

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses fisiologis normal yang terjadi kira-kira sekali dalam sebulan pada wanita usia subur akibat meluruhnya jaringan endometrium. Kebanyakan wanita mengalami tingkat nyeri dan kesulitan tertentu selama dalam periode menstruasi. Dismenorea merupakan keluhan yang paling umum dilaporkan. Dismenorea merupakan masalah ginekologi yang paling umum terjadi di kalangan wanita dan didefinisikan sebagai nyeri kram pada perut bagian bawah yang terjadi sebelum atau selama menstruasi (Omidvar dkk, 2016).

Dismenorea merupakan beban kesehatan bagi wanita khususnya remaja putri. Diperkirakan setiap jam, 140 juta remaja putri absen dari sekolah maupun pekerjaan karena dismenorea (Hailemeskel dkk, 2016). Dismenorea terjadi dikarenakan adanya peningkatan kadar prostaglandin. Peningkatan ini akan mengakibatkan kontraksi uterus dan vasokonstriksi pembuluh darah. Aliran darah yang menuju uterus menurun sehingga uterus tidak mendapat suplai oksigen yang adekuat yang menyebabkan nyeri intensitas nyeri dipengaruhi oleh deskripsi individu tentang nyeri atau persepsi pengalaman nyeri otot uterus (Manurung, Utami dan HD, 2015).

Data dari *World Health Organization* (WHO) bahwa jumlah kejadian dismenorea sebesar 1.769.425 jiwa (90%), 10-15% diantaranya mengalami dalam kategori dismenorea berat. Hal ini di dukung dengan penelitian yang

telah dilakukan diberbagai negara dengan hasil yang mencengangkan, dimana kejadian dismenorea di setiap negara dilaporkan lebih dari 55%. Angka kejadian nyeri menstruasi (dismenorea) di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenorea. Prevalensi yang lebih besar umumnya terjadi pada wanita muda dengan perkiraan 67–90% berusia 17–24 tahun (Nurwana, Sabilu and Fachlevy, 2017).

Angka kejadian dismenorea di Indonesia sekitar 56,88%. Prevalensi dismenorea pada remaja berkisar antara 43-93%, dimana sekitar 74-80% remaja mengalami dismenorea ringan (Nurwana, Sabilu dan Fachlevy, 2017). Dismenorea dapat berdampak terhadap kualitas hidup seorang wanita khususnya remaja putri dan menyebabkan nyeri panggul spesifik yang dapat mengganggu aktivitas. Penelitian Gebeyehu dkk (2017) menjelaskan dampak yang sering dikeluhkan seperti ketidakhadiran sekolah, konsentrasi yang buruk, gangguan tidur, perubahan perilaku, dan pembatasan aktivitas sehari-hari.

Dismenore dapat berdampak terhadap kualitas hidup seorang wanita dan menyebabkan nyeri panggul spesifik yang dapat mengganggu aktivitas. Penelitian yang dilakukan oleh Delistianti pada tahun 2019 terhadap mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Islam Bandung menjelaskan dampak yang sering dikeluhkan seperti ketidakhadiran sekolah, konsentrasi yang buruk, gangguan tidur, perubahan perilaku, dan pembatasan aktivitas sehari-hari. Dismenore primer disebabkan oleh induksi prostaglandin yang menyebabkan rahim menjadi berkontraksi. Pelepasan prostaglandin diduga berasal dari sel yang terpecah selama pelepasan endometrium diyakini

menyebabkan hiperkontraktilitas myometrium terjadi iskemia dan hipoksia otot rahim sehingga menimbulkan rasa sakit (Delistianti dkk, 2019).

