

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dysmenorehea merupakan nyeri yang dirasakan pada saat menstruasi dan dapat mempengaruhi lebih dari 50% wanita yang menyebabkan ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas harian selama 1 sampai 3 hari dari pertama menstruasi. Penyebab dari *dysmenorrhea* karena adanya defisiensi *progesterone*, peningkatan *prolactin* dan *prostaglandin*, diet tidak adekuat dan peningkatan psikososial (Mei, Anjar, & Dwi, 2018)

Menurut data dari World Health Organization (WHO) 2017. Angka kejadian *dysmenorrhea* di dunia sangat tinggi. Angka kejadian *dysmenorrhea* sebesar 1.769.425 jiwa (90%) dengan 10-15% mengalami *dysmenorrhea* berat. Angka kejadian *dysmenorrhea* di Indonesia sebesar 107,673 jiwa 62,25%, yang terdiri dari 59,671 jiwa (54,89%) mengalami *dysmenorrhea* primer dan 9,496 jiwa (9,36%) mengalami *dysmenorrhea* sekunder. Angka kejadian *dysmenorrhea* di Jawa Barat sebanyak 54,9% wanita mengalami *dysmenorrhea*, terdiri dari 24,5% *dysmenorrhea* ringan, 21,28% *dysmenorrhea* sedang dan 9,36% mengalami *dysmenorrhea* berat (Narantika, 2017). Data dari universitas bhakti kencana sendiri yang mengalami *dysmenorrhea* sebanyak 75 mahasiswa.

Dampak dari nyeri haid (*Dysmenorrhea*) pada mahasiswi yaitu dapat mengganggu aktivitas belajar di kampus bahkan sebagian mahasiswa izin untuk pulang. Banyak wanita yang belum mengetahui penanganan *dysmenorrhea*,

sehingga dapat timbul masalah. *Dysmenorrhea* sendiri dapat ditangani dengan cara terapi *farmakologi* dan *non farmakologi*. Terafi *farmakologi* yang dapat digunakan yaitu dengan obat-obatan, terkadang obat-obatan dibeli tanpa resep dokter. Sehingga dalam penggunaannya seringkali mendatangkan efek samping yang tidak diinginkan jika penggunaan obat-obatan ini tidak sesuai dengan dosis dan indikasi yang tepat.

Obat-obatan yang sering digunakan adalah obat anti *inflamasi nonsteroid* seperti asam mefenamat, dan ibuprofen. Penggunaan obat anti *inflamasi nonsteroid* untuk mengatasi *dysmenorrhea* dapat merugikan dengan adanya kemungkinan mengalami gangguan *gastrointestinal* dan bahkan kerusakan hati pada pemakaian obat secara terus menerus. (Inggriani, 2017)

Terapi *non farmakologi* yang dapat dilakukan untuk mengurangi *dysmenorrhea*, yaitu dengan cara mengoleskan minyak kayu putih, mengompres hangat, meminum air hangat, yoga dan salah satunya adalah dengan teknik *pelvic rocking exercise*.

Pelvic rocking exercise adalah teknik membuat gerakan kecil dipanggul. Kapor et al (2017) dalam penelitiannya menyatakan bahwa *exercise* dapat mengurangi nyeri, stress, meningkatkan mood dan kesehatan. Wanita yang berolahraga menunjukkan berkurangnya kejadian *dysmenorrhea* dan memiliki efek lebih positif daripada wanita yang hanya duduk berdiam diri. Penanganan nyeri menggunakan metode *non farmakologi* merupakan tindakan keperawatan mandiri bersifat *non invasive*, murah simple dan tidak memiliki efek yang merugikan bagi penderita *dysmenorrhea* (zaky, 2016)

Melakukan teknik *pelvic rocking exercise* mampu mengubah pola penerimaan rasa sakit ke fase yang lebih menyenangkan. Beberapa gerakan *pelvic rocking exercise* dapat merangsang tubuh untuk melepaskan *opioid endogen* yaitu *endorfin* (Shindu, 2015). *Endorfin* memiliki aksi serupa *endogenous opiomorphin*. *Endorfin* dilepaskan dari kelenjar *pituitary* (kelenjar *hipofisis* yang terletak di dasar otak) yang biasa memberikan efek anti nyeri (Leuenberger, 2006)

Anisa (2015) dalam penelitiannya mengatakan salah satu faktor dari terjadinya *dysmenorrhea* adalah tingkat emosional. Perbedaan antara sekolah dengan kuliah adalah tingkat emosional dan pola makan terganggu dan sering mengonsumsi makanan siap saji karena dinilai lebih praktis apalagi untuk mahasiswa yang tinggal di kost ataupun asrama. Tingkat stres dan emosional yang lebih tinggi untuk mahasiswa dibandingkan dengan siswa, hal tersebut dikarenakan adanya perbedaan dalam metode pembelajaran yang lebih padat untuk mahasiswa. Penelitian mengenai pengetahuan penderita *dysmenorrhea* tentang *pelvic rocking exercise* juga belum pernah dilakukan pada mahasiswa Keperawatan Bhakti Kencana Bandung sehingga peneliti tertarik untuk meneliti Pengetahuan mahasiswa Penderita *Dysmenorrhea* Tentang *Pelvic Rocking Exercise* Prodi D III Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana Bandung

