

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang Masalah**

Menstruasi merupakan keluarnya darah dari uterus yang normal terjadi setiap bulan sekali secara periodik dan siklik. Menstruasi juga merupakan pertanda bahwa sel telur dalam uterus telah matang dan dilepaskan (Kartika *et al.*, 2020). Remaja mengalami menstruasi pertama kali (*menarche*) saat berumur 11-15 tahun dengan rata-rata 13 tahun. Menstruasi menandakan bahwa kaum hawa sudah memasuki saat dimana ia dapat hamil dan memperoleh keturunan yang disebut juga masa reproduksi. Wanita akan mengalami masa reproduksi selama 35-40 tahun, lalu diakhiri dengan masa berhentinya menstruasi atau menopause (Sarwono, 2017).

Nyeri menstruasi disebut dengan dismenorea, hal ini dapat berlangsung selama 1-3 hari dalam setiap siklus menstruasi (Pakpour *et al.*, 2020). Dismenorea dibedakan menjadi primer dan sekunder. Dismenorea yang tidak disebabkan oleh kelainan ginekologi disebut dismenorea primer, sedangkan dismenorea sekunder terjadi akibat kelainan ginekologi seperti endometriosis, adenomiosis, dan lain-lain (Purwoastuti dan Malyani, 2015).

Karakteristik nyeri dismenorea berbeda-beda, Sarwono (2017) mengatakan bahwa nyeri menstruasi dapat bersifat seperti mulas-mulas, ngilu, bahkan ditusuk-tusuk di bagian pinggang atau bawah perut. Sarwono

juga mengatakan bahwa hebatnya rasa nyeri yang diderita tergantung pada intensitas terganggunya aktivitas yang dialami wanita saat dismenorea, seperti tetap dapat melakukan aktivitas sehari-hari atau sampai tidak bisa berkegiatan sama sekali (hanya bisa berbaring) sehingga harus mengonsumsi obat anti nyeri.

Lebih dari 50% rata-rata wanita di berbagai negara mengalami dismenorea, Indonesia menjadi salah satunya (Susanti *et al.*, 2018). Penelitian Fitri (2020) membuktikan bahwa presentase wanita dismenorea yang terganggu aktivitas belajarnya dari 50 sampel yaitu sebanyak 87,5% sedangkan penelitian Pradini *et al.* (2020) menyebutkan sebanyak 15% remaja di Indonesia aktivitasnya terganggu karena dismenorea. Apriyanti *et al.* (2018) berpendapat bahwa presentase kejadian dismenorea primer di Indonesia jauh lebih besar daripada dismenorea sekunder, menurut Lail (2019) prevalensi kasus dismenorea primer di Indonesia sebesar 54,89%. Nyeri menstruasi bukan hanya mempengaruhi kesehatan fisik, tetapi nyeri menstruasi juga dapat mempengaruhi aspek sosial dan kehidupan sehari-hari wanita. Banyak wanita yang terkena dismenorea primer sering bolos kerja atau sekolah karena nyeri yang membuat tidak nyaman (Fernández-Martínez *et al.*, 2019).

Penyebab dismenorea primer terkait dengan banyak faktor, termasuk faktor kebiasaan (merokok, konsumsi minuman bersoda) dan faktor psikologis (stress, depresi, cemas) (Hailemeskel *et al.*, 2016). Stres banyak dijumpai di kalangan pelajar masa kini terutama pada tingkat Sekolah

Menengah Atas (SMA). Kesulitan dalam memahami mata pelajaran, banyak tugas, dan jadwal yang padat menjadi sebagian dari faktor penyebab stres di kalangan pelajar (A. Desamparado *et al.*, 2019).

Salah satu keluhan yang tidak jarang dialami remaja adalah dismenorea, tetapi masih banyak remaja yang belum mengerti adanya macam-macam pengobatan dismenorea. Penelitian Andriyani *et al.* (2017) menyebutkan terdapat 10 orang dari 15 orang remaja yang mengalami nyeri menstruasi dan belum mengetahui cara penanganan yang tepat. Terdapat 2 macam pengobatan yaitu secara farmakologi dan non farmakologi (De Sanctis *et al.*, 2016). Metode pengobatan dismenorea secara non farmakologi lebih aman dan mudah dilakukan dalam mengurangi nyeri karena tidak mempunyai efek samping, contohnya seperti olahraga, kompres hangat, pemijatan, dan terapi distraksi (Aboualsoltani *et al.*, 2020; Bambang, 2019; Murtiningsih *et al.*, 2018).

Musik juga dianggap dapat menurunkan nyeri dari aspek pengobatan non farmakologi, caranya dengan mendengarkan musik klasik maupun bacaan ayat suci Al-Qur'an (murottal) (Ramdaniati *et al.*, 2018). Bacaan ayat suci Al-Qur'an jika didengarkan akan mempengaruhi sistem fisiologis dan psikologis manusia karena jika huruf Al-Qur'an dilantunkan selaras dengan hukum bacaan serta tajwidnya maka akan menghasilkan tempo yang pelan dan indah sehingga membuat rileks pendengarnya (Oktora & Purnawan, 2018). Murottal Al-Qur'an juga merupakan aspek spiritual yang dapat

membuat si pendengar lebih tenang karena mengingat Tuhannya (Suwardi & Rahayu, 2019).

