

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dysmenorrhea primer adalah rasa sakit saat berlangsungnya menstruasi yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Nyeri haid terjadi karena penyempitan disritmik dari lapisan *myometrium* yang menyebabkan manifestasi, misalnya rasa sakit yang lebih ringan hingga rasa sakit yang parah (Dwimisti et al., 2024). Nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) didefinisikan sebagai kram menstruasi yang menyakitkan yang berasal dari rahim, dan dianggap sebagai salah satu gangguan ginekologis yang paling umum di kalangan wanita (Itani et al., 2022).

Dysmenorrhea primer dapat menimbulkan gejala antara lain diare, muntah, mual, emosi yang tidak stabil, dan sakit kepala. Gejala seperti ini timbul ada yang sebelum haid dan sedikit demi sedikit hilang ketika darah haid keluar, dan ada yang timbul sebelum haid dan hilang setelah menstruasi selesai (Dwimisti et al., 2024).

Kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) banyak dianggap remaja putri sebagai hal yang biasa dirasakan pada saat menstruasi, padahal *dysmenorrhea* akut bisa mengakibatkan gangguan kesehatan lainnya dan juga gangguan psikologis, sehingga banyak remaja putri yang tidak menyadari kalau mereka sebenarnya terkena *dysmenorrhea*, karena menganggap perasaan nyeri dan kram perut yang dirasakan saat menstruasi ini merupakan hal yang biasa atau

lumrah terjadi saat menstruasi (Sari et al., 2022).

Mahasiswi yang mengalami nyeri haid (*dysmenorrhea Primer*) akan mengalami gangguan konsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan sehingga membuat proses belajar mengajar terganggu, serta sulit untuk beraktivitas secara normal. *Dysmenorrhea primer* termasuk salah satu keluhan terkait menstruasi yang banyak dialami oleh wanita (Munir et al., 2024).

Terdapat beberapa faktor risiko yang dapat menyebabkan nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) yaitu usia menarche, siklus menstruasi, lama menstruasi, tingkat stres, pola makan dan riwayat keluarga. Usia *menarche* yang terlalu dini memiliki risiko yang lebih tinggi dengan kejadian *dysmenorrhea primer*, karena organ-organ reproduksi belum berkembang secara maksimal dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit pada saat menstruasi (Sari et al., 2023).

Selain usia *menarche*, faktor lainnya yang dapat menyebabkan terjadinya nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) adalah siklus menstruasi. *Dysmenorrhea primer* atau nyeri haid dapat muncul karena terjadinya siklus menstruasi tidak teratur setiap bulannya, dimana kemungkinan tingkat nyeri yang dirasakan pada siklus menstruasi tidak teratur makin besar. Hal ini disebabkan karena adanya ketidakseimbangan hormon prostaglandin di awal menstruasi sehingga menimbulkan kontraksi yang begitu kuat dan sering terjadi pada otot uterus (Aulia & Pinem, 2023).

Lama menstruasi yang lebih panjang juga dapat menyebabkan terjadinya *dysmenorrhea primer*, ini disebabkan karena terdapat kontraksi otot uterus yang berlebihan, serta memiliki sensitivitas tinggi terhadap produksi hormon (Salamah et al., 2023).

Tingkat stres juga merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan *dysmenorrhea primer* karena kondisi stres akan menyebabkan respon *nueroendokerin* lalu meningkatkan kontraksi *myometrium* dan kontraksi pembuluh darah uterus yang menyebabkan terjadinya *hipoksemia* dan *dysmenorrhea primer* (Kasma et al., 2024).

Pola makan yang sering menimbulkan *dysmenorrhea primer* adalah pola konsumsi makanan cepat saji (*junk food*). Kandungan asam lemak yang tinggi didalam makanan *junk food* dapat mengganggu metabolisme progesteron pada fase luteal dari siklus menstruasi yang berakibat dapat menyebabkan timbulnya rasa nyeri saat terjadinya menstruasi atau *dysmenorrhea primer* (Oktami et al., 2023).

