

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi atau haid merupakan perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus yang disertai pelepasan (*deskamasi*) endometrium (Proverawati, 2019). Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda. Sebagian wanita mendapatkan menstruasi tanpa keluhan, namun tidak sedikit dari mereka yang mendapatkan menstruasi disertai keluhan sehingga mengakibatkan rasa ketidaknyamanan berupa *dismenorea*. Nyeri menstruasi (*dismenorea*) dapat menimbulkan dampak bagi kegiatan atau aktifitas para wanita khususnya remaja. Jika seorang siswi mengalami *dismenorea*, aktifitas belajar mereka di sekolah terganggu. Sebagai contohnya seorang siswi yang mengalami *dismenorea* tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena *dismenorea* yang dirasakan pada proses belajar mengajar dan kadang ada yang meminta izin untuk pulang karena tidak tahan terhadap *dismenorea* yang mereka rasakan (Cicilia, 2015).

Prevalensi *dismenorea* di dunia menunjukkan frekuensi yang cukup tinggi, menurut WHO rata-rata insidensi terjadinya dismenore pada wanita muda antara 16,8 – 81% (WHO, 2021). Prevalensi *dismenorea* rata-rata di semua wilayah yang ada di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenorea* primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder. *Dismenorea* dialami oleh 60-75% remaja, dengan tiga perempat dari jumlah remaja tersebut mengalami nyeri ringan sampai berat. Tidak ada angka pasti

mengenai jumlah penderita *dismenorea* di wilayah kota atau kabupaten Indonesia. Hal ini dikarenakan perempuan yang mengalami *dismenorea* tidak melaporkan atau berkunjung ke tenaga kesehatan sehingga tidak dapat dipastikan secara mutlak (BKKN, 2020).

Remaja putri pada saat mengalami haid idealnya tidak terjadi *dismenorea*. *Dismenorea* merupakan suatu masalah yang dapat mengganggu aktivitas seperti kegiatan belajar dan juga gangguan emosi. Hal tersebut secara fisiologis adanya nyeri yang hilang timbul pada bagian perut pada saat menstruasi dan secara psikologis menimbulkan gangguan aktivitas terutama belajar sehingga apabila tidak ditangani maka bisa menyebabkan penurunan prestasi belajar (Proverawati, 2019). Penelitian yang dilakukan oleh Fitri (2020) didapatkan hasil bahwa dampak dari *dismenorea* pada remaja putri diantaranya adalah gangguan aktivitas sehingga wanita *dismenorea* tidak dapat menjalankan aktivitas sehari-harinya dengan normal. Wanita yang *dismenorea* dua kali lebih terganggu aktivitasnya dibandingkan dengan yang tidak mengalami nyeri saat menstruasi. Gangguan aktivitas tersebut berupa tingginya tingkat absen dari sekolah maupun kerja, keterbatasan kehidupan sosial, performa akademik serta terganggunya aktivitas olahraga yang akhirnya tidak masuk sekolah merupakan dampak yang paling sering ditimbulkan oleh *dismenorea* dan hasil penelitian menunjukkan 87,5% remaja putri yang *dismenorea* menyebutkan bahwa *dismenorea* menyebabkan terganggunya aktivitas belajar.

Adanya masalah tersebut sehingga *dismenorea* pada remaja putri perlu dilakukan penanganan. Secara umum, nyeri *dismenorea* dapat ditangani dengan farmakologi dan non farmakologi. Teknik farmakologi yang bisa dilakukan diantaranya analgesik dan plasebo. Sedangkan teknik non farmakologi diantaranya kompres hangat, teknik relaksasi, distraksi dengan terapi musik atau murottal, stimulasi dan masase kutaneus, stimulasi saraf elektrik transkutan (TENS) dan hipnosis (Perry & Potter, 2016; Proverawati, 2019).

Secara non farmakologi salah satunya yaitu dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an. Kelebihan terapi murottal Al-Qur'an dengan terapi lainnya karena terapi murottal tidak memerlukan biaya, intervensi hanya dilakukan dengan cara mendengarkan saja (Murtiningsih, 2016). Mendengarkan murottal Al-Qur'an terdapat faktor keyakinan bagi yang beragama Islam. Umat Islam mempercayai bahwa al-Qur'an adalah kitab suci yang mengandung firman-firmanNya dan merupakan pedoman hidup manusia. Sehingga dengan mendengarkannya akan membawa subjek merasa lebih dekat dengan Tuhan serta menuntun subjek untuk mengingat dan menyerahkan segala permasalahan yang dimiliki kepada Tuhan, hal ini akan menambah keadaan dengan rileks dan bisa menjadikan perubahan fisiologi yang dirasakan menjadi lebih baik. Secara umum, yang mendengarkan terapi murottal al-Qur'an akan merasakan adanya penurunan kecemasan, timbul ketenangan jiwa, dan bisa menurunkan nyeri (Siswantinah, 2016).

