

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan fase transisi kritis yang ditandai dengan perubahan hormonal signifikan dan dimulainya fungsi reproduksi, termasuk siklus menstruasi yang reguler (Nurfadillah et al., 2021; Halitopo, 2022). *World Health Organization* (WHO) menetapkan rentang usia 10-19 tahun sebagai periode pertumbuhan yang rentan terhadap berbagai masalah kesehatan reproduksi akibat perubahan fisik selama pubertas (Halitopo, 2022). Salah satu keluhan kesehatan yang paling dominan dialami remaja putri saat menstruasi adalah dismenore, yaitu nyeri kram pada abdomen bagian bawah yang dapat menjalar hingga ke punggung dan paha (Wulandari and Kustriyani, 2020). Secara klinis, kondisi ini dibedakan menjadi dismenore primer yang disebabkan oleh aktivitas fisiologis normal dan dismenore sekunder yang berkaitan dengan kondisi patologis organ reproduksi (Amza *et al.*, 2024).

Prevalensi dismenore menunjukkan angka yang mengkhawatirkan baik di tingkat global maupun nasional. Data WHO mengungkapkan bahwa lebih dari 50% wanita di dunia mengalami dismenore, dengan angka kejadian pada remaja mencapai 60% hingga 75%. Di Indonesia, prevalensi ini tercatat sebesar 64,5% (Badan Riset dan Inovasi Nasional, 2023). Sementara di Jawa Barat mencapai 54,9% dengan rincian tingkat keparahan yang bervariasi dari ringan

hingga berat (Thasmara, Raharjo and Putri, 2020). Fenomena ini diperkuat oleh studi pendahuluan di SMA Negeri 1 Susukan melalui survei daring, yang menunjukkan bahwa 92,3% remaja putri mengalami nyeri haid, dan 84,6% di antaranya merasa aktivitas harian mereka terganggu. Mirisnya, hanya 61,5% responden yang sudah mendapatkan pendidikan formal mengenai kesehatan menstruasi.

Secara patofisiologis, dismenore primer dipicu oleh hiperproduksi prostaglandin ($\text{PGF2}\alpha$) yang menyebabkan kontraksi uterus berlebihan dan iskemia jaringan (Osayande and Mehulic, 2014). Berdasarkan teori *Gate Control of Pain*, rangsangan nyeri yang kuat dari area panggul ini akan mendominasi sistem saraf pusat dan bersaing dengan proses kognitif untuk mendapatkan atensi. Akibatnya, fokus dan konsentrasi siswi saat belajar menjadi terpecah, yang kemudian memicu penurunan motivasi, membatasi mobilitas fisik, hingga meningkatkan angka ketidakhadiran di sekolah (*school absenteeism*) (Belayneh *et al.*, 2023). Hal ini didukung oleh berbagai penelitian yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dismenore dengan gangguan aktivitas belajar, baik di tingkat universitas maupun sekolah menengah (Manoppo & Gimon, 2025; Mukarramah *et al.*, 2025).

Meskipun topik ini telah banyak diteliti, terdapat kesenjangan penelitian (*research gap*) yang signifikan. Banyak studi sebelumnya hanya mengkaji ada tidaknya kejadian dismenore tanpa mengukur derajat keparahannya secara spesifik menggunakan instrumen baku seperti *Numeric Rating Scale* (NRS). Selain itu, perbedaan karakteristik demografis dan lokasi penelitian, seperti

studi di Ethiopia atau Bali dengan sampel terbatas, membuat hasilnya sulit digeneralisasikan pada konteks remaja SMA di Jawa Barat.

Pemilihan siswi kelas XI SMA Negeri 1 Susukan sebagai subjek penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa mereka berada pada fase remaja pertengahan dengan siklus menstruasi yang lebih teratur, sehingga gejala dismenore dapat diobservasi lebih objektif. Secara akademis, siswi kelas XI memiliki beban pelajaran yang tinggi namun belum terbebani persiapan ujian akhir seperti kelas XII, sehingga dampak gangguan belajar dapat dinilai secara lebih akurat.

Mengingat dampak jangka panjang dismenore terhadap prestasi akademik dan pengembangan potensi diri, penelitian berjudul **"Hubungan Derajat Nyeri Menstruasi dengan Gangguan Aktivitas Belajar Remaja Putri Kelas XI di SMA Negeri 1 Susukan Kabupaten Cirebon Tahun 2026"** menjadi sangat krusial untuk dilakukan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi landasan ilmiah bagi pengembangan intervensi kesehatan reproduksi yang lebih efektif dan tepat sasaran di lingkungan sekolah.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat hubungan antara derajat nyeri menstruasi dengan gangguan aktivitas belajar remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Susukan?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Tujuan penelitian ini secara umum adalah untuk mengetahui hubungan derajat nyeri menstruasi dengan gangguan aktivitas belajar pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Susukan.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi derajat nyeri menstruasi pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Susukan.
- b. Mengidentifikasi gangguan aktivitas belajar pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Susukan.
- c. Menganalisis hubungan antara derajat nyeri menstruasi dengan gangguan aktivitas belajar pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Susukan.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam lingkup kebidanan remaja yang mengevaluasi hubungan derajat nyeri menstruasi dengan gangguan aktivitas belajar pada remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Susukan Kabupaten Cirebon pada tahun 2026. Penelitian ini dilakukan karena nyeri menstruasi merupakan masalah yang sering dialami remaja putri dan dapat mempengaruhi gangguan aktivitas belajar siswa. Metode yang digunakan adalah kuantitatif dengan desain *cross sectional*, teknik pengambilan sampel dengan total sampling, serta analisis data menggunakan uji korelasi Gamma.

E. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi ilmiah dalam pengembangan Ilmu Kebidanan, khususnya dalam lingkup kesehatan reproduksi remaja dan asuhan kebidanan komunitas.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi institusi pendidikan: Memberikan rekomendasi untuk pengembangan program pencegahan dan manajemen nyeri menstruasi di sekolah, sehingga dapat mengurangi gangguan belajar remaja putri kelas XI di SMA Negeri 1 Susukan.
- b. Bagi responden: Mendorong edukasi diri tentang kesehatan menstruasi untuk mengelola dismenore secara mandiri.
- c. Bagi Profesi Bidan: Memberikan data dasar bagi bidan di Puskesmas atau praktik mandiri untuk merancang promosi kesehatan (KIE) mengenai penanganan dismenore pada remaja putri di wilayah kerjanya.
- d. Bagi peneliti selanjutnya: Menjadi dasar referensi untuk penelitian lanjutan dengan pendekatan yang lebih luas atau intervensi spesifik.