Penegasan di atas sesuai dengan firman Allah dalam QS. Ar-Ra'd ayat 28:

بِذِكْرِ آلَا ٱللَّهِ رَبِّكَ قُلُوبُهُمْ وَتَطْمَئِنُّ ٱلَّذِينَ  
ٱلْقُلُوبُ تَطْمَئِنُّ ٱللَّهِ

Artinya: (yaitu) orang-orang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang (13:28).

Penelitian ini dibuat berdasarkan penelitian sebelumnya oleh Rahmah (2018) dan Puspita Sari (2015) yang membuktikan bahwa terapi murottal berpengaruh terhadap intensitas nyeri dismenorea. Penelitian terdahulu oleh Rahmah (2018) mengenai dampak penyembuhan murottal dan aromaterapi terhadap tingkat nyeri dismenorea pada mahasiswa mendapatkan hasil tingkat nyeri sebelum diberi intervensi QS. Ar-Rahman sebanyak dua kali yaitu 5,40 sedangkan setelah intervensi nilai rata-ratanya turun menjadi 2,90, sedangkan penelitian yang sudah diteliti oleh Puspita Sari (2015) mengenai perbedaan tingkat nyeri dismenorea dengan mendengarkan murottal Al-Qur'an surat Ar-Rahman selama 30 menit memperoleh hasil yaitu tingkat nyeri sebelum mendengarkan murottal rata-rata berada di skala nyeri sedang dan setelah mendengarkan rata-rata berada di skala nyeri ringan.

Berbagai latar belakang yang sudah dipaparkan maka akan dilakukan penelitian tentang pengaruh mendengarkan murottal Al-Qur'an terhadap tingkat nyeri dismenorea pada siswi SMA.

## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang didapatkan berdasarkan latar belakang di atas yaitu bagaimana pengaruh mendengarkan murottal Al-Qur'an terhadap tingkat nyeri dismenorea pada siswi SMA?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengobservasi pengaruh mendengarkan murottal Al-Qur'an terhadap tingkat nyeri dismenorea pada siswi SMA.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Menentukan karakteristik dan penyebab nyeri dismenorea yang dialami siswi SMA.
- b. Mengidentifikasi perbedaan tingkat nyeri dismenorea sebelum dan sesudah mendengarkan murottal Al-Qur'an.
- c. Menganalisis perbedaan tingkat nyeri dismenorea antara kelompok kontrol dan eksperimen setelah diberi perlakuan.

## **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat yang akan didapatkan dari penelitian ini yaitu sebagai berikut:

### 1. Bagi subjek

Penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan cara untuk mengurangi nyeri dismenorea karena aman dan mudah dilakukan.

2. Bagi institusi

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber untuk mengembangkan ilmu tentang cara mengurangi nyeri dismenorea dan pilihan alternatif bagi institusi pendidikan dan layanan kesehatan.

3. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tinjauan mengenai manfaat mendengarkan murottal Al-Qur'an bagi penderita dismenorea pada siswi SMA.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Judul dan Nama Peneliti	Jenis Penelitian	Variabel	Persamaan	Perbedaan
1	Pengaruh Terapi Murottal Al-Qur'an Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Persalinan Dan Kecemasan Dalam Persalinan Primigravida Kala I Fase Aktif di RSUD Prof. Dr.Margono Soekardjo Tahun 2014 (Handayani et al., 2016)	<i>Quasi Eksperiment with one group pretest and posttest design</i>	Variabel bebas: Terapi Murottal Variabel terikat: Intensitas Nyeri dan Kecemasan Persalinan	Mengetahui pengaruh murottal Al-Qur'an terhadap intensitas nyeri	Tidak meneliti kecemasan dalam persalinan
2	Pengaruh Terapi Murottal dan Aromaterapi terhadap Intensitas Dismenorea pada Mahasiswi Keperawatan (MaulidaRahmah & Astuti, 2019)	<i>Eksperimental with one group pretest and posstest design</i>	Variabel bebas: Terapi murottal dan aromaterapi Variabel terikat: Intensitas dismenorea	Menganalisis pengaruh terapi murottal terhadap intensitas dismenorea	Subjek penelitian dan intervensi aromaterapi
3	Pengaruh Pemberian <i>Stretching Abdomen</i> terhadap Tingkat Nyeri Dismenorea pada Santriwati di Pondok Pesantren Al-Munawwir (Padminawangi, 2019)	<i>Quasi Eksperiment with control group design</i>	Variabel bebas: Stretching abdomen Variabel terikat: Tingkat nyeri dismenorea	Meneliti tingkat nyeri dismenorea sebelum dan sesudah diberi intervensi	Tidak memberi intervensi stretching abdomen