

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

*World Health Organisation* (WHO) angka kejadian *dismenore* pada wanita di dunia sangatlah besar 1.769.425 jiwa (90%) wanita di dunia mengalami nyeri haid atau *dismenore*. Dari hasil penelitian, presentase kejadian *dismenore* di Indonesia sekitar 90%. Mereka mengatakan selama mengalami *dismenore* aktivitasnya menjadi terganggu, rata-rata 50% perempuan di setiap dunia mengalaminya (Sourial *et al.*, 2018). *Dismenore* adalah nyeri yang dirasakan di bawah perut pada menstruasi karena adanya ketidakseimbangan dari hormon *prostaglandin* dimana fungsi dari hormon tersebut untuk merangsang otot rahim supaya berkontraksi untuk membantu pengeluaran darah menstruasi (Sahafa, Triana dan Haniyah, 2021).

Sebanyak 50% perempuan di dunia mengatakan bahwa aktivitasnya terganggu salah satunya yaitu dapat mengganggu aktivitas belajar belajar membutuhkan fisik yang sehat, fisik yang sehat mempengaruhi jaringan tubuh sehingga aktivitas belajar baik. Sakit pada fisik atau tubuh mengakibatkan cepat lemah, kurang bersemangat, mudah pusing, dan lainnya (Renda *et al.*, 2017). Rasa nyeri yang dirasakan saat atau menjelang haid, di perut bagian bawah yang menjalar ke kaki ataupun punggung (Beddu, 2015). Cara penanganan nyeri dibagi menjadi 2 yaitu terapi obat (farmakologi) dan terapi non farmakologi. Penanganan secara farmakologi yaitu dengan terapi hormonal, atau terapi obat-obatan non steroid dipercaya sebagai anti *inflamasi* atau analgetik (NSAID) contohnya seperti: *ibuprofen*, *asem mefenamat* dan

*aspirin* sering digunakan untuk terapi nyeri haid (Chen *et al.*, 2018). Sedangkan penanganan terapi (non farmakologi) bisa dengan relaksasi nafas dalam, distraksi seperti membayangkan sesuatu yang indah, minum air putih, tiduran, kompres air hangat, perasan kunyit dan jahe, aromaterapi, senam *disminore*, *acupressure* (Endah, 2018).

Aktivitas belajar adalah kegiatan-kegiatan siswa yang menunjang keberhasilan belajar. Aktivitas siswa merupakan kegiatan atau perilaku yang terjadi selama proses belajar. Kegiatan-kegiatan yang dimaksud adalah kegiatan yang mengarah pada proses belajar seperti mendengarkan penjelasan guru, mencatat hal-hal yang dianggap penting, berdiskusi, bertanya, keberanian mengajukan pendapat, kritik, dan saran, keaktifan dalam kegiatan belajar, mengerjakan tugas-tugas, dapat menjawab pertanyaan guru dan bisa bekerjasama dengan siswa lain, serta tanggung jawab terhadap tugas yang diberikan. Fisik yang sehat akan mempengaruhi seluruh jaringan tubuh sehingga aktivitas belajar tidak rendah. Keadaan sakit pada fisik/tubuh mengakibatkan cepat lemah, kurang bersemangat, mudah pusing dan sebagainya. Faktor spikis juga sangat mempengaruhi seseorang untuk melakukan aktivitas belajar sehingga menyebabkan tidak konsentrasinya pada saat proses pembelajaran. Oleh karena itu agar seseorang dapat belajar dengan baik maka harus mengusahakan kesehatan dirinya (Sinta *and* linda 2018).

Data bahwa siswi di SMA N 1 Cilacap mengatakan bahwa dari 20 siswi bahwa 15 siswi mengalami *dismenore* tersebut didapatkan 10 siswi mengatasi *dismenore* dengan cara tidur, istirahat yang cukup. Dan didapatkan data 5 siswi mengatasi dengan cara mengompres dengan air hangat, 5 lainnya siswi

mengatakan saat nyeri haid megonsumsi obat untuk mengurangi nyerinya. 15 siswi mengatakan saat *dismenore* tidak dapat beraktivitas dan 5 siswi mengatakan aktivitas belajarnya tidak terganggu. Berdasarkan fenomena tersebut peneliti akan meneliti lebih dalam mengenai hubungan nyeri haid terhadap aktivitas belajar pada siswi SMA N 1 Cilacap.

#### **B. Rumusan Masalah**

1. Bagaimana nyeri haid terhadap aktivitas belajar siswi ?
2. Bagaimana nyeri haid terhadap cara penanganan siswi?
3. Apakah terdapat hubungan nyeri haid dengan aktivitas belajar siswi di SMA N 1 Cilacap?

#### **C. Tujuan Khusus Riset**

1. Mengetahui gambaran nyeri haid
2. Mengetahui gambaran perilaku penanganan dismenore
3. Mengetahui gambaran aktivitas belajar
4. Menganalisis hubungan nyeri haid dan dengan aktivitas belajar siswi

Manfaat Penelitian

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan teori serta menambah wawasan ilmu pengetahuan dan juga memberikan informasi terkait hubungan nyeri haid dengan aktivitas belajar siswi SMA N 1 Cilacap.

2. Secara Praktis

Sebagai bahan informasi untuk penelitian lain dalam mengembangkan dan

menelaah serta mendalami tentang hubungan nyeri haid dan perilaku penanganan *dismenore* dengan aktivitas belajar siswi SMA N 1 Cilacap.

#### **E. Urgensi Penelitian**

Penelitian ini penting untuk dilakukan karena melihat dari banyaknya kasus nyeri haid.

#### **F. Temuan yang ditargetkan**

Temuan yang ditargetkan pada penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan nyeri haid dengan aktivitas belajar siswi SMA N 1 Cilacap

#### **G. Kontribusi Riset**

Sebagai informasi tambahan untuk peneliti selanjutnya yang bersangkutan dengan “hubungan nyeri haid dengan aktivitas belajar siswi SMA N 1 Cilacap”.

#### **H. Luaran Riset**

1. Laporan Kemajuan
2. Laporan Hasil
3. Hasil riset akan diterbitkan pada Jurnal Ilmiah Dikti : e-jurnal dikti