

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja terjadi berbagai perubahan dalam struktur fisik, perkembangan intelektual perkembangan sosial dan kematangan psikologis yang mencakup kematangan emosi pertumbuhan otonomi dan kebutuhan untuk mengeksplorasi pengalaman baru. Seseorang yang berusia antara 10 dan 19 tahun dianggap remaja. Proses transformasi biasanya terjadi antara usia 10 dan 16 tahun dan dimulai dengan dimulainya siklus menstruasi pertama pada wanita. Ini biasanya dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi, yang merupakan periode menstruasi berkala yang terjadi di dalam rahim. Sebagian besar, gejala sindrom pramenstruasi (PMS) akan muncul selama siklus menstruasi remaja (Elmiarti Kiha, Ruslan Majid 2024).

Wanita mengalami menstruasi, juga dikenal sebagai haid, yang merupakan proses alami. Hampir sebagian besar remaja putri mengalami rasa tidak nyaman atau nyeri yang hebat saat menstruasi. Ini biasanya disebut sebagai nyeri haid (*dismenorea*) menurut (Sari & Hayati). haid atau *dismenore* adalah masalah menstruasi yang paling umum. Rasa sakit ini muncul beberapa hari menjelang menstruasi. Biasanya nyeri terletak di perut bagian bawah atau tengah bahkan kadang-kadang sampai kepinggul, paha, dan punggung. Setiap wanita memiliki rasa nyeri perut yang berbeda saat haid atau dismenore. Ada yang sedikit terganggu, tetapi ada juga yang

sangat terganggu sehingga mereka tidak dapat melakukan apa-apa (Wildayani, 2023).

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa jumlah kasus dismenore di seluruh dunia sangat tinggi, dengan rata-rata lebih dari 50% perempuan mengalami dismenore primer. Disminore tidak umum di semua negara. Di Amerika Serikat, prevalensi sekitar 85%, di Italia 84,1%, 84,1%, dan di Australia 80%.

Di Asia Tenggara, prevalensi berbeda, dengan 68,7% di Asia Timur laut, 74,8% di Asia Tengah, dan 54,0% di Asia Barat laut. Di Malaysia, prevalensi 69,4%, di Thailand 84,2%, dan di Indonesia, prevalensi dismenore 64,25%, terdiri dari 54,89% dismenore (WHO, 2019).

Disminore di Indonesia tercatat sebanyak 72,89% dan sebanyak 54% terjadi pada remaja putri (Kemenkes RI, 2021). berdasarkan penelitian Di Sumatera Barat, angka kejadian Disminore mencapai 57,3%, dengan tingkat keluhan nyeri berat (9%), nyeri sedang (39%), dan nyeri ringan (52%), yang menyebabkan 12% remaja sering tidak pergi ke sekolah (Saputri 2023).

Selain itu berdasarkan penelitian di Kota Padang diketahui bahwa prevalensi dismenore mencapai 87,7%, terdiri atas nyeri ringan 27,4%, nyeri sedang 50,7%, dan nyeri berat 13,7%. Data ini menunjukkan bahwa sebagian besar mahasiswi di Kota Padang mengalami dismenore dengan

tingkat nyeri yang bervariasi. Kondisi ini dapat memengaruhi aktivitas belajar dan konsentrasi mahasiswa (Suherman 2023).

Banyak hal yang dapat menyebabkan Dismenore, termasuk kelainan hormonal seperti kadar *prostaglandin* yang lebih tinggi selama menstruasi, yang menyebabkan *miometrium* mengerut. Untuk remaja putri kondisi gizi, tingkat stres, aktivitas fisik, lokasi geografis, lamanya siklus menstruasi dan waktu *menarche* adalah faktor lain yang juga berpengaruh (Elmiarti Kiha, Ruslan Majid 2024).

Hipotalamus dan kelenjar *hipofisis* bertanggung jawab atas pengendalian kortisol di otak, Stres yang dialami remaja perempuan dapat berdampak pada regulasi kortisol yang berdampak pada kesehatan dan kemampuan untuk mengendalikan peristiwa atau situasi yang berpotensi mengancam atau mengganggu. Tubuh menghasilkan hormon berlebihan seperti *prostaglandin*, *adrenalin*, *estrogen*, dan *progesteron*. Hormon-hormon ini memperparah nyeri haid dengan meningkatkan intensitas kontraksi rahim. Kekuatannya bervariasi tergantung pada tingkat stres yang dialami setiap orang (Elmiarti Kiha, Ruslan Majid 2024).

Banyak hal yang dapat menyebabkan Dismenore, termasuk kelainan hormonal seperti kadar *prostaglandin* yang lebih tinggi selama menstruasi, yang menyebabkan *miometrium* mengerut. Untuk remaja putri kondisi gizi, tingkat stres, aktivitas fisik, lokasi geografis, lamanya siklus menstruasi dan waktu *menarche* adalah faktor lain yang juga berpengaruh (Elmiarti Kiha, Ruslan Majid 2024).

