

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

2.1 Konsep Nyeri

2.1.1 Definisi Nyeri

Nyeri merupakan salah satu jenis nyeri yang paling umum dialami oleh siapa saja. Nyeri dapat menjadi ancaman fisik atau peringatan akan kemampuan yang berbahaya, tetapi perasaan nyeri sangat subjektif dan pribadi. Partikel seperti jenis kelamin dan budaya mempengaruhi respon nyeri seseorang (Andarmoyo, 2013).

2.1.2 Klasifikasi Nyeri

Menurut (Haswita dan Sulistyowati, 2017), nyeri dibagi menjadi sebagai berikut :

a. Nyeri Akut

Nyeri akut adalah nyeri yang muncul tiba-tiba dan menghilang dengan cepat. Nyeri ini biasanya berlangsung selama 6 bulan. Penyebab dan lokasi nyeri umumnya diketahui. Nyeri akut ditandai dengan peningkatan tonus otot dan kecemasan.

b. Nyeri Kronis

Nyeri kronis adalah nyeri berulang atau persisten yang berlangsung lebih dari 6 bulan. Penyebab rasa sakit mungkin tidak diketahui. Biasanya tidak ada obat untuk rasa sakit ini. Nyeri kronis dapat dibagi menjadi beberapa kategori, antara lain *end Colosseum*, sindrom nyeri kronis, dan penyakit dalam (Haswita dan Sulistyowati 2017).

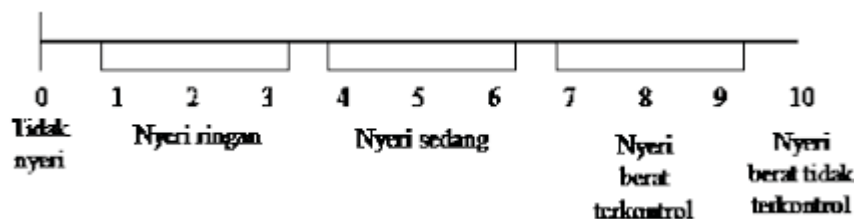
2.1.3 Tanda gejala Nyeri

Ada banyak sikap yang mencerminkan tanda dan gejala nyeri, tetapi ada juga yang bersifat umum. Sebagai contoh:

1. Suara: menangis, mengerang, menghirup/menghembuskan napas
2. Aktualisasi diri wajah: wajah terdistorsi, lidah tergigit, gosok gigi, cemberut, memejamkan mata, menutup, membuka, ekspresi wajah, menggigit bibir.
3. Gerakan tubuh: gelisah, langkah, tumbukan atau gerakan berirama, gerakan pelindung bagian tubuh, tatapan, ketegangan otot.
4. Hubungan Sosial: Fokus pada aktivitas yang menghindari percakapan dan kontak sosial serta menghilangkan rasa sakit dan disorientasi sementara (Judha, 2012).

2.1.4 Pengukuran Skala Nyeri (NRS) Numerical Rating Scale

Skala Numerik (NRS) NRS lebih sering digunakan sebagai alternatif. Dalam hal ini, klien menilai nyeri pada skala 0 sampai 10. Intensitas nyeri pada skala 0 tidak ada nyeri, dari 1 hingga 3 hingga intensitas ringan, 4-6 hingga intensitas sedang, dan 7-9 skala nyeri hingga intensitas 10, Intensitas nyeri tidak terkendali tetapi sangat terasa. Skala diukur dengan menandai salah satu angka yang sesuai dengan intensitas rasa sakit yang Anda rasakan.



Gambar 2.1 Numeric Rating Scale

Sumber : (Teknik et al., 2019)

2.2 Konsep Menstruasi

2.2.1 Definisi Menstruasi

Menstruasi mengacu pada proses sekresi endometrium dan kontak dengan darah, dan kasus terjadi setiap bulan (Verawaty, 2012). Rata-rata kehilangan darah pada orang saat menstruasi adalah 35-50 ml tanpa pembekuan darah, dan menstruasi biasanya berlangsung selama 5-7 hari (Wiknjosastro, 2012). Biasanya, banyak wanita mengalami ketidaknyamanan berupa nyeri saat menstruasi. Itu berlangsung 13 hari atau dimulai sehari sebelum menstruasi Anda

Menstruasi adalah aliran darah yang teratur dan berkala dari rahim. Ini karena pelepasan (pemecahan) *endometrium* oleh hormon ovarium (*estrogen* dan *progesteron*) direduksi menjadi *progesteron*, yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi.