Riwayat keluarga juga dapat mempengaruhi tingkat keparahan *dysmenorrhea primer*. Biasanya di dalam satu keluarga memiliki kondisi fisik dan anatomi fisiologis yang cenderung sama. Keseragaman tersebutlah yang memungkinkan adanya hubungan riwayat keluarga dengan penyakit atau suatu masalah kesehatan yang mana dalam penelitian ini adalah *dysmenorrhea primer* (Salamah et al., 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka *dysmenorrhea* di dunia sangat besar rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami *dysmenorrhea*. Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dysmenorrhea*, dimana 10-15% mengalami *dysmenorrhea* berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Di Amerika diperkirakan perempuan kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan akibat *dysmenorrhea*. *Dysmenorrhea* menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak hadir di sekolah atau perkuliahan dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari (Mouliza, 2020).

Di Indonesia angka kejadian *dysmenorrhea* atau nyeri haid cukup signifikan yaitu sekitar 60-70% wanita di Indonesia mengalami kondisi tersebut. Prevalensi *dysmenorrhea* atau nyeri haid di Indonesia mencapai 64,25% yang terdiri dari 54,89% mengalami *dysmenorrhea* primer dan 9,36% mengalami *dysmenorrhea* sekunder (Oktami et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian (Hermawahyuni et al., 2022) pada Siswi SMK PGRI 1 Jakarta Timur didapatkan 57,2% yang mengalami *dysmenorrhea primer*, dimana 51,2% siswi yang mengalami usia *menarche* di umur <12 tahun. Usia *menarche* yang terlalu dini meningkatkan risiko terjadinya *dysmenorrhea primer* karena organ reproduksi yang belum berkembang maksimal (Hermawahyuni et al., 2022). Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Juliana et al., 2019) pada remaja SMAN 1 Manado menunjukkan bahwa 80,5% yang

mengalami *dysmenorrhea primer*, dimana 61,9% mengalami siklus menstruasi tidak teratur, yaitu terdiri dari 32,6% mengalami siklus haid <21 hari, dan 29,3% mengalami siklus haid >35 hari. Siklus yang tidak teratur dapat meningkatkan tingkat nyeri saat menstruasi (Juliana et al., 2019).

Menurut penelitian (Salamah et al., 2023) pada mahasiswa perempuan Program Studi Kesehatan Masyarakat UIN Syarif Hidayatullah Jakarta menunjukkan bahwa 82,5% yang mengalami *dysmenorrhea primer*, dimana 70,1% mahasiswi yang mengalami lama menstruasi ≥ 7 hari. Lama menstruasi yang lebih panjang dapat menyebabkan kontraksi otot uterus secara berlebihan, yang dapat menyebabkan peningkatan produksi hormon prostaglandin, kelebihan hormon ini dapat memicu rasa nyeri saat menstruasi (Salamah et al., 2023). Penelitian yang dilakukan oleh (Istianah & Oktaviani, 2022) pada siswi kelas XI SMA Suluh Jakarta Selatan menunjukkan bahwa 75,0% siswi yang mengalami *dysmenorrhea primer*, dimana 65% mengalami stres, yaitu terdiri dari 25,0% mengalami stres ringan dan 40,0% mengalami stres sedang (Istianah & Oktaviani, 2022).

Menurut penelitian (Septiyani & Simamora, 2022) pada remaja putri di beberapa SMA di Kabupaten Rokan Hulu menunjukkan bahwa remaja putri yang mengalami *dysmenorrhea primer* yaitu 80,6%, dimana 95,5% yang pola makannya tidak baik (Septiyani & Simamora, 2022). Penelitian yang dilakukan oleh (Hawari & Triyanti, 2023) pada mahasiswi S1 reguler FKM UI menunjukkan 86,7% mahasiswi yang

mengalami *dysmenorrhea primer*, dimana 58,5% memiliki riwayat keluarga dengan kondisi serupa. Riwayat keluarga dapat mempengaruhi *dysmenorrhea primer* melalui faktor genetik yang meningkatkan sensitivitas tubuh terhadap hormon prostaglandin yang dapat menyebabkan kontraksi uterus yang lebih kuat dan menyebabkan nyeri saat menstruasi (Hawari & Triyanti, 2023).

Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2018, angka kejadian *dysmenorrhea* cukup tinggi yaitu tingkat nyeri ringan sebesar 57,7%, nyeri sedang 38,5%, dan nyeri berat sebesar 3,8% (Dinkes Provinsi Sulsel, 2018). Beberapa penelitian yang dilakukan di kota Makassar, seperti penelitian yang dilakukan oleh Ruqaiyah (2021) pada mahasiswa baru akbid pelamonia didapatkan 70,2% mahasiswa yang mengalami nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) (Ruqaiyah, 2021), dan penelitian yang dilakukan oleh Syamsuriati et al (2022) pada mahasiswa universitas megarezky didapatkan bahwa 64,7% mahasiswa yang mengalami nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) (Syamsuriati et al., 2022).

Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada mahasiswa di Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia, di dapatkan sebagian besar mahasiswa mengalami nyeri haid pada saat menstruasi dibandingkan dengan mahasiswa yang tidak mengalami nyeri haid pada saat menstruasi.

Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada semua orang agar mau berperilaku

hidup sehat dan membawa perubahan ke arah yang lebih baik. Perubahan yang dihasilkan melalui pemberian pendidikan kesehatan dipengaruhi oleh pengetahuan. Banyak cara untuk mendapatkan pengetahuan salah satunya adalah melalui media pembelajaran seperti internet, misalnya untuk mendapatkan informasi lengkap mengenai nyeri haid sangat mudah didapatkan dengan cara mencari di internet, namun dengan mengikuti perkembangan teknologi *mobile* saat ini yang begitu pesat, memungkinkan dikembangkan sebuah aplikasi mengenai *dysmenorrhea* pada remaja yang bisa digunakan tanpa terbatas ruang dan waktu (Kurnia & Suptiani, 2022).

Dalam penelitian ini rancangan aplikasi tersebut dinamakan *Dysmenorrhea Insights*. Adapun manfaatnya yaitu memberikan informasi tentang menstruasi dan nyeri haid, konten edukasi yang dapat diakses, dan terdapat fitur kuis mengenai nyeri haid.

Berdasarkan uraian pada latar belakang dan observasi awal yang telah dilaksanakan maka perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia dalam merancang aplikasi *dysmenorrhea insights*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka dapat disimpulkan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah :

1. Apakah ada hubungan usia *menarche* dengan kejadian nyeri haid

(*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia ?

2. Apakah ada hubungan siklus menstruasi dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia ?
3. Apakah ada hubungan lama menstruasi dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia ?
4. Apakah ada hubungan tingkat stres dengan kejadian *dysmenorrhea primer* pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia ?
5. Apakah ada hubungan pola makan dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia ?
6. Apakah ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia ?
7. Bagaimana merancang aplikasi *dysmenorrhea insights* ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk menganalisis faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.

2. Tujuan Khusus

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini, yaitu :

- a. Untuk menganalisis hubungan usia *menarche* dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.
- b. Untuk menganalisis hubungan lama menstruasi dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.
- c. Untuk menganalisis hubungan siklus menstruasi dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.
- d. Untuk menganalisis hubungan tingkat stress dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.
- e. Untuk menganalisis hubungan pola makan dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.
- f. Untuk menganalisis hubungan riwayat keluarga dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.
- g. Untuk merancang aplikasi *dysmenorrhea insights*

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan untuk

menambah wawasan peneliti tentang faktor yang berhubungan dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*). Selain itu, penelitian ini memberikan pengalaman bagi peneliti dalam menerapkan ilmu dan keterampilan yang telah diperoleh selama berada di bangku perkuliahan, khususnya dalam proses penelitian dan penulisan, yang sangat berguna untuk lebih mengembangkan kualitas peneliti sendiri.

2. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat memberikan tambahan teori tentang faktor yang berhubungan dengan terjadinya nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi.

3. Manfaat Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan data dasar untuk penelitian selanjutnya dalam bidang ilmu kesehatan masyarakat, sehingga dapat mengetahui faktor yang berhubungan dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) serta memberikan informasi mengenai upaya pencegahan *dysmenorrhea*.