Hypothalamus dan kelenjar *hipofisis* bertanggung jawab atas pengendalian kortisol di otak, Stres yang dialami remaja perempuan dapat berdampak pada regulasi kortisol yang berdampak pada kesehatan dan kemampuan untuk mengendalikan peristiwa atau situasi yang berpotensi mengancam atau mengganggu. Tubuh menghasilkan hormon berlebihan seperti *prostaglandin*, *adrenalin*, *estrogen*, dan *progesteron*. Hormon-hormon ini memperparah nyeri haid dengan meningkatkan intensitas kontraksi rahim. Kekuatannya bervariasi tergantung pada tingkat stres yang dialami setiap orang (Elmiarti Kiha, Ruslan Majid 2024).

Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stres dan kejadian dismenore pada remaja putri. Penelitian yang dilakukan oleh Putri (2021), pada remaja putri di SMK Negeri 3 Palembang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kejadian dismenore dengan kekuatan korelasi yang kuat ($p < 0,05$; $r = 0,650$), yang berarti semakin tinggi tingkat stres maka semakin besar kemungkinan terjadinya dismenore. Sejalan dengan itu, penelitian oleh Elmiarti Kiha dan Ruslan Majid (2024). pada siswa SMAN 1 Pasir Putih juga menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kejadian dismenore ($p < 0,05$), di mana sebagian besar responden mengalami stres sedang dan dismenore.

Di Kota Padang terdapat beberapa Sekolah Menengah Atas (SMA) yang memiliki jumlah siswa yang cukup banyak. Salah satu sekolah yang memiliki jumlah siswa cukup besar adalah SMA Negeri 2 Padang. SMA

Negeri 2 Padang dipilih sebagai lokasi penelitian karena jumlah siswa kelas XI di sekolah tersebut cukup banyak dibandingkan dengan beberapa SMA lainnya di Kota Padang, sehingga memungkinkan peneliti memperoleh jumlah responden yang memadai untuk dilakukan penelitian.

Berdasarkan survei awal yang dilakukan peneliti di SMA Negeri 2 Padang, diperoleh data bahwa jumlah seluruh siswa adalah 1.148 orang. Dari jumlah tersebut, siswa kelas XI berjumlah 382 orang yang terdiri dari 174 siswa laki-laki dan 208 siswa perempuan dengan jumlah 11 kelas. Banyaknya jumlah siswi pada kelas XI menunjukkan bahwa remaja putri di sekolah tersebut cukup banyak.

Selain itu, peneliti juga melakukan survei awal dengan membagikan 10 kuesioner kepada siswi di SMA Negeri 2 Padang. Dari hasil survei tersebut diketahui bahwa 9 orang siswi mengalami dismenore, sedangkan 1 orang siswi tidak mengalami nyeri haid. Hasil ini menunjukkan bahwa kejadian dismenore pada remaja putri masih cukup sering terjadi. Nyeri haid tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, termasuk kegiatan belajar di sekolah.

Oleh karena itu, penelitian ini penting dilakukan untuk memberikan gambaran ilmiah yang dapat dijadikan dasar dalam upaya promotif dan preventif di lingkungan sekolah. berdasarkan uraian tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Dismenore pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 2 di Kota Padang 2026.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalahnya pada penelitian adalah apakah ada hubungan tingkat stres dengan kejadian Dismenore pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 2 Padang di Kota Padang 2026 ?.

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian Dismenore pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 2 Padang di Kota Padang 2026.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui kejadian Dismenore remaja putri kelas XI di SMA Negeri 2 Padang di Kota Padang 2026.
- b. Diketahui tingkat stres remaja putri kelas XI SMA Negeri 2 Padang di Kota Padang 2026.
- c. Diketahui hubungan tingkat stres dengan kejadian Dismenore Pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 2 Padang di Kota Padang 2026.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan peneliti tentang hubungan tingkat stres terhadap kejadian Dismenore pada remaja putri 2026.

b. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai informasi dan gambaran bagi pengembangan peneliti selanjutnya mengenai hubungan tingkat stres terhadap kejadian Dismenore pada remaja putri 2026.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Instansi Pelayanan Kesehatan

Menambah wawasan bagi bidan dan kader kesehatan agar dapat lebih memahami dan mampu memberikan edukasi stimulasi hubungan tingkat stres terhadap Kejadian Dismenore pada remaja putri.

b. Manfaat Bagi Institusi

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi informasi dan referensi tambahan bagi institusi dan dapat dikembangkan lebih baik lagi dan menjadi acuan untuk penelitian selanjutnya.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini membahas tentang hubungan tingkat stres dengan kejadian Dismenore pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 2 di Kota Padang 2026. Variabel independen adalah Tingkat Stres sedangkan variabel dependen adalah Kejadian Dismenore. Penelitian dilakukan pada bulan Maret – Agustus 2026 pengumpulan data dilakukan pada tanggal 12 Mai - 21 Mai 2026. Desain penelitian yang digunakan yaitu *analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tingkat stres dan lembar penilaian dismenore. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri kelas XI dengan

populasi sebanyak 208 siswi SMA Negeri 2 Padang di Kota Padang Tahun 2026. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 68 menggunakan teknik pengambilan *Systematic random sampling*. Teknik analisis data menggunakan analisis *univariat* dan analisis *bivariat*.