2.2.2 Siklus Menstruasi

Siklus Menstruasi Menurut Abrams (2014), siklus menstruasi ditandai dengan pematangan berkala sel telur ovarium (sel yang berkembang menjadi sel telur) dan perubahan fisik yang terkait dengan sel telur rahim. Kematangan reproduksi terjadi selama masa pubertas, biasanya setelah peningkatan *tiba-tiba sekresi* hormon antara usia 11 dan 15 tahun.

Menurut Kusmiran (2011), siklus menstruasi umumnya terjadi setiap 28 hari (setiap 21 serta 30 hari). merupakan, setelah 114 hari, pertumbuhan dan perkembangan *folikel* utama dirangsang sang hormon FSH. Estrogen pula dapat menghambat produksi FSH serta memerintahkan kelenjar *pituitari* untuk memproduksi LH. Ini merangsang *folikel Graaf*, yang mempertahankan ovulasi di hari ke-14. *Endometrium* mengering lalu terkelupas sehingga mengakibatkan perdarahan (haid) di hari ke-28. Menurut (Asri 2013), siklus menstruasi adalah jeda asal awal menstruasi sebelumnya ke awal menstruasi baru. Siklus menstruasi bisa dibagi menjadi 3 kategori.

artinya, siklus menstruasi normal 28-35 hari serta siklus menstruasi pendek 35 hari.

2.2.3 Fase Menstruasi

Fase ini merupakan fase yang perlu dilakukan betina dewasa setiap bulan/siklus demi siklus. Hal ini karena jika seorang wanita melewati tahap ini, dia dianggap produktif. Oleh karena itu, menstruasi selalu diharapkan dan diperhatikan oleh wanita, namun saat menstruasi terjadi, beberapa wanita mungkin merasa tidak nyaman dalam kesehariannya. Gejala-gejala ini biasanya berlangsung selama sekitar 12 hari, dan ketika menstruasi dimulai, pembekuan darah dapat meningkat dan pendarahan dapat meningkat. Siklus menstruasi ini bertepatan dengan awal fase *folikuler* ovarium dan akhir fase luteal. Sudah saatnya degenerasi luteal, kadar *estrogen* dan *progesteron* turun tajam, dan *endometrium* kolaps akibat implantasi ovum dan kegagalan fertilisasi yang disebabkan oleh siklus yang tidak tepat sebelumnya (Sherwood, 2011).

Selama proses perdarahan, dinding rahim ditekan ke dinding rahim. Tahap ini berlangsung rata-rata sekitar 36 hari, hari. Ketika menstruasi dimulai, kadar *progesteron*, *estrogen*, dan *luteinizing hormone* (LH) yang rendah atau rendah meningkatkan kadar hormon perangsang folikel (FSH) dan siklus baru dimulai. Selama menstruasi normal, sekitar 40 ml dari darah dan 35 ml dari serum disekresikan. *Fibrinolysin* dilepaskan selama *nekrosis endometrium*, sehingga cairan menstruasi biasanya tidak menggumpal. Jika ada perdarahan hebat dari permukaan rahim, mungkin tidak memiliki cukup *fibrinolisin* untuk mencegah pembekuan darah. Munculnya gumpalan darah saat menstruasi seringkali merupakan tanda klinis kelainan patologis pada rahim.

2.2.4 Tanda gejala Menstruasi

Menurut Ratnawati (2013), tanda dan gejala menstruasi pada wanita antara lain mual perut, kram dada dan panggul, kekurangan

darah, gangguan fisik, demam, sakit kepala dan gatal-gatal pada vagina, termasuk pusing, keputihan, dan gatal-gatal.

2.3 Konsep Dismenore

2.3.1 Definisi Dismenore

Dismenore adalah nyeri perut yang disebabkan oleh kontraksi rahim saat menstruasi. Rasa sakit muncul di awal menstruasi dan berlangsung berjam-jam hingga sehari-hari hingga rasa sakit itu hilang. Dismenore dibagi menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder (Kusmiran, 2012). Dismenore adalah gangguan sekunder dari siklus menstruasi yang biasa dilaporkan sebelum dan sesudah menstruasi. Nyeri disebabkan oleh kontraksi hormon prostaglandin pada otot rahim (Celik et al., 2019).

Dismenore memiliki akar penyebab yang tidak diketahui, dan dismenore sebagai akibat dari penyakit ginekologi adalah dismenore sekunder. Dismenore sekunder 15% lebih mungkin terjadi pada wanita di atas usia 50 tahun yang mengalami nyeri hebat. Nyeri akibat dismenore primer juga disebabkan oleh kontraksi uterus yang dirangsang oleh prostaglandin. Ketika serviks menyempit, massa atau fragmen jaringan endometrium dapat terhubung melalui serviks dan memperburuk rasa sakit (Nugroho Topan dan Indra Utama, 2014).

