

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Menstruasi merupakan tanda kematangan seksual pada remaja putri. Keluhan yang sering dialami remaja putri saat menstruasi yaitu dismenore (Hasanah and Samaria 2022). Dismenore dapat terjadi dikarenakan ketidakseimbangan hormon proresteron dalam darah, dan meningkatnya produksi hormon prostaglandin menyebabkan rasa nyeri pada perut bagian bawah (Karlinda et al. 2022). Faktor-faktor yang dapat memengaruhi keparahan dismenore seperti aspek psikologis dan spiritual. Memahami cara mengontrol emosi dan meyakini agama dapat memengaruhi persepsi terhadap nyeri menjadi penting dalam mengelola kondisi tersebut (Marisa et al. 2022).

Menurut data WHO (2020), diperkirakan angka kejadian dismenore yaitu sekitar 1.769.425 (90%) wanita yang mengalami dismenore, 10-16% mengalami dismenore berat. Angka kejadian dismenore di dunia cukup tinggi, yaitu lebih 50% wanita menderita dismenore (Yuliyani and Susilowati 2022). Di Indonesia 60 – 70% wanita mengalami dismenore, 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Dan di Jawa Barat 51,86% wanita mengalami dismenore, 21,8% dismenore ringan, 19,34% dismenore sedang dan 10,72% dismenore berat (Marisa et al. 2022). Sekitar 70-90% dismenore terjadi selama masa pubertas yang dapat mengakibatkan ketidakstabilan emosional, ketegangan dan kecemasan (Putri et al. 2020).

Dismenore dapat menimbulkan efek negatif jangka panjang dan jangka pendek. Dalam jangka panjang dismenore dapat menyebabkan kemandulan bahkan kematian. Dalam jangka pendek, dismenore dapat memengaruhi kehidupan sehari-hari seperti, konsentrasi yang buruk, konflik emosional, ketegangan, kecemasan, ketidaknyamanan, kurang efektif pada saat proses pembelajaran dan terbatasnya aktivitas fisik (Karlinda et al. 2022). Keadaan tersebut dapat memburuk bila disertai dengan kondisi psikologis yang tidak stabil (Widyanthi et al. 2021). Perubahan psikologis yang terjadi saat dismenore seperti perubahan suasana hati, depresi dan cemas (Fauziah et al. 2021). Saat mengalami perubahan tersebut remaja seringkali kesulitan dalam mengendalikan emosinya (Putri et al. 2020).

Berdasarkan temuan dari penelitian yang dilakukan sebelumnya oleh (Mirza et al. 2022), siswa yang merasakan nyeri saat menstruasi memiliki regulasi emosi yang buruk, hal ini diakibatkan dari perubahan psikologis dan fisik selama masa remaja. Kondisi emosi yang belum stabil berkaitan dengan keadaan hormon mereka, sehingga hasil analisis menunjukkan bahwa regulasi emosi dapat memengaruhi nyeri haid. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian (Hardiyanti and Fitriani 2020), hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat korelasi yang artinya jika regulasi emosi tinggi maka intensitas nyeri menstruasi semakin rendah, begitu pula sebaliknya.

Selain regulasi emosi, dismenore memiliki kaitan dengan religiusitas. Religiusitas adalah kesadaran atau kepercayaan terhadap tuhan, keimanan, sikap dan perilaku religius yang berkaitan dengan agama yang berasal dari kepribadian.

(Taufik et al. 2020). Penelitian terdahulu mengenai religiusitas dilakukan oleh Aziato terdapat responden yang melakukan dzikir untuk mengatasi dismenore. Berdasarkan teori, seseorang ketika merasa sakit akan melakukan pendekatan religius dan spiritual seperti berdoa, dan mencari dukungan spiritual dapat mengatasi rasa nyeri (Febrina 2021). Hal ini sejalan dengan temuan (Febrina 2021) yang mengemukakan bahwa coping religius berpengaruh terhadap nyeri menstruasi sebesar 90,7%. Dismenore yang dialami oleh remaja dapat berkurang atau mereda setelah penggunaan coping religius yang dimilikinya. Berdasarkan dua variable diatas terdapat keterkaitan yaitu regulasi emosi dan religiusitas yang dapat mengurangi rasa nyeri saat menstruasi.

