

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Sekitar 1 miliar manusia atau setiap 1 di antara 6 penduduk dunia adalah remaja. Sebanyak 85% di antaranya hidup di Negara berkembang (Kusmiran, 2012). Berdasarkan kriteria WHO umur remaja berkisar antara 10-19 tahun. Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia cukup besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Penelitian Anandha (2011) pada tahun 2011 prevalensi dismenorea primer di Amerika Serikat pada wanita umur 12 – 17 tahun adalah 59,7% dengan derajat kesakitan 49% dismenorea ringan, 37% dismenorea sedang, 12% dismenorea berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak masuk sekolah. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wong dan Khoo di Malaysia ditemukan sebanyak 74,5% dari gadis-gadis yang telah mencapai menarche mengalami dismenorea. Sedangkan menurut penelitian yang dilakukan oleh Kumbhar *et al* di India dari 183 remaja usia 14-19 tahun ditemukan sebanyak 119 atau 65% remaja mengalami dismenorea.

Hasil Sensus Penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk Indonesia yaitu sebesar 237.641.326 jiwa, dan 63,4 juta atau 27% di antaranya adalah remaja umur 10-24 tahun (Sensus Penduduk, 2010). Di Indonesia angka kejadian dismenorea tipe primer adalah sekitar 54,89% sedangkan sisanya penderita dengan dismenorea sekunder. 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 di laparoskopi (Hestiantoro dkk, 2012).

Hasil Sensus Badan Pusat Statistik Jawa Tengah Tahun 2012, 11,78% adalah remaja dari jumlah penduduk 32.548.687 jiwa. Dengan jumlah remaja putri usia 10 – 19 tahun sebanyak 2.761.577 jiwa. Data yang dikeluarkan dari Dinas Kesehatan Propinsi Jawa Tengah, remaja yang mengalami dismenorea di Propinsi Jawa Tengah berkisar 62,3% (Badan Pusat Statitik Jawa Tengah, 2010).

Menstruasi adalah perdarahan periodik pada uterus yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Siklus menstruasi merupakan rangkaian peristiwa yang secara kompleks saling mempengaruhi dan terjadi secara simultan di endometrium, ke hipotalamus dan hipofisis serta ovarium. Siklus menstruasi endometrium terdiri dari fase menstruasi, fase proliferasi yang merupakan periode pertumbuhan dan perkembangan sel-sel endometrium yang berlangsung sejak sekitar hari kelima hingga ovulasi. Fase sekresi yang berlangsung sejak terjadinya ovulasi sampai sekitar tiga hari sebelum periode menstruasi berikutnya. Menjelang akhir siklus menstruasi yang normal, kadar estrogen dan progesteron menurun. Dengan rendahnya kadar hormon ovarium, maka merangsang hipotalamus untuk mensekresi *Gonadotropin-Releasing hormon* (Gn-RH), dimana Gn-RH ini menstimulasi hipofisis

anterior untuk mensekresi FSH yang berfungsi untuk menstimulasi perkembangan *folikel de Graaf* ovarium dan juga mensekresi *Luteinizing Hormone* (LH) yang berfungsi mengekspulsi ovum dari *folikel de Graaf* (Bobak, 2005).

Dysmenorrhea berasal dari bahasa Yunani-*dys* yang berarti sulit, nyeri, abnormal, *meno* berarti bulan, dan *rrhea* berarti aliran. *Dysmenorrhea* atau dismenorea dalam bahasa Indonesia berarti nyeri pada saat menstruasi. Hampir semua wanita mengalami rasa tidak enak pada perut bagian bawah saat menstruasi. Namun, istilah dismenorea hanya dipakai bila nyeri begitu hebat sehingga mengganggu aktivitas dan memerlukan obat-obatan. Uterus atau rahim terdiri atas otot yang juga berkontraksi dan relaksasi. Pada umumnya, kontraksi otot uterus tidak dirasakan, namun kontraksi sering menyebabkan aliran darah ke uterus terganggu sehingga timbul rasa nyeri. (Sukarni dkk, 2013).

