

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa kritis dalam kehidupan manusia yang ditandai dengan pesatnya pertumbuhan fisik, psikososial, kognitif dan emosional serta kematangan seksual dan reproduksi. Salah satu tanda kematangan seksual dan reproduksi pada remaja putri adalah menstruasi. Menstruasi dapat di definisikan sebagai pendarahan berkala dari rahim yang terjadi setiap bulan sepanjang kehidupan reproduksi aktif seorang wanita. Masalah yang sering dialami wanita pada saat menstruasi adalah rasa nyeri yang hebat. Rasa nyeri saat menstruasi disebut *dismenorea*. (Marfuah & Mayasari, 2018).

*Dismenorea* pada umumnya tidak berbahaya, namun akan sering kali dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya. Berdasarkan patofisiologi yang mendasar, ada dua tipe *dismenorea* primer dan sekunder, yaitu *dismenorea* primer tanpa kelainan organik pada daerah pelvis. Sedangkan yang sering ditemui pada remaja yaitu *dismenorea* sekunder dengan kelainan organik pada daerah pelvis seperti endometriosis dan mioma. Masalah yang timbul pada menstruasi seperti *dismenorea* merupakan masalah ginekologi yang sering dialami remaja putri. *Dismenorea* atau nyeri haid merupakan sensasi tidak menyenangkan yang terjadi pada perut bagian bawah sebelum dan selama menstruasi. Oleh karena itu, sering kali disertai rasa mual dan nyeri biasanya terjadi sesaat sebelum menstruasi dan mencapai puncaknya dalam waktu 24

jam. Namun, rasa sakitnya mulai hilang setelah beberapa hari. Dismenorea seringkali disertai sakit kepala, mual, konstipasi, atau diare sering buang air kecil dan sampai terjadi muntah. Gejala dan tanda dismenorea antara lain nyeri di perut bagian bawah yang menjalar dari punggung hingga kaki, nyeri seperti kram yang hilang timbul, atau nyeri tumpul yang terus menerus. Puncak kejadian dismenorea primer pada rentang remaja putri usia 15 sampai 25 tahun, dimana usia ini merupakan remaja akhir menuju dewasa muda. (Eliza Febriani et al., 2022)

Menurut *World Health Organization (WHO)* angka pada tahun 2020 prevelensi yang mengalami *dismenorea* diseluruh dunia berjumlah 1.769.425 (90%) dengan 10-16% menderita *dismenorea* berat. Angka kejadian *dismenorea* di dunia sangatlah tinggi. Besar rata rata lebih dari 50% yang mengalami *dismenorea*. Prevelensi disetiap negara berbeda beda, sementara di amerika serikat kurang lebih sekitar 85% wanita mengalami *dismenorea*. (andayani 2017)

Di indonesia angka prevelensi terjadi *dismenorea* cukup tinggi, menunjukan bahwa penderita *dismenorea* terjadi sekitar 60-70% perempuan di indonesia yang mengalami *dismenorea*. Diantaranya kejadian *dismenorea* primer mencapai 54,89%, sementara angka kejadian *dismenorea* sekunder mencapai 45,11%. (Lail,2019)

Di Jawa Barat berdasarkan informasi data yang diperoleh, angka prevelensi *dismenorea* cukup tinggi mencapai 54,9% perempuan yang mengalami *dismenorea* terdiri dari tingkat keparahannya. Diantaranya *dismenorea* rendah mencapai 24,5%,

*dismenorea* sedang 21,28% sedangkan yang mengalami *dismenorea* berat 9,36% (Arnis, dalam jurnal keperawatan aisiyah 2015)

Dampak yang dapat dialami seorang remaja putri jika mengalami *dismenorea* adalah terhambatnya aktivitas sehari-hari dan mengurangi semangat dalam belajar, serta dapat mengalami kesulitan tidur. Jika *dismenorea* tidak segera ditangani maka akan menyebabkan kondisi patologis yang dapat mempengaruhi pada kesuburan. Selain itu juga, *dismenorea* dapat menimbulkan kecemasan, ketidaknyamanan, dan perasaan sensitif pada seorang remaja putri yang mengalami *dismenorea*. (Pangestu & Fatmarizka, 2022)

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri *dismenorea* dengan beberapa cara, yakni secara farmakologis dan non-farmakologis, secara farmakologis berupa pemberian obat analgetik, obat nesteroid prostaglandin. Sedangkan secara non-farmakologis dengan akupuntur, akupresure, kompres hangat pada perut, minum-minuman hangat, berbaring, pijat secara lembut dan relaksasi. Kompres hangat dengan buli-buli panas menyebabkan konduksi, dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga terjadi pelebaran pembuluh darah dan penurunan ketegangan otot sehingga nyeri *dismenorea* yang di rasakan akan berkurang atau hilang. Dalam penelitian ini memilih kompres hangat karena lebih praktis dan memudahkan remaja putri dalam mengurangi rasa nyeri pada *dismenorea*. (Syah, 2019)