Menurut (Anthoneta et al. 2022) intervensi yang dapat dilakukan dalam mengurangi dismenore bisa dilakukan dengan mengkonsumsi analgesik, dapat juga menggunakan kompres hangat pada perut yang dapat melancarkan peredaran darah, meredakan ketegangan otot rahim, menghambat sekresi hormon prostaglandin yang menyebabkan radang dan menghambat kontraksi rahim. Terapi murotal juga dapat membantu mengatasi nyeri haid. Hal ini karena lantunan ayat Al-Quran dapat mengurangi hormon stress ,mengaktifkan hormon endorfin alami, meningkatkan relaksasi, mengurangi kecemasan, yang dapat memberi rasa rileks, nyaman, memberikan efek rileksasi dan mengurangi rasa nyeri yang dirasakan (Anwar et al. 2021).

Regulasi emosi dan religiusitas, sebagai dua aspek penting dalam kehidupan sehari-hari (Wisnusakti and Sriati 2021), menawarkan potensi besar dalam penanganan dismenore. Melalui analisis hubungan antara keduanya, tidak hanya

dapat diperoleh pemahaman yang lebih baik tentang pengaruh psikologis pada dismenore, tetapi juga dapat memberikan wawasan tentang pentingnya aspek psikologis dan spiritual dalam menghadapi kesehatan. Dengan demikian, hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi penting dalam pengelolaan dismenore. Melalui pemahaman lebih dalam tentang pengaruh regulasi emosi dan religiusitas terhadap rasa nyeri, para tenaga kesehatan dapat mengembangkan intervensi yang lebih holistik, yang melibatkan pendekatan psikoterapi dan dukungan spiritual, dalam pengelolaan dismenore secara efektif.

Perbedaan dari penelitian sebelumnya yang meneliti hubungan antara regulasi emosi dan dismenore adalah penambahan variabel religiusitas. Meskipun telah ada banyak penelitian mengenai dismenore, namun masih sedikit penelitian yang secara khusus meneliti hubungan antara regulasi emosi, religiusitas dan dismenore. Religiusitas di sini difokuskan pada peran agama dalam pengelolaan dismenore, sementara penelitian sebelumnya cenderung berfokus pada kemampuan individu dalam mengatur emosi untuk mengurangi keparahan gejala dismenore. Dengan memasukkan dimensi spiritualitas, diharapkan penelitian ini dapat memberikan wawasan yang lebih luas mengenai faktor - faktor yang berkaitan dengan kejadian dismenore pada remaja, melengkapi literatur ilmiah, memberikan kontribusi tambahan mengenai aspek yang memengaruhi dismenore, dan memberikan pendekatan yang lebih holistik.

Dalam penelitian mengenai hubungan antara regulasi emosi dan religiusitas dengan dismenore, peran bidan menjadi krusial dalam memberikan dukungan holistik, meningkatkan kualitas hidup wanita dan memberikan perawatan yang

komperhensif serta dukungan bagi wanita yang mengalami gangguan reproduksi, terutama dismenore primer. Bidan dapat memberikan asuhan kebidanan mengenai dismenore, seperti memberikan edukasi kesehatan tentang menstruasi dan pengelolaan nyeri yang terkait (Yustanta et al. 2021). Sebagai konselor bidan dapat membantu mengatasi berbagai perubahan psikologis yang terjadi saat menstruasi (Makariem 2023). Serta bidan juga berperan sebagai penghubung antara wanita dengan tenaga kesehatan lain dan tokoh agama jika diperlukan (Rahmawati et al. 2022). Dengan demikian, melalui peran bidan yang beragam, bidan dapat memberikan kontribusi yang signifikan dalam pemeliharaan kesehatan reproduksi dan kesejahteraan emosional wanita.

