

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi atau haid ialah pendarahan secara periodik dan siklus dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium (Winkjosastro, 2009). Salah satu tanda-tanda biologis fase siklus menstruasi secara subjektif adalah adanya ketidak nyamanan fisik seperti dismenorea/nyeri haid (Bobak,2007).

Dismenorea atau nyeri haid merupakan suatu gejala bukan suatu penyakit, namun nyeri yang timbul akibat kontraksi distrimik miometrium yang menampilkan satu atau lebih gejala mulai dari nyeri ringan sampai berat (Winkjosastro,2009).

Pada umumnya wanita merasakan keluhan berupa nyeri atau kram perut menjelang haid yang dapat berlangsung hingga 2-3 hari, di mulai sehari sebelum mulai haid. Nyeri perut saat haid yang dirasakan setiap wanita berbeda-beda, ada yang sedikit mengganggu namun ada pula yang sangat terganggu hingga tidak dapat menjalankan aktivitas sehari-hari dan membuatnya harus beristirahat (Andayani, 2013).

Dismenorea merupakan salah satu masalah yang terjadi pada wanita yang tidak bisa dianggap sepele, karena ada beberapa wanita yang mengalami dismenorea tingkat berat yang berdampak terganggunya beberapa aktivitas bahkan ada beberapa wanita yang tidak mampu melakukan kegiatan apapun (Proverawati, 2009).

Meskipun dismenorea merupakan masalah fisik bukan masalah psikis namun dismenorea dengan tingkatan nyerinya sering menimbulkan ketidak nyamanan

yang dapat mengganggu aktivitas. Kondisi seperti ini membawa remaja pada situasi yang tidak menyenangkan. Melihat dampak dari dismenorea dapat dikatakan bahwa dismenorea merupakan problema dalam kehidupan wanita yang memaksa mereka untuk menggunakan berbagai cara untuk mencegah terjadinya nyeri dismenorea (Rumaiah, 2006).

Angka kejadian nyeri menstruasi (dismenorea) di dunia sangat besar, Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami dismenorea, Prevalensi dismenorea primer di Amerika Serikat tahun 2012 pada wanita umur 12-17 tahun adalah 59,7%, dengan derajat kesakitan 49% dismenorea ringan, 37% dismenorea sedang, dan 12% dismenorea berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak masuk sekolah. Pada tahun 2012 sebanyak 75% remaja wanita di Mesir mengalami dismenorea, 55,3% dismenorea ringan, 30% dismenorea sedang, dan 14,8% dismenorea berat. Sebuah penelitian yang dilakukan di India ditemukan prevalensi dismenorea sebesar 73,83% dimana dismenorea berat. Berdasarkan data dari *National Health and Nutrition Examination Survey* (NHANES), umur rata-rata menarche (menstruasipertama) pada anak remaja di Indonesia yaitu 12,5 tahun dengan kisaran 9-14 tahun. Di Indonesia angka kejadian dismenorea tipe primer adalah sekitar 54,89% sedangkan sisanya penderita dengan dismenorea sekunder.

Hasil penelitian Sophia, *et al.* (2013), yang dilakukan di SMK Negeri 10 Medan, menunjukkan bahwa hubungan antara usia *menarche* dan lama menstruasi dengan kejadian dismenorea primer ($p=0,03/0,046$).

Responden yang mengalami dismenorea paling banyak terjadi pada usia *menarche* ≤ 12 tahun sebanyak 83,7% dan lama menstruasi paling banyak yaitu ≥ 7 hari sebanyak 87,2%.

Dismenorea terjadi pada remaja dengan prevalensi berkisar antara 43% hingga 93%, dimana sekitar 74- 80% remaja mengalami dismenorea ringan, sementara angka kejadian endometriosis pada remaja dengan nyeri panggul diperkirakan 25-38%, sedangkan pada remaja yang tidak memberikan respon positif terhadap penanganan untuk nyeri haid, endometriosis ditemukan pada 67% kasus (Nurwana, 2016).