2.3.2 Tanda gejala Dismenore

Berikut tanda dan gejala dismenore (ElManan, 2011):

1. Sakit perut yang menjalar hingga di punggung dan di bawah kaki.
2. Nyeri kejang yang bisa datang dan pergi, atau nyeri tumpul dan persisten.
3. Dismenore terjadi 12 hari sebelum atau pada awal menstruasi.
4. Dismenore dapat disertai sakit kepala, diare, konstipasi, mual, hematuria, dan kadang-kadang muntah.

2.3.3 Klasifikasi Dismenore

Menurut (Anurogo & Ari, 2011), secara umum dismenore terbagi menjadi dua jenis. Biasanya terjadi pada beberapa tahun pertama setelah menstruasi (haid) :

1. Dismenore primer biasanya terjadi dalam waktu 6 sampai 12 bulan dari menstruasi pertama diikuti dengan ovulasi yang teratur. Selama menstruasi, sel-sel *endometrium* mengeluarkan *prostaglandin* (sekelompok senyawa hormonal kuat yang terdiri dari asam lemak esensial). *Prostaglandin* bekerja pada rahim dengan merangsang otot-otot rahim. Pembuluh darah biasanya digunakan untuk mengakhiri kehamilan atau persalinan intrauterin dengan cara menyempitkan otot-otot dinding rahim dan mempersempit pembuluh darah. Peningkatan kadar *prostaglandin* ditemukan dalam cairan menstruasi dari wanita dengan dismenore berat. Jumlah ini meningkat terutama pada dua hari pertama menstruasi.
2. Dismenore sekunder biasanya mengakibatkan penurunan *progesteron* pada akhir fase luteal diikuti oleh peningkatan *prostaglandin* di *endometrium*, menyebabkan *proliferasi* uterus dan kontraksi uterus hiperbolik. Penyakit ini lebih sering terjadi pada wanita berusia antara 30 dan 45 tahun. Penyebab umum termasuk *endometriosis* (munculnya jaringan *endometrium* di luar rahim, yang dapat ditandai dengan nyeri saat menstruasi), polip rahim (bentuk invasif dari kehamilan ektopik), dan polip rahim (polip *endometrium*).

2.3.4 Penyebab Dismenore

Menurut (Nugroho dan Utama 2014), dismenore memiliki beberapa penyebab, menurut klasifikasinya, wanita sering menderita dismenore primer, dan sekitar 50% wanita mengalami nyeri hebat. Pengalaman wanita. datang. Nyeri pada dismenore primer diduga disebabkan oleh stimulasi *prostaglandin* pada kontraksi uterus.

Benjolan dan potongan jaringan di sekitar rahim yang melewati leher rahim dapat menyebabkan rasa sakit yang parah, terutama jika leher rahim menyempit. Penuaan dan kehamilan membantu meringankan rasa sakit dari dismenore, dan saraf di dalam rahim menjadi lebih tipis dan kusam di akhir kehamilan. Dismenore sekunder disebabkan oleh masalah fisik seperti *endometritis*, polip *endometrium*, leukemia, *stenosis* serviks, atau penyakit inflamasi (PID) (Bickley, 2009).

2.3.5 Pengobatan Dismenore

Obat anti inflamasi nonsteroid (seperti ibuprofen, naproxen, atau asam mefenamat) dapat digunakan untuk menghilangkan rasa sakit. Obat ini paling efektif bila diminum 2 hari sebelum menstruasi dan bertahan hingga 12 hari (Nugroho, 2014). Selain dosis, istirahat yang cukup, olahraga teratur (terutama jalan kaki), pijat, yoga, orgasme saat berhubungan seks, dan menghangatkan perut dapat membantu mengurangi rasa sakit. Obat mual digunakan untuk mengobati mual dan muntah. Namun, mual dan muntah biasanya hilang setelah kejang hilang. Istirahat yang cukup dan olahraga teratur juga dapat mengurangi ketidakaturan menstruasi.

2.4 Konsep Remaja

2.4.1 Definisi Remaja

Masa remaja adalah suatu keadaan perubahan perkembangan dan perkembangan yang ditandai dengan kematangan seksual dewasa, *psicomorfologia*, dan ciri-ciri fisik. Dalam bahasa latin, remaja disebut remaja dan berarti mereka telah beranjak dewasa (Stress et al., 2018).

