

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa perubahan dari anak-anak ke masa dewasa. Remaja akan mengalami perubahan fisik dan emosional. Pada perempuan, pubertas ditandai dengan terjadinya menstruasi. Pada saat menstruasi sering terjadi keluhan, khususnya pada perempuan usia produktif (Huzaimah, 2015). Menurut Purwati & Sarwinanti (2015), menstruasi merupakan peristiwa pengeluaran darah dari uterus atau meluruhnya dinding endometrium secara periodik karena tidak dibuahi. Menstruasi merupakan hal yang alami sehingga dapat dipastikan semua wanita yang normal akan mengalami menstruasi. Banyak wanita yang mengeluhkan masalah menstruasi, seperti nyeri saat sebelum dan selama menstruasi. Keluhan menstruasi yang sering dialami perempuan adalah nyeri haid.

Nyeri haid merupakan nyeri sebelum atau selama menstruasi. Produksi prostaglandin yang tidak seimbang pada saat menstruasi menyebabkan kontraksi uterus dan menyebabkan timbulnya nyeri. Nyeri menstruasi terjadi di perut bawah, biasanya dirasakan ketika mulai perdarahan (Reeder, Martin, & Koniak-griffin, 2012). Menurut Bonde & Moningga (2014), nyeri haid merupakan keluhan menstruasi dengan prevalensi 89% dan diikuti dengan ketidakteraturan menstruasi 31%. Gangguan menstruasi ini memerlukan penanganan yang seksama karena bila tidak tertangani dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Dampak dari nyeri haid dapat mengakibatkan tergangguya konsentrasi, mempengaruhi setengah dari semua remaja wanita saat ini dan mewakili yang terdepan penyebab absennya perguruan tinggi / sekolah. Remaja dengan nyeri haid juga mengalami penurunan prestasi belajar dari pada remaja yang tidak mengalami nyeri haid (Singh et al., 2008).

