

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Dalam proses kehidupan individu mengalami banyak perubahan yang terjadi sejak baru lahir hingga lanjut usia. Dalam perubahan yang menjadi sorotan merupakan fase remaja yang merupakan perpindahan dari kanak-kanak ke dewasa (Ahyani dan Astuti 2018). Menurut *World Health Organization* (WHO) 2018, remaja merupakan individu dengan usia 10 – 19 tahun. Berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, remaja merupakan individu dengan usia 10 – 18 tahun. Sedangkan, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), remaja merupakan individu dengan usia 10 – 24 tahun dan belum menikah (Kemenkes, 2015). Dari beberapa definisi remaja, tidak ada persetujuan usia remaja yang ditetapkan, namun secara garis besar remaja merupakan proses perpindahan dari fase anak ke dewasa.

Remaja merupakan salah satu populasi terbanyak di dunia, berdasarkan data Badan Pusat Statistik 2019, dari total jumlah populasi dunia yang mencapai 7,7 miliar jiwa, 16% dari populasi dunia dengan jumlah 1,2 miliar jiwa adalah remaja. Di Indonesia juga memiliki persamaan yaitu, Pulau Jawa merupakan pulau yang dominasi populasinya adalah remaja dengan jumlah 10.849.182 jiwa (Data Statistik Penduduk Indonesia 2020). Hal ini menunjukkan bahwa remaja merupakan salah satu populasi yang paling mendominasi, baik di Dunia maupun di Indonesia. Remaja memang memiliki kondisi fisik yang baik, namun remaja memiliki berbagai macam resiko kesehatan yang berhubungan dengan fungsi kognitifnya, salah satu masalah yang dominan terjadi pada remaja adalah kesehatan reproduksi.

Menurut Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 61 Pasal 1 Tahun 2014 tentang kesehatan reproduksi. Kesehatan reproduksi antara laki-laki dan perempuan memiliki perbedaan baik secara primer maupun sekunder. Pada laki-laki perubahan yang terjadi dengan perubahan suara yang semakin berat, pertumbuhan bulu kemaluan, kumis atau jenggot, serta jakun. Sedangkan pada

perempuan perubahan yang terjadi dengan perubahan suara semakin halus, pertumbuhan payudara, pinggul, rambut disekitar kemaluan, serta terjadinya menstruasi awal (*menarche*) (Pesiwarissa et al., 2019).

Menstruasi awal (*menarche*) merupakan pendarahan awal yang terjadi pertama kali atau setiap hari pertama pada siklus menstruasi, sedangkan menstruasi sendiri merupakan keadaan remaja perempuan yang mengalami proses dari fase pubertas hingga fase menopause (Haryono, 2016). Menstruasi merupakan kondisi pendarahan dari rahim dengan pelepasan lapisan endometrium pada uterus yang mampu mempengaruhi emosional remaja akibat masalah atau keluhan yang muncul saat menstruasi, salah satunya adalah nyeri menstruasi atau dismenore (Sinaga et al., 2017).

Dismenore merupakan nyeri yang terjadi pada perut bagian bawah dan menyebar sampai ke pinggang, punggung bawah, serta paha. Dismenore terjadi sebelum atau saat siklus menstruasi terjadi (Sari & Hamranani, 2019). Dismenore terjadi karena adanya produksi prostaglandin yang meningkat kemudian dilepaskan dari endometrium sehingga muncul kontraksi rahim yang tidak beraturan dan terjadilah nyeri (Rosyida et al., 2017). Dismenore memiliki dampak pada remaja, dampak pendek dan dampak panjang. Dampak pendek yang terjadi adalah mual dan muntah, sedangkan dampak panjang yang terjadi adalah mengganggu aktivitas yang menyebabkan produktivitas remaja menurun sehingga remaja merasa tidak nyaman (Almasith et al., 2017).

