

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Pubertas merupakan suatu tahap penting dalam proses tumbuh kembang remaja (Progestian P, 2010). Perubahan selama pubertas bersamaan dengan terjadinya menstruasi pada wanita, wanita yang sehat dan tidak hamil setiap bulan secara teratur mengeluarkan darah dari alat kandungnyanya yang disebut menstruasi (Syarifuddin, 2006).

Menurut Bobak bahwa: “Menstruasi adalah perdarahan periodik pada uterus yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Sebagian besar kalangan wanita setiap bulannya selalu mengalami menstruasi dan sering mengalami nyeri. Nyeri ini timbul bersamaan dengan menstruasi, sebelum menstruasi atau bisa juga segera setelah menstruasi” (dalam Sukarni, I. dan W. P, 2013).

Nyeri adalah sensasi subjektif, rasa yang tidak nyaman biasanya berkaitan dengan kerusakan jaringan aktual atau potensial (Nursalam, 2011). Nyeri menstruasi atau dismenorea adalah nyeri haid menjelang atau selama haid, sampai membuat wanita tersebut tidak dapat bekerja dan harus tidur (Mansjoer, A., K. Triyanti., R. Safitri., W. I. Wardhani, dan W. Setiowulan, 2005). Gejalanya berupa nyeri dibagian perut bawah. Kasus-kasus tertentu, nyeri dapat dirasakan sampai seputar panggul dan sisi dalam paha. Nyeri terasa terutama pada hari pertama dan kedua haid (Sukarni, I. dan W. P, 2013).

Dismenorea diklasifikasikan menjadi dua, yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer adalah nyeri haid yang dijumpai tanpa kelainan pada alat-alat genital yang nyata sedangkan dismenorea sekunder adalah nyeri saat menstruasi yang disebabkan oleh kelainan ginekologi atau kandungan.

Adapun dampak dismenorea primer adalah ketika proses menstruasi dimulai zat prostaglandin yang diproduksi oleh uterus merangsang kontraksi untuk melepaskan lapisan rahim, sehingga menyebabkan kram. Zat ini juga menyebabkan vasodilatasi sistem peredaran darah, pembuluh arteri dan vena mengembang, sehingga darah haid lebih mudah dikeluarkan. Namun, hal ini juga dapat menyebabkan tekanan darah menurun sehingga tubuh akan terasa lemas dan kepala pusing. Pada beberapa wanita, prostaglandin juga memicu kontraksi dan spasme otot polos di saluran gastrointestinal, sehingga menimbulkan mual, muntah dan diare. Selain itu juga aliran darah haid dapat memperburuk rasa nyeri karena gumpalan darah atau aliran darah menstruasi yang deras harus melalui bukaan sempit leher rahim, peregangan leher rahim oleh aliran tersebut menyebabkan wanita merasa kesakitan hebat bahkan pingsan (Aulia, 2009).

Dismenorea primer terjadi pada usia 12-13 tahun dan beberapa waktu setelah *menarche* biasanya setelah 12 bulan atau lebih (Sukarni, I. dan W. P, 2013). Berdasarkan hal tersebut maka dismenorea primer mungkin akan terjadi pada remaja berusia 15-17 tahun. Remaja pada usia tersebut sedang berada di Sekolah Menengah Atas (SMA).

Menurut Klein dan Litt bahwa: “Studi epidemiologi pada populasi remaja berusia 12-17 tahun di Amerika Serikat prevalensi mencapai 59,7%. Mereka yang mengeluh nyeri, 12% berat, 37% sedang, dan 49% ringan” (dalam Bonde, 2013). Hal ini menjadi masalah yang lebih serius karena di Amerika Serikat, insiden dismenorea pada remaja putri dilaporkan sekitar 92%. Puncak insiden dismenorea primer terjadi pada akhir masa remaja (*adolescence*) dan di awal usia 20-an (Anurogo, 2011).

Hal yang sama juga terjadi di Indonesia lebih banyak perempuan yang mengalami dismenorea tidak melaporkan atau berkunjung ke dokter. Rasa malu ke dokter dan kecenderungan untuk meremehkan penyakit sering membuat data penderita penyakit tertentu di Indonesia tidak dapat dipastikan secara mutlak. Dikatakan 90% perempuan Indonesia pernah mengalami dismenorea primer (Anurogo, 2011).