Berdasarkan studi pendahuluan di SMPN 1 Baleendah, hasil wawancara dengan 7 responden menunjukkan bahwa 5 orang diantaranya mengalami dismenore dan 2 responden tidak mengalami dismenore. 3 diantaranya mengalami dismenore ringan dan 2 dismenore sedang. Diantara 5 orang yang mengalami dismenore 3 orang langsung mengingat Allah dengan beristigfar, sementara 2 diantaranya tidak. 3 orang mengalami menstruasi secara teratur dan 2 orang tidak teratur. Kelima responden mengalami kesulitan dalam mengendalikan emosi pada saat terjadinya menstruasi. Mengingat tingginya angka kejadian dismenore dan potensi regulasi emosi serta religiusitas dalam mengurangi nyeri menstruasi, peneliti tertarik untuk menganalisis hubungan antara regulasi emosi dan religiusitas dengan dismenore pada remaja di SMPN 1 Baleendah.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara regulasi emosi dan religiusitas dengan dismenore pada remaja di SMPN 1 Baleendah Kabupaten Bandung?”

## **C. Tujuan Penelitian**

Adapun tujuan penelitian ini terdiri atas tujuan umum dan tujuan khusus yang diuraikan sebagai berikut.

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan antara regulasi emosi dan religiusitas dengan dismenore pada remaja di SMPN 1 Baleendah.

### **2. Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dalam penelitian ini sebagai berikut:

- a.* Mengidentifikasi angka kejadian dismenore pada remaja di SMPN 1 Baleendah
- b.* Mengidentifikasi regulasi emosi pada remaja di SMPN 1 Baleendah
- c.* Mengidentifikasi religiusitas pada remaja di SMPN 1 Baleendah
- d.* Menganalisis hubungan antara regulasi emosi dan religiusitas dengan dismenore pada remaja di SMPN 1 Baleendah

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta pengetahuan mengenai faktor yang berkaitan dengan kejadian dismenore pada remaja, melengkapi literature ilmiah dan memberikan kontribusi pada dunia sosial dan klinis berupa pengetahuan mengenai apakah ada hubungan antara regulasi emosi dan religiusitas terhadap dismenore pada remaja

## **2. Manfaat Praktis**

### **a. Manfaat Bagi Responden**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai keterkaitan psikologis dan spiritual dengan terjadinya dismenore

### **b. Manfaat Bagi Tempat Penelitian**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu remaja dalam memberikan pemahaman dan pengetahuan untuk mencegah rasa nyeri saat menstruasi dengan dilakukannya regulasi emosi dan pendekatan religiusitas.

### **c. Manfaat Bagi Pengembangan Keilmuan**

Hasil penelitian ini dapat melengkapi literatur ilmiah, memberikan kontribusi tambahan mengenai aspek yang memengaruhi dismenore terutama pada penerapan meminimalisir terjadinya rasa nyeri saat menstruasi.

### **d. Manfaat Bagi Institusi**

Dapat menambah referensi bahan bacaan dan penelitian lanjutan baik bagi dosen pengajar maupun mahasiswa/i. Dapat digunakan sebagai bahan informasi dan masukan bagi mahasiswa/i untuk melakukan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan penelitian ini.

#### **e. Manfaat Bagi Peneliti Lain**

Sebagai bahan perbandingan dan masukan untuk melakukan penelitian selanjutnya dengan jenis penelitian lain atau penambahan variable lain yang lebih lengkap dengan metode penelitian yang berbeda.

### **E. Sistematika Penelitian**

Untuk mempermudah melihat dan mengetahui pembahasan yang ada pada skripsi ini secara menyeluruh, maka perlu dikemukakan sistematika yang merupakan kerangka dan pedoman penulisan skripsi. Adapun sistematika penulisannya adalah sebagai berikut:

#### 1. Bagian Awal

Bagian awal memuat halaman depan, halaman judul, halaman persetujuan dosen, halaman pengesahan, halaman kata pengantar, halaman daftar isi, halaman tabel, halaman daftar gambar, halaman daftar lampiran.

#### 2. Bagian Utama Skripsi

Bagian utama terbagi atas bab dan sub bab yaitu sebagai berikut:

#### **BAB I PENDAHULUAN**

Pada bab ini penelitian menguraikan mengenai latar belakang penelitian, rumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian serta sistematika penulisan

#### **BAB II TINJAUAN PUSTAKA**

Pada bab ini menguraikan teori variable penelitian, penelitian yang relevan untuk mendukung penelitian, kerangka pemikiran serta terdapat hipotesis.

#### **BAB III METODE PENELITIAN**

Pada bab ini menguraikan metode atau jenis penelitian seperti populasi dan sampel, prosedur penelitian, instrument, Teknik analisis data.