Hal tersebut sesuai dengan angka kejadian dismenore pada remaja di dunia menurut WHO di dalam penelitian Lail 2019, kejadian dismenore di Dunia sebesar 16,8 – 81%. Semua negara di dunia > 50% perempuan pasti mengalami dismenore, di Negara Eropa sebanyak 45 – 97%, di Finlandia sebanyak 94%, di Swedia sebanyak 72%, di Amerika sebanyak 60%, di Hongkong sebanyak 80% dengan persentase 75% remaja tidak mengikuti proses pembelajaran, kemudian di Pakistan sebanyak 40% perempuan tidak masuk sekolah karena dismenore, serta di Iran sebanyak 51% perempuan tidak kerja dan sekolah karena dismenore (Silaen dkk, 2019).

Tidak hanya di Dunia, di Indonesia angka kejadian dismenore juga cukup tinggi dengan persentase sekitar 64,25% dengan angka kejadian 45 – 95% pada

wanita usia subur (WUS) yang memiliki produktivitas dengan 15% perempuan mengeluh dengan kejadian dismenore mampu mengganggu aktivitasnya (Indrawati & Putriadi, 2019). Sedangkan untuk di Jawa Barat, perempuan yang mengalami dismenore sebesar 54,9% dengan 24,5% dismenore ringan, 21,28% dismenore sedang dan 9,36% dismenore berat (Nisak dkk, 2017).

Perempuan khususnya remaja yang mengalami dismenore butuh penanganan dan pengobatan dengan segera, baik secara farmakologi maupun non farmakologi (Idaman 2016). Terapi farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri menstruasi adalah dengan obat Non Steroid Anti Inflamasi (NSAID), hal ini untuk mengatasi dan mengurangi rasa nyeri yang terjadi pada saat menstruasi (Dahlan 2017). Sedangkan terapi non farmakologis yang dapat dilakukan adalah dengan berbagai cara salah satunya dengan mengontrol rasa nyeri saat menstruasi (Suwanto 2018). Selain itu pengetahuan dan peningkatan sikap untuk mengontrol nyeri saat menstruasi butuh kesadaran dari setiap individu yang tidak jauh dari peran perawat komunitas untuk memberikan pendidikan kesehatan dan asuhan keperawatan komunitas.

Keperawatan komunitas merupakan pemberian asuhan keperawatan kepada masyarakat untuk meningkatkan derajat kesehatan yang maksimal dengan upaya mencegah masalah kesehatan, meningkatkan perilaku kesehatan, serta memfasilitasi pelayanan kesehatan untuk individu, keluarga, kelompok serta masyarakat yang rentan dan beresiko. Dalam memberikan asuhan keperawatan komunitas perlu adanya proses pengkajian, perencanaan, implementasi, sampai dengan evaluasi. Hal tersebut digunakan untuk memberikan asuhan secara lengkap dan menyeluruh untuk meningkatkan kesehatan pada masyarakat (Veronica dkk, 2017).

Perawat komunitas memiliki peran sebagai pemberi asuhan keperawatan kepada remaja perempuan terkait dismenore yang dirasakan secara *holistic* dan *komprehensif*. Perawat komunitas juga memiliki peran sebagai *educator* atau pendidik, yaitu membantu remaja perempuan untuk meningkatkan pengetahuan tentang dismenore, penyebab terjadinya dismenore, tanda dan gejala dismenore, serta perilaku yang dapat dilakukan saat nyeri akibat dismenore, sehingga muncul

perubahan sikap dan perilaku remaja setelah dilakukan edukasi (Sulistyonningsih, Mudayatiningsih, dan Metrikayanto 2018).

Peran lain dari perawat komunitas adalah sebagai penemu kasus, yaitu menemukan informasi secara langsung tentang dismenore dari penelitian yang dilakukan atau menemukan informasi secara tidak langsung dari jurnal penelitian orang lain yang dikatakan sebagai data sekunder. Perawat komunitas juga berperan sebagai konselor, yaitu memberikan pemahaman kepada remaja untuk membantu dalam mengatasi kondisi yang dialaminya akibat dismenore. Selain itu, peran perawat komunitas juga sebagai kolaborator yang melakukan upaya meningkatkan kondisi kesehatan remaja dengan optimal salah satunya dengan pendidikan kesehatan tentang dismenore (Jumariah dan Mulyadi 2017).

