

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Derajat Kesehatan dapat tercapai secara optimal karena terdapat peran dari berbagai pihak, termasuk diri sendiri dan peran penting dari tenaga kesehatan. Hal tersebut sesuai dengan Undang-Undang Nomor 36 Tahun 2014 tentang Tenaga Kesehatan yang menyatakan bahwa tenaga kesehatan memiliki peranan penting untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan yang maksimal kepada masyarakat agar masyarakat mampu untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan hidup sehat sehingga akan terwujud derajat kesehatan yang setinggi-tingginya sebagai investasi bagi pembangunan sumber daya manusia yang produktif secara sosial dan ekonomi serta sebagai salah satu unsur kesejahteraan umum. Dari sekian banyak tenaga kesehatan yang ada di Indonesia adalah fisioterapi.

Fisioterapi merupakan bagian dari ilmu kesehatan, dimana objek ilmu fisioterapi adalah fenomena kesehatan manusia atau fenomena sehat-sakit manusia. Secara lebih utuh, batang tubuh ilmu fisioterapi dapat dikonstruksi dari berbagai ilmu-ilmu kesehatan (*health science*) yang telah ada. Termasuk pula dalam hal mendidik, memotivasi, memberi dukungan dan nasehat kepada mereka dalam upaya pencegahan (preventif) terhadap menurunnya kemampuan fungsional dan mempertinggi derajat kesehatan (promosi) dalam upaya mencapai derajat kesehatan yang tinggi (Samba, 2007).

Konsentrasi Pemerintah dalam bidang pelayanan kesehatan diantaranya adalah pelayanan kesehatan anak usia sekolah dan remaja yang tertuang dalam Peraturan Menteri Kesehatan No. 25 Tahun 2014 Tentang Upaya Kesehatan Anak. Dalam Peraturan Menteri Kesehatan tersebut kesehatan reproduksi menjadi salah satu aspek materi komunikasi, informasi dan edukasi bagi para remaja. Hal-hal yang berkaitan dengan tahap perkembangan masa remaja adalah pubertas, dimana salah satu cirinya adalah kematangan organ seksual, khususnya remaja wanita adalah menstruasi atau haid.

Perubahan biologis yang terjadi pada remaja wanita usia 10-16 tahun diantaranya adalah mengalami haid. Secara medis, haid merupakan proses alami yang dialami wanita, yaitu terjadinya proses pendarahan yang disebabkan luruhnya dinding rahim sebagai akibat tidak adanya pembuahan. Pada umumnya wanita merasakan keluhan berupa nyeri atau kram perut menjelang haid yang dapat berlangsung hingga 2-3 hari, dimulai sehari sebelum mulai haid. Nyeri perut saat haid/ dismenorea yang dirasakan setiap wanita berbeda-beda, ada yang sedikit terganggu namun ada pula yang sangat terganggu hingga tidak dapat menjalankan aktifitas sehari-hari dan membuatnya harus istirahat bahkan terpaksa absen dari sekolah/ pekerjaan. Dismenorea didefinisikan sebagai nyeri uterus yang bersifat siklus yang terjadi sebelum atau selama menstruasi (Andriyani, 2013).

Dalam Islam seseorang wanita yang sudah mendapatkan menstruasi atau haid maka berarti dia sudah dikatakan “baligh”. Baligh merupakan istilah dalam Hukum Islam yang menunjukkan seseorang telah mencapai kedewasaan.

“Baligh” diambil dari kata bahasa Arab yang secara bahasa memiliki arti “sampai”, maksudnya adalah telah sampainya usia seseorang pada tahap kedewasaan (*al-bulgh ialah al-wushul wa al-idrak*). Sedangkan menurut makna terminologis, *al-bulugh* adalah habisnya masa kanak-kanak. Seseorang dapat dikatakan baligh apabila mengetahui, memahami, dan mampu membedakan mana yang baik dan mana yang buruk, serta telah mencapai usia 15 tahun ke atas dan atau sudah mengalami *mimpi basah* bagi laki-laki telah mencapai usia 9 tahun ke atas dan atau sudah mengalami menstruasi bagi perempuan (Salamah, 2017). Masalah haid dijelaskan dalam QS. Al-Baqarah ayat 22 yang artinya :

*“Dan mereka bertanya kepadamu tentang Haid, katakanlah haid adalah kotoran. Oleh sebab itu jauhilah olehmu perempuan yang sedang haid dan janganlah kamu sekalian mendekati mereka sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka kembali pada tempat yang telah diperintahkan oleh Allah kepadamu sekalian, sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang berbuat taubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri”* (QS. Al-Baqarah ayat 22).

Nyeri pada dismenorea terkait dengan sejumlah tanda dan gejala lain seperti sakit kepala, diare, anoreksia, mual dan muntah. Dismenorea primer menyebabkan intoleransi aktivitas dan pada nyeri yang parah dapat mengakibatkan ketidakhadiran di tempat kerja atau sekolah, sehingga menyebabkan berkurangnya hasil kerja dan perhatian di kelas (Aziato *et al*, 2014). Penyebab dismenorea primer sampai saat ini masih belum jelas, tetapi

beberapa teori menyebutkan bahwa aktifitas fisik, status gizi, asupan zat gizi, dan karakteristik menstruasi berhubungan dengan dismenor primer. Menurut Mahvash *et al.*, (2012), melakukan aktifitas fisik secara teratur dapat mengurangi gejala dismenorea primer. Sedangkan, menurut Ju *et al.*, (2015), sejumlah lemak tubuh berperan penting dalam pemeliharaan siklus ovulasi normal sehingga terlalu banyak dan sedikit lemak akan mempengaruhi kesehatan reproduksi.

