

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan salah satu fase dalam daur kehidupan manusia. Menurut WHO (2014) remaja atau dalam istilah bahasa asing yaitu *adolescence* yang artinya tumbuh kearah kematangan. Masa remaja juga merupakan suatu periode manusia dan sering disebut masa pubertas (Widyastuti, 2009). Masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis (Hasdianah, 2013). Usia remaja menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, adalah usia dalam rentang 10-18 tahun.

Pada masa pubertas, remaja putri akan mengalami keadaan yang dinamakan menstruasi (*menarche*). Menstruasi adalah perdarahan pada wanita normal yang terjadi secara periodik akibat meluruhnya lapisan *endometrium* pada dinding uterus yang berlangsung sekitar 14 hari setelah terjadinya proses ovulasi (Felicia, 2015).

Usia *menarche* pada setiap remaja beragam, tetapi usia *menarche* di dunia kebanyakan dijumpai pada usia 12-13 tahun (Rokade, 2008). Dari hasil Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (2017) menyatakan bahwa kejadian usia *menarche* di Indonesia jauh lebih banyak terjadi pada usia 12 tahun (32%) dan usia 13 tahun (31%).

Manarche pada remaja merupakan pengalaman baru. Setiap remaja perempuan mengalami pengalaman menstruasi yang berbeda-beda dan sebagian perempuan

ada yang mengeluhkan berbagai gangguan menstruasi yang cukup berat, diantaranya ketidaknyamanan berupa *dysmenorrhea* (Andriyani, 2016).

Menurut Reeder (2013) *dysmenorrhea* merupakan nyeri yang dirasakan sebelum menstruasi, pada saat menstruasi atau setelah menstruasi. *Dysmenorrhea* dirasakan seperti kram karena kontraksi otot-otot halus pada uterus (Anurogo, 2017). *Dysmenorrhea* yang dialami remaja umumnya bukan karena penyakit, dan disebut *dysmenorrhea* primer (Sinaga Ernawati, et al., 2017).

Prevalensi *dysmenorrhea* dalam beberapa penelitian menunjukkan frekuensi yang cukup tinggi. Menurut WHO (2013) melaporkan kejadian *dysmenorrhea* di dunia sebanyak 1.769.425 jiwa. Berdasarkan hasil penelitian Larasati (2016) bahwa kejadian *dysmenorrhea* di Indonesia sebesar 60-75% dan terjadi pada usia produktif. Di Jawa Barat, berdasarkan hasil penelitian Arnis (2012) angka kejadian *dysmenorrhea* didapatkan sebanyak 54,9% wanita mengalami *dysmenorrhea*, terdiri dari 24,5% *dysmenorrhea* ringan, 21,28% mengalami *dysmenorrhea* sedang dan 9,36% mengalami *dysmenorrhea* berat.

Insiden *dysmenorrhea* cukup besar di dunia dengan tingkat prevalensi tinggi pada remaja. Puncak insiden *dysmenorrhea* primer terjadi pada akhir masa remaja dan diawal usia 20 tahun (Tri hartiti, 2010). *Dysmenorreha* dengan prevalensi terbesar di dunia pada remaja mencapai 89,5%. Hasil penelitian di China tahun 2010 menunjukkan sekitar 41,9%-79,4% remaja mengalami *dysmenorrhea* primer 31,5%- 41,9% terjadi pada usia 9-13 tahun dan 57,1%-79,4% pada usia 14-18 tahun (Nurul, 2013). Di Indonesia, *dysmenorrhea* terjadi pada remaja dengan

prevalensi berkisar antara 43% hingga 93%, dimana sekitar 74-80% remaja mengalami *dysmenorrhea* ringan (Ammar, 2016).

Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya *dysmenorrhea*. Menurut Handayani (2014) menjelaskan bahwa *menarche* pada usia muda dapat menyebabkan terjadinya *dysmenorrhea* karena alat reproduksi belum berfungsi secara optimal. Selanjutnya yaitu faktor kecemasan, semakin tinggi tingkat kecemasan seseorang maka *dysmenorrhea* akan semakin meningkat (Prihanti, 2010).