Dismenorea dibagi menjadi 2, yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder (Sukarni dkk, 2013). Dismenorea Primer adalah nyeri haid yang dijumpai tanpa kelainan pada alat-alat genital yang nyata. Sifat rasa nyeri ialah kejang berjangkit-jangkit, biasanya terbatas pada perut bawah, tetapi dapat menyebar ke daerah pinggang dan paha. Bersamaan dengan rasa nyeri dapat dijumpai rasa mual, muntah, sakit kepala, diare, iritabilitas, dan sebagainya. Sedangkan Dismenorea Sekunder adalah nyeri saat menstruasi yang disebabkan oleh kelainan ginekologi atau kandungan. Pada umumnya terjadi pada wanita yang berusia lebih dari 25 tahun. Dismenorea sekunder

sebagai nyeri yang muncul saat menstruasi namun disebabkan oleh adanya penyakit lain. Penyakit lain yang sering menyebabkan dismenorea sekunder antara lain endometriosis, fibroid uteri, adenomyosis uteri, dan inflamasi pelvis kronis.

Hasil studi pendahuluan yang saya lakukan di MTS N Sumberlawang berdasarkan dari data absen masing-masing kelas, banyak siswi yang absen karena alasan dismenorea dan dari register UKS didapatkan dalam 3 bulan terakhir ada 8 siswi yang istirahat di UKS karena dismenorea. Hasil wawancara dari 10 siswi MTS didapatkan bahwa 8 dari siswi tersebut mengalami nyeri perut setiap kali menstruasi dan 2 orang kadang-kadang mengalaminya. 2 orang mengatakan bahwa cara yang digunakan untuk mengurangi rasa nyeri itu dengan minum minuman yang tersedia di toko yang berfungsi menghilangkan nyeri haid, 3 orang mengatakan cara mengatasinya dengan minum obat penghilang nyeri, 5 orang dengan istirahat dan jongkok serta pernah menggunakan kompres hangat.

Penggunaan kompres hangat merupakan cara untuk menghilangkan atau menurunkan rasa nyeri yaitu secara non farmakologis tanpa memberikan efek samping. Selain itu penggunaan kompres hangat merupakan cara yang murah serta mudah untuk dilakukan sehingga tidak memerlukan biaya yang mahal untuk menggunakannya. Kompres hangat dapat meredakan iskemia dengan menurunkan kontraksi uterus dan melancarkan pembuluh darah sehingga dapat meredakan nyeri dengan mengurangi ketegangan,

meningkatkan aliran darah dan meredakan Vasokongesti pelvis (Bobak,2005).

Dengan menggunakan kompres hangat juga akan menimbulkan rasa relaksasi sehingga dapat merangsang hormon endorphine. Endorphin adalah neuropeptide yang dihasilkan tubuh pada saat relaks/tenang. Endorphin dihasilkan di otak dan susunan syaraf tulang belakang. Hormon ini dapat berfungsi sebagai obat penenang alami yang diproduksi otak yang memberikan rasa nyaman dan meningkatkan kadar endorphin dalam tubuh untuk mengurangi rasa nyeri pada saat dismenore (Harry, 2007).

Prinsip kerja kompres hangat adalah bekerja secara konduksi memindahkan panas dari buli-buli air hangat ke dalam tubuh sehingga penggunaan kompres hangat diharapkan dapat meningkatkan relaksasi otot-otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan serta memberikan rasa hangat lokal (Perry & Potter 2006).

Menurut Price & Wilson (2005), kompres hangat adalah metode yang digunakan untuk meredakan nyeri dengan cara menggunakan buli-buli yang diisi dengan air panas yang ditempelkan pada sisi perut kiri dan kanan

Berdasarkan hasil wawancara tersebut, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian efektifitas pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada remaja dalam mengurangi dismenorea primer.

B. Perumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Efektif Pemberian Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Pada Remaja Dalam Mengurangi Dismenorea Primer kelas VIII”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengidentifikasi dan menganalisa efektifitas pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri dalam mengurangi dismenorea primer kelas VIII.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi tingkat nyeri dismenorea yang dialami oleh remaja putri sebelum diberikan kompres hangat.
- b. Untuk mengidentifikasi tingkat nyeri dismenorea yang dialami remaja putri setelah diberikan kompres hangat.
- c. Untuk menganalisa efektifitas pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri dalam mengurangi dismenorea primer.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Memberikan masukan dalam kegiatan pembelajaran secara teori, terutama mengenai efektifitas pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri dalam mengurangi dismenorea primer kelas VIII.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Siswi

Penelitian ini diharapkan menjadi tambahan informasi tentang manajemen nyeri sehingga siswi dapat mengatasi nyeri saat menstruasi

b. Bagi Masyarakat Umum

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai informasi yang berguna dalam meningkatkan pengetahuan khususnya tata cara mengatasi dan mencegah nyeri pada saat menstruasi.