Penelitian Mohapatra (2016) dalam *Asian Journal of Pharmaceutical and Clinical Research* tentang hubungan antara indeks massa tubuh dan dismenor serta implikasinya terhadap aktifitas sehari-hari pada 200 orang mahasiswi kedokteran di departemen Fisiologi IMS&Sum Hospital, SOA University, Odisha, India, menunjukkan bahwa ada hubungan positif antara dismenorea pada remaja dengan indeks massa tubuh rendah. Selain itu, dismenorea memiliki efek negatif pada kualitas hidup yang berhubungan dengan kesehatan. Ini adalah penyebab utama ketidakhadiran sekolah dan perguruan tinggi.

Penelitian lainnya, yaitu tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenorea primer pada remaja oleh Sakinah (2016), dengan tujuan untuk mempelajari faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenorea primer pada remaja. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian tersebut adalah *cross sectional study* dengan jumlah subjek sebanyak 85 orang. Subjek dalam penelitian adalah siswi kelas X dan XI SMA Kornita Bogor. Salah satu hasilnya menunjukkan bahwa tingkat aktivitas fisik yang

ringan belum menjadi faktor penghambat kejadian dismenorea primer, namun sudah berpeluang menghambat kejadian dismenorea primer sebesar 31.2% dibandingkan dengan tingkat aktifitas fisik sedang. Hasil ini diduga disebabkan oleh kehomogenan data dalam penelitian tersebut, sebagian besar (69.4%) subjek penelitian memiliki tingkat aktifitas fisik yang tergolong ringan. Disamping hal tersebut, beberapa variabel diantaranya adalah status gizi, karakteristik menstruasi, dan tingkat kecukupan zat gizi dapat berpeluang mempengaruhi dan meningkatkan kejadian dismenorea.

Penelitian yang dilakukan oleh Fitriana (2017) tentang hubungan tingkat stress dengan kejadian dismenorea pada Mahasiswa DIV Kebidanan Semester VIII Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, hasilnya bahwa terdapat hubungan positif antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea pada mahasiswi. Menurut Dadang Hawari (2010) dalam Fitriana (2017), beberapa faktor yang menyebabkan timbulnya stress, salah satunya adalah faktor psikologi, faktor ini berhubungan dengan keadaan psikis individu berupa frustrasi, adanya konflik, tekanan dan krisis, sehingga apabila seseorang yang sudah membuat kesal atau telah terjadi konflik akan merasa sulit untuk tenang. Maka kondisi tersebut akan memicu ketidakstabilan hormon didalam tubuh penderita stres, sehingga berpengaruh terhadap siklus menstruasi.

Melihat dari latar belakang tersebut diatas, maka penulis merasa perlu untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan indeks massa tubuh (IMT) dan aktifitas fisik dengan derajat nyeri dismenorea primer pada siswi di SMA Muhammadiyah 1 Sragen".

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu,

1. Apakah ada hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan derajat nyeri dismenorea primer pada siswi di SMA Muhammadiyah 1 Sragen?
2. Apakah ada hubungan antara aktifitas fisik dengan derajat nyeri dismenorea primer pada siswi di SMA Muhammadiyah 1 Sragen?
3. Apakah ada hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dan aktifitas fisik dengan derajat nyeri dismenorea primer pada siswi di SMA Muhammadiyah 1 Sragen?

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Menganalisis hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan derajat nyeri dismenorea primer pada siswi di SMA Muhammadiyah 1 Sragen.
2. Menganalisis hubungan antara aktifitas fisik dengan derajat nyeri dismenorea primer pada siswi di SMA Muhammadiyah 1 Sragen.
3. Menganalisis hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dan aktifitas fisik dengan derajat nyeri dismenorea primer pada siswi di SMA Muhammadiyah 1 Sragen.

## **D. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat Teoritis

Menambah wawasan dan pengetahuan bagi masyarakat umum dan secara khusus, bagi mahasiswa bidang kesehatan terkait batang tubuh ilmu

fisioterapi, salah satunya adalah fisioterapi kesehatan wanita, khususnya adalah gambaran mengenai indeks massa tubuh (IMT) serta aktifitas fisik pada siswi SMA dan hubungannya dengan derajat nyeri dismenorea primer.

## 2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan akan bermanfaat bagi:

### a. Wanita (khususnya remaja putri)

Setelah diketahui faktor-faktor penyebab dismenorea primer diharapkan mampu melakukan pencegahan terhadap faktor pencetus terjadinya nyeri yang berat ketika mengalami menstruasi serta penanganan yang tepat dan mandiri jika terjadi dismenorea primer.

### b. Peneliti lain

Penelitian ini dapat dijadikan referensi bagi peneliti lain untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.