Dampak *dysmenorrhea* pada remaja dapat menyebabkan perubahan psikologis, perubahan pola tidur, peningkatan angka ketidakhadiran, menurunnya konsentrasi (Aziato et al., 2014), mual, muntah dan diare (Wiknjosastro, 2014), dampak yang paling banyak dirasakan akibat *dysmenorrhea* yaitu keterbatasan aktivitas fisik, dan isolasi sosial (State et al., (2015). Banyaknya dampak yang ditimbulkan akibat *dysmenorrhea*, maka diperlukan penanganan yang efektif baik secara farmakologi maupun non farmakologi.

Terapi farmakologi dapat diberikan dengan pemberian obat- obatan seperti golongan Asetaminofen (Anurogo, 2011). Terapi non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu dengan kompres botol berisi air hangat pada bagian yang terasa kram di perut atau pinggang bagian belakang (Eny, 2012). Teknik kompres hangat dilakukan dengan suhu 40-46°C dengan durasi waktu 10-20 menit (Dewi et al., 2014). Penelitian Endah (2018), menunjukkan bahwa senam yoga dapat berpengaruh terhadap penurunan nyeri *dysmenorrhea* pada remaja. Selain itu, terapi jus wortel juga dapat menurunkan nyeri *dysmenorrhe*, pemberian jus wortel

2 kali sehari dengan selang waktu 4 jam setelah pemberian yang pertama dengan takaran wortel 250 gram dicampur dengan air mineral 200 cc (Noravita, 2017). Selanjutnya pemberian aromaterapi lavender dapat menurunkan nyeri *dysmenorrhea* karena berasal dari sari minyak pada pucuk bunga lavender yang bersifat menenangkan dan memberikan kesegaran (Purwanto, 2013). Namun Yunianingrum (2018) dalam penelitiannya mengungkapkan jika kompres hangat lebih efektif dalam menurunkan nyeri *dysmenorrhea* primer dibandingkan dengan pemberian aromaterapi lavender.

Upaya penanganan *dysmenorrhea* sudah dilakukan oleh sebagian remaja yang merasakan sakit pada saat menstruasi namun belum ada hasil yang sesuai dengan apa yang diharapkan, bahkan upaya dalam mengkonsumsi obat dapat menimbulkan efek samping (Meutia, 2018). Masih banyak remaja yang kurang atau bahkan tidak memiliki pengetahuan mengenai menstruasi yang normal ataupun yang abnormal (Meutia, 2018).

Menurut hasil penelitian Nafiroh (2013) diketahui bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan kurang tentang *dysmenorrhea* yaitu sebanyak (78,3%) karena pada kenyataannya dalam penelitiannya remaja belum mendapatkan informasi dan pendidikan tentang *dysmenorrhea* di sekolah sehingga remaja putri harus banyak mencari informasi. Pengetahuan yang didapatkan oleh remaja putri sangat berpengaruh terhadap sikap yang ditunjukkannya. Remaja putri yang memperoleh pengetahuan yang benar mengenai *dysmenorrhea* akan menerima setiap gejala dan keluhan yang dialami dengan sikap positif juga sebaliknya (Rahmawati, 2016).

Peningkatan pengetahuan tentang *dysmenorrhea* dapat dilakukan dengan memberikan informasi. Salah satu bentuk pemberian informasi yaitu dengan pendidikan kesehatan. Pendidikan kesehatan adalah suatu upaya atau kegiatan untuk menciptakan sikap individu yang positif terhadap kesehatan. Pendidikan kesehatan dilakukan untuk meminimalisir kejadian kurangnya pengetahuan dan sikap penanganan *dysmenorrhea*. Sudah banyak media yang dapat digunakan untuk memberikan pendidikan kesehatan, dengan media yang berbeda dan lebih efektif (Notoatmojo, 2012).

