

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Masa remaja diawali dengan pubertas, yaitu terjadinya perubahan-perubahan fisik meliputi penampilan fisik seperti bentuk tubuh dan proporsi tubuh serta fungsi fisiologis seperti kematangan organ-organ seksual. Perubahan fisik yang terjadi pada masa pubertas ini berlangsung sangat cepat, tidak beraturan dan biasanya terjadi pada sistem reproduksi (Lubis, 2013).

Perubahan fisiologis yang dialami saat remaja salah satunya adalah mengalami menstruasi. Menstruasi merupakan pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan yang terjadi secara berulang setiap bulannya kecuali pada saat kehamilan. Dalam Al-Qur'an surat Al Baqarah ayat 222 dijelaskan tentang menstruasi atau haid yang artinya: *“Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah (darah) haid adalah kotoran, maka menjauhlah kalian dari istri kalian di tempat keluarnya haid. Dan janganlah kalian mendekati mereka sampai mereka suci. Jika mereka telah bersuci maka datangilah (campurilah) mereka sesuai dengan cara yang diperintahkan Allah kepada kalian. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang taubat dan orang-orang yang menyucikan diri”*. Menstruasi yang pertama atau *menarche* sering terjadi pada usia 11 tahun, namun dapat terjadi

juga pada usia 8 tahun atau 16 tahun tergantung faktor-faktor yang mempengaruhi kedewasaan atau perkembangan hormon pada seorang remaja itu sendiri (Kusmiran, 2007).

Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda, namun tidak sedikit ketika terjadi menstruasi disertai dengan keluhan-keluhan yang mengakibatkan rasa tidak nyaman atau nyeri yang hebat. Hal ini sering disebut dengan dismenore (*dysmenorrhea*). *Dysmenorrhea* ini merupakan rasa sakit yang dialami pada awal masa menstruasi. Sebagian wanita ada yang mengalami rasa sakit yang hebat, sedangkan sebagian lainnya hanya merasakan sakit yang tidak begitu berat. Rasa sakit yang timbul saat *dysmenorrhea* diakibatkan oleh kontraksi yang berlebihan dari otot-otot rahim. Secara umum *dysmenorrhea* dapat bersifat primer atau sekunder, tergantung faktor penyebabnya (Janiwarty & Herri, 2013).

Salah satu penyebab *dysmenorrhea* adalah faktor psikis. Faktor psikis tersebut dapat berupa stress. Stress merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dalam beradaptasi terhadap tekanan internal maupun eksternal (Sari et al., 2015). Ketika stress tubuh akan memproduksi hormon adrenalin, estrogen serta prostaglandin yang berlebihan. Hormon estrogen dapat menyebabkan peningkatan kontraksi uterus secara berlebihan. Peningkatan hormon estrogen secara berlebihan ini dapat mengakibatkan rasa nyeri. Selain itu hormon adrenalin juga meningkat sehingga mengakibatkan otot tubuh menjadi tegang termasuk otot rahim dan dapat menimbulkan rasa nyeri saat menstruasi (Puji, 2009). Hal ini mendasari peneliti untuk meneliti

lebih jauh mengenai tingkat stress psikologis pada wanita yang mengalami *dysmenorrhea primer* di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu berapa tingkat stress psikologis pada wanita saat mengalami *dysmenorrhea primer* di Universitas Muhammadiyah Surakarta?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui tingkat stress psikologis pada wanita saat mengalami *dysmenorrhea primer* di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat stress psikologis pada wanita saat mengalami *dysmenorrhea primer* di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi tingkat nyeri pada wanita saat mengalami *dysmenorrhea primer* di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

- c. Untuk menganalisa tingkat stress psikologis pada wanita saat mengalami *dysmenorrhea primer* di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

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

##### **1. Manfaat Teoritis**

- a. Dapat mengetahui tingkat stress psikologis pada wanita saat mengalami *dysmenorrhea primer* di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- b. Dapat Mengetahui tingkat nyeri pada wanita saat mengalami *dysmenorrhea primer* di Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- c. Dapat menganalisa tingkat stress psikologis pada wanita saat mengalami *dysmenorrhea primer* di Universitas Muhammadiyah Surakarta.

##### **2. Manfaat Praktis**

Untuk tim kesehatan diharapkan penelitian ini dapat memberikan sumbangan ilmu pengetahuan yang berguna khususnya bagi Fisioterapi dalam menganalisa tingkat stress psikologis pada wanita saat mengalami *dysmenorrhea primer*.