Dismenorea primer dapat dikurangi secara non farmakologis. Manajemen nyeri non farmakologis merupakan tindakan menurunkan respon nyeri tanpa menggunakan agen farmakologis (Andarmoyo S, 2013). Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri secara non farmakologis antara lain terapi *massage*, posisi kaki ditinggikan dari badan, olahraga, pengaturan diet dan kompres air hangat. Kompres air hangat sangat efektif dalam menurunkan nyeri atau spasme otot. Peningkatan suhu dapat melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah lokal. Oleh karena itu, peningkatan suhu yang disalurkan melalui kompres hangat dapat meredakan nyeri dengan menyingkirkan

produk-produk inflamasi, seperti bradikinin, histamin dan prostaglandin yang akan menimbulkan rasa nyeri lokal (Price dan Wilson, 2005).

Ada beberapa penelitian terkait dengan masalah ini diantaranya penelitian yang pernah dilakukan oleh Anugraheni, V. dan A. Wahyuningsih tentang Efektivitas kompres hangat dalam menurunkan intensitas nyeri dismenorea pada mahasiswi STIKES RS. Baptis Kediri tahun 2013, menyatakan bahwa kompres hangat dapat menurunkan intensitas nyeri dismenorea dengan tingkat signifikansi $\leq 0,05$.

Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Rohmawaty, S. dan H. Ekawati tentang Perbedaan pemberian kompres hangat dan aromaterapi terhadap penurunan nyeri menstruasi (dismenorea) pada siswi kelas XI SMA Negeri I Karangbinangun tahun 2014, menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang mengalami penurunan nyeri dismenorea setelah diberikan terapi kompres air hangat daripada dengan aromaterapi dengan $P=0,000$ ($P < 0,05$).

Selain itu ada pula penelitian yang dilakukan oleh Hartaningsih, F. dan I. Turlina tentang Perbedaan tingkatan nyeri dismenorea dengan perlakuan kompres hangat pada mahasiswi di STIKES Muhammadiyah Lamongan tahun 2009, dengan hasil terdapat perbedaan tingkatan nyeri dismenorea dengan perlakuan kompres hangat yaitu nyeri dismenorea berkurang sebanyak 24 orang dan tingkat nyerinya tetap sebanyak 4 orang dengan tingkat signifikansi $P=0,000$ ($P < 0,05$).

Berdasarkan survey pendahuluan di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo terdapat 685 siswi. Dari wawancara yang dilakukan pada 23 siswi

terdapat 15 siswi yang pernah mengalami dismenorea primer, untuk penanganannya 9 orang siswi mengkonsumsi obat anti nyeri dan 6 orang lainnya mengatasinya dengan beristirahat. Sedangkan untuk penanganan nyeri haid dengan menggunakan kompres air hangat tidak pernah dilakukan. Dari 15 siswi tersebut ada 6 orang siswi yang mengaku sampai tidak hadir di sekolah karena nyeri haid yang dirasakan.

Berdasarkan observasi dan fenomena di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan dismenorea primer pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo”

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka diidentifikasi masalah yaitu :

1. Dikatakan ada 90 % perempuan Indonesia pernah mengalami dismenorea.
2. Dari wawancara yang dilakukan pada 23 siswi terdapat 15 siswi yang pernah mengalami dismenorea primer, untuk penanganannya 9 orang siswi mengkonsumsi obat anti nyeri dan 6 orang lainnya mengatasinya dengan beristirahat. Sedangkan untuk penanganan nyeri haid dengan menggunakan kompres air hangat tidak pernah dilakukan. Dari 15 siswi tersebut ada 6 orang siswi yang mengaku sampai tidak hadir di sekolah karena nyeri haid yang dirasakan.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, yang menjadi permasalahan dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh kompres air hangat terhadap

penurunan dismenorea primer pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo ?”

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Mengetahui pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan dismenorea primer pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.

1.4.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi tingkat nyeri menstruasi sebelum diberikan kompres air hangat pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.
2. Mengidentifikasi tingkat nyeri menstruasi setelah diberikan kompres air hangat pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.
3. Menganalisis pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan dismenorea primer pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat teoritis

Dapat memberikan wawasan dan pengetahuan tentang pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan dismenorea primer pada siswi di SMA Negeri 1 Telaga Kabupaten Gorontalo.

1.5.2 Manfaat praktis

1. Bagi institusi pendidikan

Sebagai masukan informasi dan bahan bacaan meningkatkan pengetahuan dan keterampilan bagi Universitas Negeri Gorontalo tentang kompres air hangat terhadap penurunan dismenorea primer.

2. Bagi siswi

Dapat menjadi sumber bacaan dan informasi penanganan terhadap masalah dismenorea primer.

3. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam bidang kesehatan khususnya tentang penanganan dismenorea primer.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Dapat menjadi salah satu sumber dan pembanding bagi peneliti selanjutnya untuk pengembangan penelitian yang lebih luas.