Ada banyak media yang dapat digunakan dalam pendidikan kesehatan seperti media cetak, media audio, media audiovisual, media pameran, dan multimedia. Menurut penelitian Maduretno (2015) pendidikan kesehatan dengan metode ceramah sangat berguna namun sering membosankan dan penggunaan metode ceramah hanya dapat meningkatkan niat dan siswa belum mengaplikasikan dalam praktiknya. Pendidikan kesehatan melalui media cetak dapat dengan leaflet, tetapi kekurangan dari leaflet yaitu mudah tercecer serta hilang dan tidak dapat digunakan oleh orang yang buta huruf (Supariasa, 2013). Selanjutnya ada media audiovisual merupakan penggunaan materi yang penyerapannya melalui pandangan dan pendengaran sehingga mampu membuat individu mendapatkan keterampilan, pengetahuan serta sikap (Notoatmojo, 2012).

Pendidikan kesehatan melalui media audiovisual ini bisa berupa video. Penggunaan video sebagai sarana penyuluhan kesehatan kini semakin banyak dikembangkan. Penyuluhan kesehatan melalui media video memiliki kelebihan dalam hal memberikan visualisasi yang baik sehingga memudahkan proses

penyerapan pengetahuan dan sikap dalam bertindak (Cecep, 2011). Penggunaan media video dalam memberikan pendidikan kesehatan dirasa sangat tepat untuk menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat, terutama pada kalangan remaja usia sekolah. Usia anak dan remaja menyukai bentuk gambar yang sifatnya ada suara dan gambar bergerak, sehingga dapat memberikan contoh bentuk perilaku yang baik kepada remaja (Listyarini & Hindriyastuti, 2017).

Terdapat beberapa penelitian yang mengkaji peran dari video, penelitian yang dilakukan Thaha et al., (2012) menunjukkan bahwa terjadi perubahan positif terhadap perilaku remaja dalam pemeriksaan payudara sendiri (sadari) setelah dilakukan pendidikan kesehatan dengan media video. Penelitian lain yang menunjukkan terjadinya pengaruh terhadap pengetahuan dan sikap personal hygiene pada siswa Sekolah Dasar melalui metode pendidikan kesehatan dengan video (Luluq, 2015). Remaja putri belum mendapatkan pendidikan kesehatan penanganan *dysmenorrhea* melalui media audiovisual dalam bentuk video.

Perawat berperan untuk memberikan informasi bagi para siswi dalam mencegah *dysmenorrhea* agar tidak mengganggu aktivitas fisik para remaja, selain itu peran perawat untuk memberikan edukasi kepada guru BK, wali kelas dan pembina UKS untuk lebih memperhatikan masalah-masalah psikososial yang terjadi pada remaja yang mengalami *dysmenorrhea*. Pemberian pendidikan kesehatan mengenai *dysmenorrhea* dan penanganannya pun perlu diberikan kepada remaja sebagai gambaran bagi mereka untuk menentukan cara pencegahan juga mekanisme coping dalam menghadapi *dysmenorrhea* dan memaksimalkan penanganan nonfarmakologis dalam mengatasi nyeri (Dewi, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada bulan maret 2020, menurut keterangan dari 30 siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Baleendah bahwa mereka sudah mengalami menstruasi, selanjutnya peneliti menanyakan apakah dari mereka ada yang mengalami *dysmenorrhea* dan mereka tampak kebingungan menjawab pertanyaan peneliti, ketika peneliti menjelaskan sedikit bahwa *dysmenorrhea* adalah nyeri pada saat menstruasi, 28 dari 30 siswi tersebut mengaku mereka sering nyeri ketika menstruasi, selain itu *dysmenorrhea* sangat mengganggu aktivitas mereka dan membuat mereka tidak konsentrasi penuh dalam proses pembelajaran, maka dari itu pengetahuan mereka masih kurang mengenai *dysmenorrhea*, Apabila nyeri sudah tidak bisa tertahan sebagian dari siswi tersebut izin untuk tidak sekolah. Pihak pembina UKS juga menjelaskan terkadang terdapat siswi yang beristirahat di ruangan uks ketika sedang *dysmenorrhea*. Selain itu masih banyak siswi yang belum mengetahui mengenai *dysmenorrhea* serta cara penanganan *dysmenorrhea* yang tepat. Di sekolah tersebut juga belum ada pemberian informasi berupa pendidikan kesehatan oleh perawat ataupun oleh pembina UKS mengenai *dysmenorrhea* dan penanganannya.