Berdasarkan data awal yang diperoleh peneliti tanggal 01 Nopember 2017 di asrama ABIM Kota Kediri, jumlah remaja di asrama ABIM sebanyak 70 orang. Hasil wawan cara yang di lakukan peneliti pada 12 orang maha siswi asrama ABIM di dapatkan bahwa 9 orang sering mengalami dismenorea ringan sampai berat. Penanganannya dengan cara beristirahat dan mengoles perut dengan minyak kayuputih dan ada juga yang minum obat anti nyeri/feminax (Nara, 2018).

Berdasarkan penelitian pendahuluan di SMA YKHS Sepulu jumlah siswi kelas 1 di SMA YKHS Sepulu 20 siswi yang mengalami dismenorea sebanyak 18 siswi dari beberapa pertanyaan hal-hal yang dilakukan untuk mengurangi nyeri dismenorea yaitu dengan melakukan *massage counter pressure*.

Kelainan terjadi pada 60-70% wanita di Indonesia dengan 15% diantaranya mengeluh bahwa aktivitas mereka menjadi terbatas akibat dismenorea Banyak teori yang di kemukakan untuk menerangkan penyebab dismenorea, namun belum jelas penyebabnya sampai saat ini.

Namun dari hasil beberapa penelitian mengatakan adanya pengaruh zat kimia didalam tubuh yang disebut prostaglandin merupakan faktor yang dapat meningkatkan kontraksi uterus selama haid sehingga dapat menimbulkan nyeri yang disebut dismenorea (Widjajanto, 2008). Ada pun beberapa Faktor lain yang berkaitan dengan dismenorea diantaranya status gizi, usia menarche, psikologis dimana ketiga komponen ini juga berperan dalam terjadinya dismenorea (Setiabudi, 2007). Faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan menstruasi yang terjadi pada wanita dipengaruhi oleh berat badan, status gizi, kebiasaan olahraga, aktivitas fisik, stres, diet, paparan lingkungan dan kondisi kerja, sinkronisasi proses menstrual dan gangguan endokrin (Farid, 2018).

Dismenorea dapat di obati dengan beberapa cara diantaranya dengan melakukan *massage*, seperti *massage counter pressure* dimana *massage* merupakan pijatan tekanan kuat dengan meletakkan tumit atau bagian datar dari tangan atau juga menggunakan bola tenis, tekanan pada *counter pressure* dalam gerak lurus atau lingkaran kecil. Hal ini dapat menyebabkan peningkatan *endorphine* yang pada gilirannya dapat meringankan nyeri karena merangsang hormone *endorphine* yang dapat menghilangkan rasa nyeri secara alami (Maryunani, 2010).

Melihat latar belakang tersebut maka peneliti ingin mengetahui “pengaruh *massage counter pressure* terhadap intensitas nyeri dismenorea.” Di SMA YKHS Sepulu Bangkalan.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dirumuskan yaitu “Adakah perbedaan intensitas nyeri pada dismenorea sebelum dan sesudah diberi terapi *massage counter pressure* di SMA YKHS Sepulu Bangkalan?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Menganalisis perbedaan intensitas nyeri dismenorea sebelum dan sesudah diberi terapi *massage counter pressure* di SMA YKHS Sepulu Bangkalan.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi intensitas nyeri dismenorea sebelum diberi terapi *massage counter pressure* di SMA YKHS Sepulu Bangkalan.
2. Mengidentifikasi intensitas nyeri dismenorea sesudah diberi terapi *massage counter pressure* di SMA YKHS Sepulu Bangkalan.
3. Menganalisis perbedaan intensitas nyeri dismenorea sebelum dan sesudah diberi terapi *massage counter pressure* di SMA YKHS Sepulu Bangkalan.

1.4 MANFAAT PENELITIAN

1.4.1 Manfaat Teoritis

Mengembangkan teori tentang perbedaan dan menambah referensi dalam pustaka serta mengaplikasikan mata kuliah keperawatan khususnya pada topic perbedaan intensitas nyeri pada dismenorea sebelum dan sesudah diberi terapi *massage counter pressure*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1.4.2.1 Manfaat Bagi tenaga kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan tentang penanganan masalah dismenorea non farmakologis dengan cara pemberian *massage counter pressure*.

1.4.2.2 Manfaat Bagi Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan masyarakat mengenai pengetahuan tentang penanganan nyeri dismenorea.

1.4.2.3 Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian mengetahui ada tidaknya perbedaan intensitas nyeri dismenorea.