Terapi murrotal secara fisik mengandung unsur suara manusia dan dapat menstimulasi tubuh untuk menurunkan nyeri, menurunkan hormon-hormon stres, mengaktifkan hormon endorfin secara alami dan mengurangi nyeri fisiologis dengan memberikan efek rileks. Terapi murottal al-Qur'an secara umum dapat menurunkan nyeri yang dirasakan dan terapi murottal al-Qur'an apabila dibandingkan dengan terapi farmakologi dan herbal memiliki keunggulan yakni tidak adanya efek samping dari penggunaan obat-obatan. (Mottaghi, Esmaili & Rohani, 2016).

Penelitian oleh Murtiningsih (2020) mengenai pengaruh terapi murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman terhadap intensitas dismenore primer pada remaja putri didapatkan hasil *p-value* 0,000 ($\alpha \leq 0,05$) yang artinya terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan setelah dilakukan terapi murottal Al-Qur'an surat *Ar-Rahman*.

Perbedaan dalam penelitian ini dibandingkan dengan penelitian lain sebagai keterbaruan dalam penelitian, yakni perbedaan penggunaan surat Al-Qur'an dalam intervensi yang dilakukan. Peneliti menggunakan murottal Al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara* sebagai intervensi. Al-Qur'an Surat *Asy-Syu'ara* menjadi salah satu surat yang memiliki keutamaan penyembuh dari berbagai penyakit (Sopian, 2021). Sesuai dengan terjemahan dari surat *Asy-Syu'ara* ayat 80 dengan makna bahwa apabila seorang manusia mengalami sakit maka Allah yang akan menyembuhkan. Ayat ini menjelaskan bahwa Allah yang menyembuhkan manusia apabila ia sakit. Allah berkuasa menyembuhkan penyakit apa saja yang diderita oleh seseorang. Meskipun

begitu, manusia juga harus mencari tahu cara untuk memperoleh kesembuhan itu (Sopian, 2021). Selain dari itu, adanya penggunaan murottal al-Qur'an sebagai terapi mengurangi nyeri *dismenorea* yakni surat *Ar-Rahman* telah banyak dilakukan. Namun peneliti tidak menemukan adanya penggunaan surat *Asy-Syu'ara* sebagai terapi mengurangi nyeri *dismenorea*.

Urgensi penelitian dilakukan karena banyak remaja putri yang mengalami *dismenorea* sehingga bisa mengganggu aktivitas belajar, maka diperlukan adanya penanganan yang mudah sehingga nantinya bisa dilakukan secara mandiri oleh remaja putri.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di tiga sekolah wilayah Kabupaten Bandung dengan kriteria sekolah dengan jenjang SMA atau sederajat yaitu SMA KP Paseh, SMK Aloer Wargakusumah dan SMK KP Majalaya didapatkan hasil menurut penuturan tenaga pendidik di SMK KP Paseh dan SMK KP Majalaya disebutkan bahwa remaja putri yang mengalami *dismenorea* di sekolah apabila tidak bisa menahan rasa nyerinya maka disarankan untuk istirahat di UKS, dan oleh petugas UKS diberikan kompres hangat. Petugas UKS menuturkan bahwa setiap tahun selalu diadakan kerjasama dengan Puskesmas untuk pemberian pendidikan kesehatan pada remaja putri mengenai *vulva hygiene* yang salah satu materinya mengenai penanganan pada saat *dismenorea*. Namun di SMK Aloer Wargakusumah belum pernah adanya pendidikan kesehatan yang dilakukan oleh tenaga kesehatan mengenai penanganan *dismenorea* dan menurut tenaga pengajar apabila ada remaja putri yang mengalami *dismenorea* maka disarankan untuk

istirahat di UKS tetapi remaja putri hanya istirahat berbaring saja tanpa adanya penanganan lebih lanjut dan sebagian disarankan untuk pulang.

Hasil wawancara terhadap tenaga pengajar di SMK Aloer Wargakusumah Kabupaten Bandung, dikatakan bahwa remaja putri lebih dari 75% mengalami *dismenorea*. Upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah biasanya menyarankan untuk istirahat di UKS ataupun juga bisa dipulangkan. Berdasarkan hasil wawancara terhadap 10 orang remaja putri didapatkan pada saat merasakan *dismenorea* semuanya mengungkapkan bahwa tidak ada tindakan yang dilakukan untuk mengurangi *dismenorea* tersebut, hanya saja apabila nyeri dirasakan, mereka berupaya menahan nyeri dengan posisi tidur. Sampai saat ini dari remaja putri tersebut belum pernah melakukan terapi murottal al-Qur'an saat *dismenorea*. Selain itu *dismenorea* menyebabkan terganggunya aktivitas belajar.

Hasil studi pendahuluan tersebut menyatakan bahwa *dismenorea* sering terjadi pada remaja putri dan mengganggu aktivitas belajar serta remaja putri belum pernah melakukan intervensi nonfarmakologi dalam mengatasi masalah *dismenorea* tersebut. Peran bidan dalam masalah ini yakni bidan bisa memberikan informasi dan memberikan asuhan kebidanan dengan mempraktekan cara penanganan *dismenorea* dengan cara nonfarmakologi.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surat *Asy-Syu'ara* terhadap skala nyeri *dismenorea* pada remaja putri di SMK Aloer Wargakusumah Kabupaten Bandung”.