Universitas Bhakti Kencana Bandung adalah Universitas kesehatan. D III keperawatan merupakan sekolah tinggi yang pembelajarannya lebih banyak dilapangan seperti rumah sakit dan klinik. Jika mahasiswa mengalami

dysmenorrhea akan mengganggu ketika mahasiswa melakukan praktek lapangan.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu yang terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga (Notoatmojo, 2014). ada 3 faktor yang mempengaruhi perilaku kesehatan yaitu Faktor predisposisi terdiri dari pengetahuan, sikap, dan keyakinan. Faktor enabling atau pemungkin terdiri dari lingkungan dan sarana prasarana. Faktor reinforcing atau penguat terdiri dari sikap dan perilaku yang mendorong (Notoatmojo 2018).

Di dalam faktor prediposisi terdiri dari pengetahuan, karena pengetahuan sangat penting dalam mempengaruhi perilaku seseorang dalam hidupnya, apabila seseorang belum mengerti atau belum tahu tentang suatu hal seseorang biasanya tidak akan melakukan hal tersebut.

Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh peneliti dengan mahasiswi Keperawatan Bhakti Kencana Bandung sebelum terjadinya pandemi, dari 10 mahasiswi dan 8 mahasiswi mengalami *dysmenorrhea*, dan bahkan ada mahasiswi yang minta izin dari perkuliahan untuk pulang karena tidak biasa menahan sakit dari *dysmenorrhea*. Penanganan yang telah dilakukan untuk mengurangi atau menghilangkan *dysmenorrhea* oleh mahasiswa adalah dengan obat analgesic, sedangkan untuk latihan fisik seperti teknik *Pelvic Rocking Exercise* tidak pernah dilakukan karena berdasarkan wawancara pada 15 orang mahasiswi, 10 orang mahasiswi tidak mengetahui

tentang apa definisi dari *Pelvic Rocking Exercise*, manfaat dan tekniknya seperti apa, sedangkan 5 mahasiswi ada yang tahu tentang definisi *Pelvic Rocking Exercise* dan manfaatnya saja. Permasalahan diatas menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian mengenai terapi alami yang biasa dilakukan oleh mahasiswi Keperawatan Bhakti Kencana Bandung yaitu dengan teknik *pelvic rocking exercise*, *pelvic rocking exercise* menjadi pilihan peneliti karena *pelvic rocking exercise* dapat dilakukan secara mandiri dirumah, mudah, serta dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun. Yang diharapkan dapat membantu mengurangi dan mengatasi dysmenorrhea. Adapun judul yang akan diteliti adalah Pengetahuan mahasiswa Penderita *Dysminorhea* Tentang *Pelvic Rocking Exercise* Prodi Diploma III Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana Bandung

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas maka permasalahan dalam penelitian ini dapat dirumuskan Bagaimanakah “Pengetahuan mahasiswa Penderita *Dysminorhea* Tentang *Pelvic Rocking Exercise* Prodi Diploma III Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana Bandung?”

1.3 TujuanPeneliti

1.3.1 TujuanUmum

Untuk mengetahui “Pengetahuan mahasiswa Penderita *Dysminorhea* Tentang *Pelvic Rocking Exercise* Program Studi Diploma III Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana Bandung Tahun 2020.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengidentifikasikan Pengetahuan mahasiswa, Penderita Pengetahuan mahasiswa Penderita *Dysminorhea* Tentang *Pelvic Rocking Exercise* Prodi Diploma III Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana Bandung *Dysminorhea* Tentang definisi *Pelvic Rocking Exercise*
- 2) Untuk mengidentifikasikan Pengetahuan mahasiswa Penderita *Dysminorhea* Tentang manfaat *Pelvic Rocking Exercise*
- 3) Untuk mengidentifikasikan Pengetahuan mahasiswa Penderita *Dysminorhea* Tentang waktu latihan *Pelvic Rocking Exercise*
- 4) Untuk mengidentifikasikan Pengetahuan mahasiswa Penderita *Dysminorhea* Tentang teknik *Pelvic Rocking Exercise*

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi dalam kemajuan ilmu pengetahuan, khususnya ilmu pengetahuan mengenai Pengetahuan mahasiswa Penderita *Dysminorhea* Tentang definisi *Pelvic Rocking Exercise* Di Universitas Bhakti Kencana

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan serta pengalaman langsung bagi peneliti dalam melakukan penelitian dan karya tulis ilmiah

b. Bagi Tenaga Kesehatan Keperawatan

Penelitian ini dapat memberikan informasi mengenai *pelvic rocking exercise* sebagai penurunan nyeri *Dysminoryhea* kepada tenaga kesehatan dalam meningkatkan mutu pelayanan kesehatan pada kasus penderita *Dysminoryhea*

c. Bagi Akademik

Menambah referensi di bagian perpustakaan dan sebagai acuan untuk meningkatkan dalam memberikan materi agar dapat memberikan wawasan yang lebih baik untuk menghasilkan lulusan yang profesional, bermutu, handal dan disiplin dalam bidangnya.