Remaja adalah kelompok beresiko tinggi mengalami gangguan tidur. Pada remaja terdapat perubahan dramatis dalam pola tidur-siaga selama remaja, termasuk berkurangnya durasi tidur, tertundanya waktu tidur, dan bertambahnya perbedaan pola tidur pada hari kerja dan akhir pekan. Kualitas tidur adalah takaran kebiasaan baik dan buruk tidur seseorang. Kualitas tidur yang buruk dan gejala insomnia dikaitkan dengan kesehatan yang buruk, ketidakhadiran kerja, dan peningkatan risiko gangguan jiwa, termasuk depresi. Kualitas tidur pada remaja juga cenderung berkurang (Lutfi dkk, 2017). Hasil penelitian yang dilakukan Lutfi dkk (2017) terhadap siswa sekolah menengah di Padang menunjukkan bahwa 69,3 % remaja mengalami kualitas tidur yang buruk. Study lain yang dilakukan oleh Fitriani dkk tahun 2018 terhadap remaja di Jakarta menyatakan hal yang senada bahwa kualitas tidur yang buruk dialami oleh 62,9 % penduduk Indonesia pada usia remaja. Hal ini tentunya menjadi sebuah fenomena yang berdampak negatif bagi remaja. Penelitian lain yang dilakukan oleh Hamzekhani dkk tahun 2019 yang dilakukan di Universitas ilmu kedokteran shahroud terhadap Mahasiswa Universitas ilmu kedokteran shahroud menunjukkan bahwa kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan mengantuk, kesadaran menurun, temperamen buruk, masalah konsentrasi, penurunan pendidikan, berkurangnya kinerja harian, peningkatan kesalahan, saraf, perilaku, dan perubahan fisiologis.

Perubahan yang terjadi pada tubuh akibat kualitas tidur yang buruk, diindikasikan menyebabkan menstruasi pada remaja wanita bertambah buruk, Kualitas tidur yang buruk ini menyebabkan stress sehingga wanita yang mengalami menstruasi dapat berakibat nyeri dan mengarah pada gejala dismenore. (Hamzekhani dkk 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Delistianti dkk (2019) di Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung terhadap Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung menunjukkan bahwa kualitas tidur yang buruk dapat menyebabkan gangguan dismenore primer pada wanita. Sekitar 70 sampai 90% kasus dismenoreia yang terjadi menimbulkan gangguan rasa nyaman pada penderita karena nyeri yang dirasakan yaitu adanya konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan (Lestari, 2013).

Kualitas tidur yang buruk dan gejala insomnia dikaitkan dengan kesehatan yang buruk, ketidakhadiran kerja, dan peningkatan risiko gangguan jiwa, termasuk depresi. Individu dengan kualitas tidur yang buruk ditandai dengan kurang memiliki waktu tidur yang cukup, tidak larut malam, sulit bangun tepat waktu, mengalami gangguan tidur, serta suka terbangun di sela-sela waktu tidur. kualitas tidur dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor. Salah satunya faktor hormonal, sindrom nyeri, dan juga masalah psikologis, terutama depresi merupakan beberapa faktor yang memengaruhi kualitas tidur pada wanita (Yi *et al*, 2016).

Hasil penelitian Delistianti dkk (2019) 62% memiliki kualitas tidur buruk, 49% dismenoreia sedang, 10% dismenoreia berat. Angka kejadian dismenoreia sedang pada kelompok subjek kualitas tidur buruk lebih besar

daripada kualitas tidur baik, secara statistik perbedaan ini sangat bermakna ($p=0,008$). Angka kejadian dismenorea berat pada kelompok subjek kualitas tidur buruk lebih besar daripada kualitas tidur baik, secara statistik perbedaan ini bermakna ($p=0,04$). Simpulannya, terdapat hubungan kualitas tidur dengan kejadian Dismenorea primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung.

Rasa nyeri dismenorea memberikan dampak negatif pada kualitas hidup remaja putri. Dismenorea menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari, ketinggalan mata pelajaran atau kuliah sehingga mempengaruhi prestasi belajarnya, endometriosis, gangguan psikologis (Khotimah dan Kimantoro, 2014).

Berdasarkan data dinas kesehatan Kota Jambi 2019 Sebanyak 980 orang di kota Jambi mengalami gangguan menstruasi, kasus tersebut mengalami kenaikan pada tahun 2020 sebanyak 1143 kasus (Dinas kesehatan provinsi Jambi 2020).