B. Rumusan Masalah

Masalah yang dihadapi remaja putri salah satunya adanya *dismenorea*, dengan penatalaksanaan non farmakologi bisa dilakukan dengan cara terapi murottal Al-Qur'an. Berdasarkan masalah tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh terapi murottal al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara* terhadap skala nyeri *dismenorea* pada remaja putri di SMK Aloer Wargakusumah Kabupaten Bandung?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Berdasarkan latar belakang dan rumusan masalah di atas, maka peneliti membuat tujuan penelitian. Tujuan umum penelitian ini adalah mengetahui pengaruh terapi murottal al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara* terhadap skala nyeri *dismenorea* pada remaja putri di SMK Aloer Wargakusumah Kabupaten Bandung.

2. Tujuan Khusus

Berdasarkan tujuan umum di atas, maka tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Mengidentifikasi skala nyeri *dismenorea* pada remaja putri SMK Aloer Wargakusumah Kabupaten Bandung sebelum dan sesudah terapi murottal al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara*.
- b. Menganalisis pengaruh terapi murottal al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara* terhadap skala nyeri *dismenorea* pada remaja putri di SMK Aloer Wargakusumah Kabupaten Bandung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis manfaat dari penelitian ini yaitu diketahuinya pengaruh terapi murottal al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara* terhadap skala nyeri *dismenorea* pada remaja putri. Adanya hasil penelitian maka penatalaksanaan terapi murottal al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara* bisa menjadi standar operasional prosedur dalam mengatasi *dismenorea*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Putri

Remaja putri bisa mengetahui salah satu penanganan *dismenorea* yaitu dengan terapi murottal al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara* sehingga remaja putri pada saat mengalami *dismenorea* bisa melakukan intervensi secara mandiri.

b. Bagi Bidan

Bidan sebagai edukator bisa mengatasi masalah keluhan *dismenorea* pada remaja putri dengan cara memberikan informasi dan pelaksanaan yang tepat dalam penanganan *dismenorea* tersebut.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah sumber literatur perpustakaan Universitas 'Aisyiyah Bandung mengenai pengaruh terapi murottal al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara* terhadap skala nyeri *dismenorea* pada remaja putri, sehingga hasil penelitian ini nantinya

dapat dibaca oleh mahasiswa, dosen, atau orang lain yang memerlukannya.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian sebagai bahan referensi bagi peneliti selanjutnya dalam melakukan penelitian mengenai penanganan *dismenorea* dengan intervensi lainnya yang bisa mengurangi nyeri *dismenorea*.

E. Sistematika Penulisan

Sistematika penulisan dalam skripsi penelitian ini diantaranya Bab I Pendahuluan meliputi latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian, sistematika penulisan dan materi skripsi. Bab II Tinjauan pustaka meliputi landasan teori, hasil penelitian yang relevan, kerangka pemikiran dan hipotesis penelitian.

Bab III Metode penelitian meliputi metode penelitian, variabel penelitian, definisi operasional, populasi dan sampel penelitian, pengumpulan data, uji validitas dan reliabilitas instrumen penelitian, pengolahan dan analisis data, prosedur penelitian, lokasi dan waktu penelitian serta etika penelitian.

Bab IV Hasil penelitian meliputi, gambaran umum unit observasi, hasil penelitian dan pembahasan mengenai pengaruh terapi murottal al-Qur'an surat *Asy-Syu'ara* terhadap skala nyeri *dismenorea* pada remaja putri di SMK Aloer Wargakusumah Kabupaten Bandung.

Bab V meliputi kesimpulan dengan pemaparan berdasarkan tujuan penelitian dan selanjutnya saran-saran.

F. Materi Skripsi

Masa remaja merupakan masa perpindahan atau peralihan, yaitu pada kondisi ini remaja beralih dari masak kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis. Remaja putri secara umum akan mengalami haid dan bisa mengalami *dismenorea*. *Dismenorea* adalah keluhan sewaktu haid dalam siklus teratur akibat dari peningkatan kadar prostaglandin dalam darah haid.

Dismenorea menjadi masalah yang dapat mengganggu aktivitas pada remaja putri, sehingga perlu dilakukan penanganan. Secara umum, nyeri dapat ditangani dengan farmakologi dan non farmakologi. Teknik farmakologi yang bisa dilakukan diantaranya analgesik dan plasebo. Sedangkan teknik non farmakologi diantaranya kompres hangat, teknik relaksasi, distraksi dengan terapi musik atau murottal, stimulasi dan masase kutaneus, stimulasi saraf elektrik transkutan (TENS) dan hipnosis.

Skripsi ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi murottal Al-Qur'an Surat *Asy-Syu'ara* terhadap skala nyeri *dismenorea* pada remaja putri di SMK Aloer Wargakusumah Kabupaten Bandung. Sehingga dengan adanya hasil dari penelitian ini, kejadian *dismenorea* pada remaja putri yang mengganggu aktivitas bisa diatasi dengan melakukan intervensi murottal al-Qur'an.