

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Aktivitas belajar merupakan inti dari proses pendidikan karena melalui aktivitas tersebut siswa memperoleh pengetahuan, keterampilan, serta perubahan perilaku yang mendukung perkembangan akademik. Aktivitas belajar tidak hanya berkaitan dengan kemampuan intelektual, tetapi juga dipengaruhi oleh kondisi fisik, psikologis, dan emosional siswa. Aktivitas belajar yang optimal ditandai dengan konsentrasi yang baik, partisipasi aktif di kelas, kehadiran yang teratur, serta kemampuan memahami materi pelajaran. Sebaliknya, apabila kondisi fisik atau kesehatan siswa terganggu, maka kemampuan belajar dapat menurun sehingga berdampak pada prestasi akademik (World Health Organization 2024).

Remaja putri mengalami perubahan biologis pada masa pubertas berkaitan dengan proses pertumbuhan dan kematangan organ tubuh. Pada remaja putri, perubahan biologis antara lain ditandai dengan mulai berkembangnya payudara, pertumbuhan rambut pada daerah ketiak dan kemaluan, perubahan bentuk tubuh seperti pelebaran pinggul, peningkatan tinggi dan berat badan, serta mulai terjadinya menstruasi sebagai tanda kematangan sistem reproduksi. Selain perubahan biologis, remaja juga sering mengalami perubahan kondisi kesehatan yang menimbulkan berbagai keluhan fisik maupun emosional. Keluhan fisik yang sering muncul antara lain mudah lelah, sakit kepala, nyeri perut, mual, dan gangguan tidur. Pada remaja putri,

menstruasi juga dapat disertai dengan disminore atau nyeri haid yang menimbulkan rasa tidak nyaman pada perut bagian bawah. Selain itu, remaja juga dapat mengalami perubahan emosional seperti perubahan suasana hati, mudah marah, cemas, sensitif, serta kesulitan berkonsentrasi. Berbagai perubahan dan keluhan tersebut dapat mempengaruhi kenyamanan serta aktivitas sehari-hari remaja, termasuk dalam mengikuti proses pembelajaran dan aktivitas belajar di sekolah (Safitri et al., 2024).

Dismenore merupakan keluhan yang seringkali dirasakan oleh wanita pada saat menstruasi. Dismenore juga adalah nyeri perut bagian bawah saat menstruasi akibat peningkatan hormon prostaglandin, yang menyebabkan kontraksi otot uterus. Nyeri biasanya berlangsung sebelum atau pada saat mengalami menstruasi (Widiarti & Hanifa., 2023).

Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% dengan usia 12 hingga 13 tahun dalam rentang umur 10 hingga 16 tahun wanita disetiap negara mengalami dismenore. Negara Amerika Serikat angka presentasinya sekitar 60% dan negara Swedia sekitar 72% sementara dinegara Indonesia diperkirakan 55% wanita usia produktif mengalami nyeri selama menstruasi, angka kejadian disminore tipe primer di Indonesia adalah sekitar 54,89% (Yuliza et al., 2024).

Upaya penanganan dismenore dapat dilakukan melalui dua cara, yaitu secara farmakologi dan non-farmakologi. Penanganan secara farmakologi umumnya menggunakan obat-obatan analgesik seperti ibuprofen, asam mefenamat, dan parasetamol yang berfungsi untuk mengurangi nyeri saat

menstruasi. Selain menggunakan obat, penanganan dismenore juga dapat dilakukan secara non-farmakologi, antara lain dengan melakukan kompres hangat pada perut bagian bawah, melakukan olahraga ringan atau senam dismenore, teknik relaksasi dan yoga, istirahat yang cukup, serta mengonsumsi minuman herbal seperti jamu. Berbagai upaya tersebut dapat membantu menurunkan intensitas nyeri haid serta meningkatkan kenyamanan remaja putri dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Dawood., 2021).

Dampak yang timbul akibat dismenore akan mempengaruhi aktivitas sehari-hari, khususnya bagi remaja. Remaja putri yang mengalami dismenore pada saat menstruasi akan merasa terbatas dalam melakukan aktivitas khususnya aktivitas belajar di sekolah, seperti sulit berkonsentrasi saat belajar (59%), absen dari sekolah (80,6%) dan sebagian tidur di kelas saat kegiatan belajar (7,5%) sehingga materi yang disampaikan oleh guru selama pembelajaran tidak dapat diterima atau dicerna dengan baik (Dimyati, 2020).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri mengalami dismenore dengan tingkat nyeri yang bervariasi, mulai dari ringan hingga berat. Penelitian tersebut juga menggambarkan bahwa aktivitas belajar remaja putri selama menstruasi berbeda-beda, di mana sebagian mengalami kesulitan berkonsentrasi, penurunan keaktifan dalam pembelajaran, serta ketidakhadiran di sekolah akibat nyeri menstruasi yang dirasakan. Temuan tersebut memberikan gambaran bahwa dismenore merupakan salah satu kondisi yang umum dialami remaja putri dan dapat disertai dengan berbagai kondisi aktivitas belajar selama masa menstruasi (Panoppo et al., 2025).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri mengalami dismenore dengan tingkat nyeri yang bervariasi, mulai dari nyeri ringan, sedang, hingga berat. Penelitian tersebut juga menggambarkan bahwa aktivitas belajar remaja putri selama menstruasi berbeda-beda. Sebagian remaja tetap dapat mengikuti kegiatan belajar seperti biasa, sedangkan sebagian lainnya mengalami kesulitan berkonsentrasi, merasa mudah lelah, kurang aktif dalam proses pembelajaran, serta tidak mengikuti kegiatan belajar di sekolah selama menstruasi (Lestari & Wulandari., 2023)