Berdasarkan data dinas pendidikan provinsi Jambi pada tahun 2022 tentang jumlah siswa/i menurut umur sekolah menurut jenis kelamin, jumlah remaja wanita di kabupaten Tanjung Jabung Barat berada di posisi ke delapan setelah kota Jambi, Merangin, Muaro Jambi, Bungo, Tebo, Sarulangun, dan Batang Hari.(Kemdikbud Prov.Jambi, 2022). Berdasarkan data tersebut peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian di Kabupaten Tanjung Jabung Barat dengan penimbangan jarak tempuh yang dekat serta belum adanya penelitian mengenai dismenore di Kabupaten Tanjung Jabung Barat.

Jumlah sekolah yang ada di Kabupaten Tanjung Jabung Barat sebanyak 39 sekolah negeri dan swasta. Survei pendahuluan yang dilakukan di Kecamatan Bram Itam Raya Kabupaten Tanjung Jabung Barat terhadap Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah Bram Itam Raya. Didapatkan hasil bahwa Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah Bram Itam Raya memiliki jumlah siswi sebanyak 104 orang, kelas X 35 orang, kelas XI 35 orang dan kelas XII 34 orang. Setelah dilakukan wawancara terhadap petugas UKS yang ada di sekolah tersebut, ada beberapa siswi yang mengeluh sakit perut pada saat haid dan ditemukan masih banyak siswi yang mengeluh sakit perut pada saat haid. dan mengganggu proses belajar.

Peneliti melakukan studi pendahuluan dengan metode wawancara pada 10 orang remaja putri kelas XI di Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah Bram Itam Raya yang diambil secara acak. Hasil wawancara tersebut ditemukan bahwa 10 orang tersebut mengalami nyeri pada saat menstruasi dengan skala ringan 3 orang, skala sedang 5 orang dan skala berat 2 orang. Nyeri menstruasi ini bahkan sering mengganggu aktivitas belajar mereka sehingga para responden berbagai cara untuk mengurangi nyeri yang dialami, diantaranya beristirahat di UKS dan meminum obat analgesik.

Berdasarkan latar belakang ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Hubungan Kualitas tidur dengan Kejadian Dismenorea Pada Siswi Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah Bram Itam Raya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, dapat dirumuskan masalah penelitian adalah apakah ada hubungan kualitas tidur dengan kejadian dismenorea pada siswi Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah Bram Itam Raya ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan Kualitas tidur dengan kejadian dismenorea pada siswi Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah Bram Itam Raya

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi kualitas tidur pada siswi Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah
- b. Diketahui distribusi frekuensi dismenorea pada siswi Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah
- c. Diketahui hubungan kualitas tidur dengan kejadian dismenorea pada siswi Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Bagi Remaja Putri

Agar remaja putri dapat mengetahui kualitas tidurnya dan dapat memperbaiki kualitas tidurnya sehingga dapat melakukan mengurangi kejadian dismenorea.

2. Manfaat Bagi Tempat Penelitian

Dapat mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kejadian dismenorea sehingga dapat melakukan kegiatan penyuluhan dalam rangka penanganan dismenorea.

3. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Untuk dokumentasi agar dapat digunakan sebagai bahan perbandingan dalam melaksanakan penelitian selanjutnya.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas tentang hubungan kualitas tidur dengan kejadian dismenorea pada siswi Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah Bram Itam Raya. Variabel independen dari penelitian ini yaitu kualitas tidur sedangkan variabel dependen pada penelitian ini yaitu dismenorea. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif memakai pendekatan cross sectional dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Penelitian ini telah dilaksanakan di MAS Riyadhul Jannah. Adapun Populasi dalam penelitian ini adalah siswi Madrasah Aliyah Riyadhul Jannah Bram Itam Raya dan dilaksanakan pada 9 Desember 2023 sampai 7 Januari 2024. Sample diambil dengan menggunakan teknik *simple random sampling* dan di peroleh hasil dari 104 populasi di dapatkan sampel sebanyak 83 orang. Data di kumpulkan menggunakan sebar kuesioner, dengan analisis univariat dan bivariat di mana analisis bivariat menggunakan uji statistik *Chi-Square*.