

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Setiap bulan wanita (Wanita Usia Subur), tidak sedang hamil dan belum menopause pada umumnya mengalami menstruasi. Nyeri pada saat menstruasi atau haid sering dikeluhkan oleh seorang wanita sebagai sensasi tidak nyaman, gejala nyeri ini sangat khas karena muncul secara bersamaan dengan menstruasi yaitu rasa kram di perut bagian bawah sebelum dan selama haid disebabkan meningkatnya kontraksi uterus (Aulia, 2009).

Masa remaja adalah masa yang khusus dan penting karena merupakan periode pematangan organ reproduksi manusia. Khususnya remaja putri yang mengalami *menarche* tidak lepas dari keluhan nyeri haid / *dismenorrhea* (Aulia, 2009). Menurut Widjanarko (dalam Ernawati, 2010: 106) bahwa “Istilah dismenore (*dysmenorrhoea*) berasal dari bahasa “*Greek*” yang artinya *dys* (gangguan/nyeri hebat/abnormalitas) – *meno* (bulan) – *rrhea* (“*flow*” atau aliran) sehingga dari makna tersebut, dismenore adalah gangguan aliran darah haid atau nyeri haid”.

Remaja yang mengalami gangguan aktivitas akibat dismenorrhea menyebabkan remaja tersebut tidak mampu untuk melakukan kegiatan. Oleh karena itu, remaja perlu mendapat penanganan *dismenorrhea* sehingga aktivitasnya tidak terganggu oleh *dismenorrhea* (Andrews, 2009).

Menurut Anurogo (dalam Ernawati, 2010) bahwa “Studi epidemiologi pada populasi remaja (berusia 12-17 tahun) di Amerika Serikat, Klein dan Litt

melaporkan prevalensi dismenore mencapai 59,7%. Dari mereka yang mengeluh nyeri, 12% berat, 37% sedang, dan 49% ringan”. Hasil penelitian yang dilakukan Gunawan di empat SLTP di Jakarta Tahun 2002 menunjukkan bahwa pada *dismenorea* primer, nyeri haid paling sering muncul pada usia 12 tahun (46,7 %). Nyeri haid pada sebagian besar (64,3 %) subjek penelitian tersebut tidak menyebabkan gangguan aktivitas dan tidak perlu obat, 27,6 % memerlukan obat dengan sebagian aktivitas terganggu, dan 8,3 % dengan aktivitas sangat terganggu meskipun telah mengkonsumsi obat. Selain itu ada pula penelitian tentang terapi relaksasi nafas dalam terhadap nyeri haid pada mahasiswi Universitas Muhammadiyah Semarang yang dilakukan oleh Ernawati, Tri Hartiti, dan Idris Hadi dengan hasil bahwa terapi relaksasi nafas dapat menurunkan nyeri haid.

Rasa ketidaknyamanan/nyeri haid jika tidak diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan/terapi secara farmakologis atau non farmakologis (Perry and Potter, 2006). Untuk terapi farmakologi dapat berupa : pemberian obat analgetik, obat anti inflamasi(NSAID), dan pil KB. Terapi non farmakologi dapat berupa : kompres air hangat, berbaring telentang dengan posisi kaki lebih tinggi dari jantung dan perut saat berbaring, *massage* dan olahraga teratur (Wicaksono, 2004).

Terapi non farmakologi merupakan intervensi keperawatan secara mandiri untuk menurunkan intensitas nyeri. Terapi tersebut digunakan untuk meminimalisir penggunaan terapi obat pada pasien, karena dapat dilakukan oleh pasien itu sendiri dengan mudah dan tanpa memerlukan biaya (Hamilton, 2005).

Pada sebagian wanita yang merasakan *dysmenorrhea* sering kali menggunakan obat – obatan anti nyeri yang banyak dijual di pasaran. Namun hal ini dapat berefek ketergantungan seseorang terhadap obat – obatan anti nyeri tersebut. Di sisi lain masih banyak teknik terapi yang dapat digunakan untuk mengatasi *dysmenorrhea* ini, salah satunya adalah teknik *massage* (Nisofa, 2002).

Massage adalah teknik memijat dengan tenang berirama, bertekanan lembut kearah distal/bawah. *Massage* bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot abdomen dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental. *Massage* merupakan teknik yang aman, mudah, tidak perlu banyak alat, tidak perlu biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain (Nisofa, 2002).

Hasil wawancara yang dilakukan peneliti di MA Cokroaminoto Kec.Talaga Jaya pada 10 orang siswi yang sering mengalami *dismenore* bahwa responden melakukan penanganan *dismenore primer* dengan beberapa cara, diantaranya minum obat anti nyeri sebanyak 7 responden (70%), dan dengan cara istirahat sebanyak 3 responden (30%). Dari beberapa siswi tersebut mengaku sampai tidak hadir di sekolah karena nyeri haid yang dirasakan.

Sehubungan hal tersebut di atas maka peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Pemberian Terapi *Massage* Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Siswi di MA Cokroaminoto Kec. Talaga Jaya “.

1.2 Rumusan Masalah

Masalah penelitian yang dirumuskan dalam penelitian ini adalah: “Apakah ada pengaruh pemberian terapi *massage* terhadap penurunan nyeri haid pada siswi di MA Cokroaminoto Kec.Talaga Jaya ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Adapun tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi *massage* terhadap penurunan nyeri haid pada siswi di MA Cokroaminoto Kec.Talaga Jaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui tingkat nyeri menstruasi sebelum diberikan terapi *massage* pada siswi di MA Cokroaminoto Kec.Talaga Jaya
- b) Untuk mengetahui tingkat nyeri menstruasi sesudah diberikan terapi *massage* pada siswi di MA Cokroaminoto Kec.Talaga Jaya.
- c) Untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi *massage* pada siswi dengan nyeri menstruasi.

1.4 Manfaat Penelitian

a. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai masukan informasi dan bahan bacaan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bagi Universitas Negeri Gorontalo tentang terapi *massage* terhadap dismenore.

b. Bagi siswi/wanita

Diharapkan dapat digunakan sebagai informasi dan penanganan terhadap masalah *dysmenorrhea* bagi wanita.

c. Bagi peneliti

Menambah wawasan tentang terapi *massage dismenorrea* dan sebagai informasi tambahan untuk penelitian sejenis selanjutnya.