c. Bagi Keperawatan

Penelitian ini di harapkan dapat menambah informasi tentang penanganan nyeri dismenorea secara non farmakologi melalui terapi kompres oleh perawat secara mandiri di komunitas.

d. Bagi peneliti

Menambah ilmu pengetahuan tentang efektifitas pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada remaja dalam mengurangi dismenorea primer.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Memberikan arahan dan informasi bagi peneliti selanjutnya yang berkait dengan pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri pada siswi dalam mengurangi dismenorea primer.

f. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi penyediaan data dasar, yang dapat digunakan untuk penelitian lebih lanjut dalam kegiatan pembelajaran secara teori, khususnya tentang efektifitas pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri dalam mengurangi dismenorea primer.

E. Keaslian Penelitian

1. Syarifatul Izza, 2013. Judul Penelitian: “Perbedaan efektifitas pemberian kompres air hangat dan pemberian kompres jahe terhadap penurunan nyeri sendi pada lansia di unit rehabilitasi sosial H. Wening wardoyo ungaran”. Desain studi ini adalah bebas-setara dengan kontrol kelompok desain. Populasi dalam studi ini adalah semua orang tua di wening wardoyo rehabilitasi sosial ungaran. Contoh yang digunakan dalam kajian ini adalah orang tua 17 pada setiap perlakuan yang dipilih oleh purposive sampling. Analisis univariat dilakukan dengan melihat dengan melihat pada skala nyeri sendi distribusi frekuensi orang tua sebelum perawatan dan analisis bivariat digunakan shapiro seorang tes dan t-test berpasangan. Perbedaan, desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasi experiment design* (eksperimen semu) dengan rancangan *non equivalent control group design* dimana pengelompokan anggota sampel pada kelompok eksperimen dan kelompok kontrol (pemanding) tidak dilakukan secara random atau acak. Persamaan,

membahas kompres hangat sebagai terapi penurunan skala nyeri dalam dismenorea.

2. Vonny Merdianita Dwi Anugraheni, 2013. Judul Penelitian: "Efektifitas kompres hangat dalam menurunkan intensitas nyeri dysmenorrhoea pada mahasiswi STIKES RS. Baptis Kediri". Rancangan penelitian ini pra-eksperimental one group pre-post test design. Populasinya mahasiswi tingkat IV STIKES RS. Baptis Kediri yang mengalami dysmenorrhoea dan memenuhi kriteria inklusi. Sampelnya 30 responden. Data dianalisis menggunakan Wilcoxon Signed Ranks Test dengan tingkat signifikansi $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian didapatkan 16 responden (53,3%) mengalami nyeri berat dan 14 responden (46,7%) mengalami nyeri sedang sebelum diberikan kompres hangat, sesudah kompres hangat 19 responden (63,3%) mengalami intensitas nyeri ringan dan 11 responden (36,7%) nyeri sedang. Perbedaan, tempat penelitian dan sumber materi, tinjauan pustaka. Persamaan, pada penelitian ini rancangan penelitiannya Pra-eksperimental (*One group pre- post test design*) dimana penelitian ini tidak ada kelompok pembandingan (*kontrol*) tetapi paling tidak sudah dilakukan observasi pertama (*pretest*) yang memungkinkan peneliti dapat menguji perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen.
3. Iin zuliyati fauziyah, Dibuat : 2013. Judul Penelitian: "Efektivitas teknik effleurage dan kompres hangat terhadap penurunan tingkat dismenore pada siswi SMA N 1 Gresik". Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

perbedaan efektifitas teknik effleurage kompres hangat dan menggunakan quasy experimental design dengan perangkat (design post test pra). Populasi 100 responden, kriteria sampel memenuhi inklusi sebanyak 94 responden dengan menggunakan sampel acak sederhana dan penggunaan uji mann-whitney dengan berarti tingkat 0,05. Hasil uji mann-whitney $U = 770$ menunjukkan hasil yang signifikan dari menghitung (a hitung) = 0,0005? 0,05, yang berarti H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada perbedaan tingkat degradasi yang signifikan antara disminorea teknik effleurage dengan kompres hangat dimana kompres hangat lebih efektif dibanding dengan teknik effleurage. Perbedaan, Penelitian ini menggunakan desain Quasy Eksperimental dengan rancangan (pre pot test design). Persamaan, membahas kompres hangat sebagai terapi pengurangan intensitas nyeri dalam dismenorea.