada pula farmakologi ataupun obat-obatan yang digunakan untuk nyeri dikala haid merupakan analgesik non narkotik semacam aspirin, asam mefenamat serta yang lain (Indijah & Fajri, 2016). Tidak hanya analgesik ada pula obat yang dapat dikonsumsi untuk mengurangi nyeri dikala haid ialah dengan pengobatan hormonal serta obat non steroid anti prostaglandin semacam naproksen, indometasin, serta ibuprofen (Sandra, 2015).

Penelitian sebelumnya menurut Tsamara dkk., (2020) menyatakan terdapat sebuah hubungan diantara tingkat stress, aktivitas pada fisik, dan mengkonsumsi makanan cepat saji dengan dismenorea. Penelitian Dewi dkk., (2018) menyatakan bahwa kualitas para remaja yang mengalami dismenorea di SMK 2 Sumedang rendah. Penelitian Andriyani dkk., (2017) menyatakan bahwa pengetahuan remaja Madya tentang dismenorea ada 115 orang atau 55,8% dengan kategori baik, 22 orang atau 10,7% kategori cukup dan 69 orang dengan 33,5% kategori kurang.

Penelitian Februanti, (2017) menyatakan bahwa remaja SMPN 9 Tasikmalaya kelas VIII mengetahui penanganan untuk mengatasi dismenorea seperti yang mengetahui penanganan dengan pemanasan ada 30 orang dengan kategori baik (48,4%), mengetahui penanganan dengan sebuah obat penghilang nyeri ada 45 orang dengan kategori baik (72,6%), mengetahui penanganan dengan melakukan peregangan 24 orang dengan kategori kurang (38,7%), mengetahui penanganan dengan tidak mengkonsumsi kafein 38 orang dengan kategori yang baik (61,3%), mengetahui penanganan dengan asupan yang mengandung gizi yang baik 38 orang dengan kategori baik (61,3%), mengetahui penanganan dengan lain-lain 32 orang dengan kategori yang baik (51,6%). Penelitian ini memiliki pembeda dari penelitian sebelumnya yaitu meneliti mengenai gambaran perawatan diri remaja putri dalam penatalaksanaan dismenorea primer.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan melakukan wawancara kepada 10 siswi menyatakan mengalami dismenorea dengan skala nyeri ringan sampai ada yang mengalami nyeri berat. Hasil wawancara didapatkan keluhan karena adanya dismenorea menjadi tidak nyaman, tidak fokus belajar sehingga tidak mengerti mengenai materi yang dijelaskan oleh guru ditambah dengan masa belajar di rumah yang semakin tidak fokus mengikuti pembelajaran. Penanganan yang dilakukan ada yang menangani dengan minyak kayu putih, minum obat dan didiamkan. Berdasarkan studi kasus tersebut peneliti tertarik meneliti “Gambaran Perawatan Diri Remaja Putri dalam Penatalaksanaan Dismenorea Primer”.

1.2. Perumusan masalah penelitian

Berdasarkan permasalahan yang sudah dijelaskan, sehingga dapat dibuat rumusan masalah pada penelitian adalah “Bagaimana gambaran perawatan diri remaja putri dalam penatalaksanaan dismenorea primer?”.

1.3. Tujuan penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran perawatan diri remaja putri dalam penatalaksanaan dismenorea primer.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui gambaran perawatan diri remaja putri dalam penatalaksanaan dismenorea primer dengan mandiri.
2. Untuk mengetahui gambaran perawatan diri remaja putri dalam penatalaksanaan dismenorea primer dengan dibantu sebagian.
3. Untuk mengetahui gambaran perawatan diri remaja putri dalam penatalaksanaan dismenorea primer dengan dibantu total.

1.4. Manfaat penelitian

1.4.1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat memberikan gambaran pada responden mengenai perawatan diri remaja putri dalam penatalaksanaan dismenorea primer.

1.4.2. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini dapat menjadi data dan sumber informasi bagi tenaga kesehatan mengenai gambaran perawatan diri yang dilakukan remaja putri dalam penatalaksanaan dismenorea primer.

1.4.3. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini untuk institusi dapat menambah kepustakaan dan dijadikan sebagai sumber referensi baru yang dapat dipelajari mahasiswa.

1.4.4. Bagi Pengembang Selanjutnya

Hasil penelitian dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya yang mengembangkan penelitian berhubungan dengan perawatan diri remaja putri dalam penatalaksanaan dismenorea primer.