2.4.2 Tahap Perkembangan Umur Remaja

Masa remaja adalah masa perkembangan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, biasanya dimulai pada usia 12 atau 13 tahun, di mana terdapat tiga tahap yang ditandai oleh faktor biologis, akademik, psikologis, dan sosial.

1. Masa remaja awal (10-12), ditandai dengan keinginan akan kebebasan, komunikasi dengan teman, rasa ingin tahu yang besar, dan permulaan berpikir abstrak.
2. Pada pertengahan pubertas, seorang anak muda (13-15 tahun) dapat mulai menemukan identitas diri, orang tertarik pada lawan jenis, minat cinta yang mendalam, dan orang mengembangkan pola berpikir abstrak.
3. Pada masa remaja akhir (17-21), kaum muda berjuang untuk kebebasan yang lebih besar, memilih teman sebaya, memutuskan yang benar dan yang salah, dan memiliki citra tubuh mereka sendiri. Anda dapat mengungkapkan rasa cinta Anda untuk orang yang Anda cintai (Kumalasari & Andhyantoro, 2012). Salah satu aspek fisik, perkembangan masa remaja terutama merupakan ciri remaja putri, dan perkembangan masa remaja ditandai dengan kematangan reproduksi. (Kumalasari dan Andhyantoro, 2012).

2.4.3 Tahap Perkembangan Remaja

Menurut Soetjiningsih (2012), orang dewasa berada pada tingkat kematangan psikososial dan seksual sebagai berikut:

1. Masa Remaja Awal (11-13 tahun)
 Kaum muda masa kini akan takjub melihat bagaimana kehidupan sehari-hari telah berubah. Tubuh Anda dan motivasi Anda untuk perubahan ini. Saat ini, remaja memiliki ide-ide baru, dan mereka mudah tertarik dan mudah tertarik pada lawan jenis. Sensitivitas yang berlebihan ditambah dengan kurangnya pengendalian diri membuat sulit bagi orang dewasa dan remaja untuk memahaminya.
2. Pemuda paruh baya (14-16 tahun)
 Saya sangat membutuhkan teman. Memiliki banyak teman membuat seorang remaja bahagia. Tapi sekarang Anda bisa "mencandu" diri sendiri dengan mencintai diri sendiri dan menggunakan orang yang Anda cintai untuk diri sendiri.

3. Masa Remaja Akhir (17–20)

Tahap ini merupakan tahap integrasi menuju masa dewasa dan ditandai dengan tercapainya lima hal.

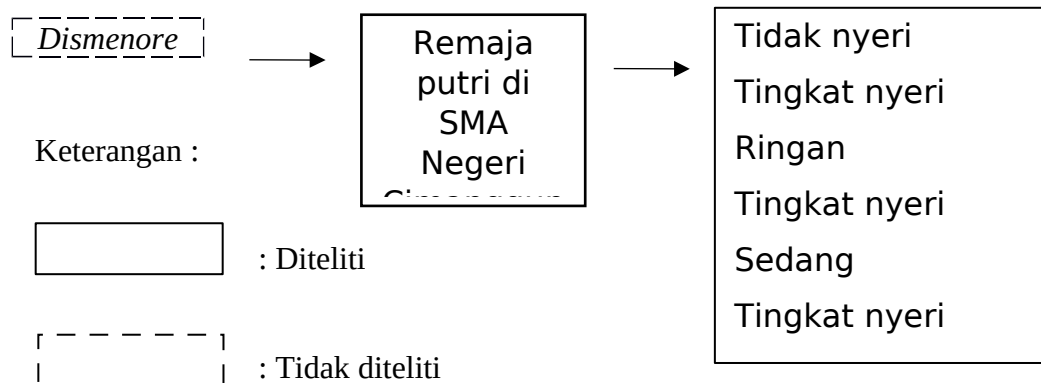
- Meningkatkan minat dalam aktivitas mental.
- Egonya mencari kesempatan untuk mengalami hal-hal baru dengan orang lain.
- Pembentukan identitas gender tidak pernah berubah.
- Kebanggaan, terlalu arogan.
- Buat "dinding" antara diri pribadi Anda dan mata publik.

2.5 Kerangka Konsep

Gambaran tingkat nyeri dismenore pada remaja putri SMA Negeri Cimanggung.

Bagan 2.2

Kerangka konsep



Sumber : Menurut (Teknik et al., 2019). Tentang Tingkat Nyeri Dismenore.