Pendidikan kesehatan merupakan hal yang penting dalam praktik keperawatan komunitas karena merupakan salah satu fokus utama keperawatan dalam mencegah masalah kesehatan dan meningkatkan perilaku kesehatan melalui upaya *promotive, preventif, kuratif, rehabilitative*, serta *resosialitatif*. Dalam penyampaian pendidikan kesehatan dapat digunakan berbagai macam media yang salah satunya menggunakan *booklet*, karena *booklet* memiliki fungsi yang lebih baik dibanding media edukasi lainnya. Selain itu, *booklet* juga media edukasi yang sederhana dan mudah didapatkan karena ekonomis dan harga terjangkau serta mudah dipahami sehingga pengetahuan remaja terkait dismenore akan lebih meningkat (Heri et al. 2020).

Menurut Kamus Besar Bahasa Indonesia (KBBI), *booklet* merupakan media edukasi berbentuk buku atau majalah, yang didalamnya berisi informasi berbentuk tulisan dan diterbitkan secara berkala oleh kelompok organisasi atau lembaga. Selain itu, *booklet* juga merupakan media informasi yang mudah dipahami secara singkat karena proses penyampaian edukasi diisi dengan materi yang ringkas sehingga banyak remaja lebih tertarik. Selain itu, *booklet* memiliki beberapa halaman dengan bentuk buku yang tipis namun berisi informasi yang lengkap sehingga remaja akan lebih mudah untuk membawa kemanapun (Balai Pustaka dalam Andreansyah, 2015). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vitriasari 2010 yang menunjukkan bahwa nilai pengetahuan remaja terkait

dismenore sesudah diberikan media edukasi *booklet* meningkat menjadi 67,54% yang memiliki arti bahwa pengetahuan remaja adalah baik (Nurmusazanah, 2015).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk memberikan pendidikan kesehatan reproduksi yaitu nyeri haid (dismenore) melalui *booklet*, sehingga diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pemahaman masyarakat tentang pentingnya pendidikan kesehatan dismenore, serta meningkatkan sikap dan perilaku untuk kesadaran remaja dalam mengatasi dismenore.

I.2 Tujuan

I.2.1 Tujuan Umum

Memberikan informasi mengenai nyeri haid (dismenore) pada remaja dengan memberikan pendidikan kesehatan melalui media edukasi untuk mendeteksi dan mencegah keadaan dismenore yang terjadi pada remaja.

I.2.1 Tujuan Khusus

- a. Meningkatkan pengetahuan pada remaja mengenai cara mencegah masalah kesehatan dismenore
- b. Meningkatkan pemahaman pada keluarga khususnya orang tua mengenai pentingnya pendidikan kesehatan dismenore pada remaja
- c. Meningkatkan pemahaman dan kesadaran remaja mengenai pentingnya mengontrol dismenore
- d. Meningkatkan pemahaman dan kesadaran orang tua mengenai pentingnya mengontrol dismenore

I.3 Target Luaran

Target yang diharapkan dalam pembuatan karya ilmiah ini merupakan terciptanya sebuah karya untuk mencegah terjadinya masalah kesehatan nyeri haid (dismenore) pada remaja perempuan melalui pendidikan kesehatan. Sedangkan, luaran dari karya ilmiah ini merupakan produk *booklet* yang sudah mendapatkan sertifikat Hak Kekayaan Intelektual (HKI) dengan jenis HKI Hak Cipta. Materi yang terdapat didalamnya adalah menjelaskan pentingnya masalah kesehatan

dismenore, cara mencegah dismenore, cara mengatasi dismenore dengan mengontrol dismenore.