Berdasarkan fenomena diatas, maka penulis melakukan penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan melalui audiovisual terhadap tingkat pengetahuan dan sikap penanganan *dysmenorrhea* pada remaja.

B. Rumusan masalah

Tingginya kejadian *dysmenorrhea* di Indonesia khususnya pada usia remaja, menyebabkan terbatasnya aktifitas fisik dan terganggunya kegiatan dalam proses belajar disekolah. Namun banyak remaja putri mengalami *dysmenorrhea* dan

belum ada informasi mengenai *dysmenorrhea*, sehingga pengetahuan dan sikap remaja mengenai *dysmenorrhea* ini masih tergolong rendah. Seiring dengan kemajuan teknologi saat ini membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan cara yang berbeda terkait pengaruh pendidikan kesehatan melalui audiovisual terhadap tingkat pengetahuan dan sikap penanganan *dysmenorrhea* pada remaja.

Berdasarkan latar belakang diatas, dapat dirumuskan permasalahan yaitu apakah ada pengaruh pendidikan kesehatan melalui audiovisual terhadap tingkat pengetahuan dan sikap penanganan *dysmenorrhea* pada remaja.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan penulisan dalam proposal ini sebagai berikut:

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pendidikan kesehatan melalui audiovisual terhadap tingkat pengetahuan dan sikap penanganan *dysmenorrhea* pada remaja.

2. Tujuan khusus

- a. Diketuinya gambaran pengetahuan dan sikap remaja putri tentang cara penanganan *dysmenorrhea* sebelum dilakukan pendidikan kesehatan melalui media audiovisual.
- b. Diketuinya gambaran tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang cara penanganan *dysmenorrhea* setelah dilakukan pendidikan kesehatan melalui media audiovisual.

- c. Diketuainya pengaruh metode pendidikan kesehatan melalui media audiovisual terhadap tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri tentang penanganan *dysmenorrhea*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi dan referensi untuk media penyampaian pendidikan kesehatan mengenai penanganan *dysmenorrhea*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Sekolah

Diharapkan hasil penelitian ini mampu menjadi landasan pelaksanaan program kegiatan bimbingan, pembinaan dan konseling dalam upaya peningkatan pengetahuan siswi dalam penanganan *dysmenorrhea*.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai dasar dalam penelitian lanjutan untuk mengaplikasikan media audiovisual dalam memberikan pendidikan kesehatan ke sekolah.

E. Sistematika Pembahasan

Pembahasan dalam penelitian ini yang berjudul “Pengaruh Pendidikan Kesehatan Melalui Audiovisual Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Penanganan *Dysmenorrhea* Pada Remaja di SMPN 1 Baleendah” dalam menyusun proposal penelitian ini, peneliti membagi dalam III BAB, sebagai berikut:

BAB I PENDAHULUAN

Pada bab ini membahas tentang latar belakang penelitian, perumusan masalah, tujuan penelitian, manfaat penelitian dan sistematika pembahasan.

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

Pada bab ini membahas tentang teori-teori *dysmenorrhea*, pengaruh metode pendidikan kesehatan terhadap tingkat pengetahuan dan sikap penanganan *dysmenorrhea*, hasil penelitian lain yang relevan dengan penelitian yang akan dilakukan saat ini. Bab ini juga membahas kerangka pemikiran dan hipotesis dari penelitian ini.

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

Pada bab ini membahas metode, variabel, populasi dan sampel, teknik pengumpulan data, instrumen, validitas dan reliabilitas, teknik analisa data, prosedur, tempat dan waktu penelitian serta etika penelitian yang akan digunakan pada penelitian ini.

BAB IV HASIL PEMBAHASAN

Pada bab ini menguraikan data-data yang sudah didapatkan dari proses penelitian dan menguraikan analisis serta pembahasan.

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

Pada bab ini membahas kesimpulan dari hasil penelitian ini dan menguraikan saran peneliti dari hasil penelitian