Berdasarkan Data Profil Dinas Pendidikan Kota Bengkulu tahun 2023, bahwa SMP 02 Kota Bengkulu dan SMP 05 Kota Bengkulu merupakan SMP dengan remaja putri terbanyak dibandingkan 50 SMP lainnya. Jumlah siswi SMP 2 Kota Bengkulu berjumlah 612 siswa dengan (8,5%) yang mengalami dismenore dan SMP 05 Kota Bengkulu berjumlah 540 siswa dengan (11,85%) yang mengalami dismenore.

Berdasarkan hasil survei awal yang dilakukan di SMP Negeri 05 Kota Bengkulu terhadap siswi yang telah mengalami menstruasi, diketahui bahwa sebagian besar pernah mengalami dismenore. Kondisi tersebut menunjukkan bahwa dismenore merupakan masalah yang cukup umum terjadi pada remaja putri. Dari hasil survei tersebut juga diketahui bahwa hanya sebagian kecil siswi yang masih dapat mengikuti kegiatan belajar mengajar dengan baik, sedangkan sebagian besar lainnya mengalami gangguan dalam aktivitas belajar. Selain itu, terdapat siswi yang tidak mampu mengikuti kegiatan belajar maupun ekstrakurikuler, bahkan ada yang tidak masuk sekolah akibat nyeri yang

dirasakan. Berdasarkan kondisi tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Gambaran Dismenore dan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri di SMP Negeri 05 Kota Bengkulu.”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, diketahui bahwa dismenore masih menjadi salah satu masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami oleh remaja putri. Oleh karena itu, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui gambaran dismenore dan aktivitas belajar pada remaja putri di SMPN 05 Kota Bengkulu Tahun 2026. Berdasarkan uraian tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah: "Bagaimana gambaran dismenore dan aktivitas belajar pada remaja putri di SMPN 05 Kota Bengkulu Tahun 2026"

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Mengetahui gambaran dismenore dan aktivitas belajar pada remaja putri di SMPN 05 Kota Bengkulu Tahun 2026.

2. Tujuan khusus

a. Diketahui distribusi tingkat dismenore pada remaja putri di SMPN 05 Kota Bengkulu.

Diketahui distribusi aktivitas belajar remaja putri di SMPN 05 Kota Bengkulu.

D. Manfaat

1. Bagi responden

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan responden mengenai dismenore dan aktivitas belajar selama menstruasi, sehingga responden dapat lebih memahami cara mengatasi dismenore serta tetap mempertahankan aktivitas belajar secara optimal.

2. Bagi institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi dan menambah kepustakaan di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Bengkulu mengenai gambaran dismenore dan aktivitas belajar pada remaja putri. Selain itu, hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai sumber informasi bagi mahasiswa dalam mengembangkan penelitian selanjutnya.

3. Bagi peneliti lain

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi bagi peneliti selanjutnya dalam mengembangkan penelitian mengenai dismenore dan aktivitas belajar pada remaja putri, baik dengan desain penelitian deskriptif maupun analitik serta dengan menambahkan variabel lain yang berkaitan.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penelitian & Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
1.	Karlinda et al. (2022)	Gambaran Intensitas Nyeri, Dampak Aktivitas Belajar, dan Koping Remaja yang Mengalami Dismenore	Penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri mengalami tingkat dismenore yang bervariasi, mulai dari ringan hingga berat. Aktivitas belajar selama menstruasi juga bervariasi, di mana sebagian responden mengalami penurunan konsentrasi, mudah lelah, dan kurang aktif mengikuti pembelajaran.	Penelitian ini berbeda pada lokasi penelitian, waktu penelitian, jumlah sampel, serta hanya mendeskripsikan gambaran dismenore dan aktivitas belajar pada remaja putri di SMPN 05 Kota Bengkulu Tahun 2026.
2.	Saputra et al. (2021)	Gambaran Dismenore dan Aktivitas Belajar pada Remaja Putri	Penelitian kuantitatif dengan desain deskriptif	Sebagian besar responden mengalami dismenore kategori sedang. Aktivitas belajar selama	Perbedaan penelitian terletak pada lokasi, jumlah sampel, karakteristik responden, dan waktu pelaksanaan penelitian.

				menstruasi menunjukkan variasi, di mana sebagian responden tetap mengikuti pembelajaran, sedangkan sebagian lainnya mengalami penurunan konsentrasi dan keaktifan belajar.	
3.	Yuliza et al. (2024)	Gambaran Kejadian Dismenore pada Remaja Putri	Kuantitatif dengan desain deskriptif	Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri mengalami dismenore primer dengan intensitas nyeri sedang hingga berat. Dismenore merupakan keluhan yang sering dialami selama menstruasi dan memerlukan perhatian dalam upaya peningkatan kesehatan reproduksi remaja.	Penelitian ini berbeda pada lokasi penelitian, jumlah sampel, waktu penelitian, serta variabel yang diteliti. Penelitian yang dilakukan penulis tidak hanya menggambarkan dismenore, tetapi juga menggambarkan aktivitas belajar pada remaja putri di SMPN 05 Kota Bengkulu Tahun 2026.