Kompres hangat adalah salah satu teknik non-farmakologi untuk mengurangi rasa sakit nyeri menstruasi. Prinsip kerja dari terapi ini adalah dengan menggunakan

buli-buli yang di bungkus kain untuk mengalirkan panas ke dalam tubuh melalui konduksi. Hal ini akan mempelebar pembuluh darah dan mengurangi ketegangan otot, sehingga mengurangi atau merasakan rasa sakit, terutama pada nyeri *dismenorea*. (Eliza Febriani et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh *mastaida tambun 2022* berdasarkan survei awal yang dilakukan di SMKN 8 Padang Bulan Merah, masih banyak mahasiswi yang mengalami *dismenorea* pada saat menstruasi. Sedangkan, peneliti juga melakukan wawancara kepada 30 mahasiswi yang mengalami *dismenorea*. Peneliti menyatakan bahwa kompres hangat sangat efektif untuk mengurangi nyeri pada saat *dismenorea*. Hal ini terjadi karena salah satu tindakan kompres hangat dapat menyebabkan pelebaran pembuluh darah yang bisa meningkatkan aliran darah ke jaringan pengiriman zat asam dan makanan ke sel-sel yang lebih besar dan pembuangan zat-zat yang diperbaiki dapat mengurangi rasa sakit menstruasi primer yang disebabkan oleh kurangnya suplai darah ke endometrium. Pemberian kompres dilakukan dengan cara menempelkan air panas yang dilapisi dengan kain secara konduksi terjadi dimana perpindahan panas dari air hangat tersebut pada perut sehingga akan menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan akan terjadi penurunan penegangan otot.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti kepada 39 remaja putri kelas XII SMK Muhammadiyah terdapat 33 remaja putri yang mengalami *dismenorea* setiap bulannya. Penelitian ini dilakukan pada remaja putri kelas XII SMK Muhammadiyah, dimana usia kelas XII merupakan remaja akhir. Oleh karena itu

remaja putri lebih banyak yang berusia 17-18 tahun dimana usia ini adalah termasuk usia reproduksi dan sebagian besar remaja putri mengalami stres akibat banyak masalah yang dihadapi untuk kelulusan. Gejala yang paling umum dari remaja putri yang mengalami dismenorea adalah nyeri perut bagian bawah dan nyeri pinggang selama 1-3 hari. Sebagian besar *dismenorea* ini berdampak pada konsentrasi dan merasa terganggu dengan kegiatan aktivitasnya. Dalam intervensi awal dengan cara melakukan wawancara dan membagikan kuesioner Numerical Rating Scale (NRS), bahwa tingkat nyeri di dapatkan 33 orang remaja putri mengalami *dismenorea primer*.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas bahwa remaja putri yang mengalami *dismenorea* saat menstruasi, sebagian besar remaja putri juga yang belum memahami tentang bagaimana cara mengatasi dismenorea secara non farmakologi. Sehingga pada penelitian ini, penelitian tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri *Dismenorea* Pada Remaja Putri Kelas XII SMK Muhammadiyah”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di kemukakan diatas maka dapat di susun rumusan masalah sebagai berikut :”Pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* pada Remaja Putri Kelas XII SMK Muhammdiyah?”

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan umum**

Untuk mengetahui pengaruh kompres air hangat terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* pada Remaja Putri Kelas XII SMK Muhammadiyah

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik usia menstruasi, siklus menstruasi, dan lama menstruasi pada remaja putri kelas XII SMK Muhammadiyah
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri *dismenorea* sebelum pemberian kompres hangat pada Remaja Putri Kelas XII SMK Muhammadiyah
- c. Mengidentifikasi tingkat nyeri *dismenorea* sesudah pemberian kompres hangat pada Remaja Putri Kelas XII SMK Muhammadiyah
- d. Menganalisis pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri *dismenorea* pada Remaja Putri Kelas XII SMK Muhammadiyah

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1. Bagi institusi**

Karya tulis ilmiah ini dapat menjadi sumber informasi dan tambahan referensi dalam ilmu kebidanan khususnya dalam tatalaksana nyeri *dismenorea* dengan menggunakan pendekatan terapi non farmakologis dengan kompres hangat.

#### **2. Bagi lahan penelitian**

Sebagai bahan referensi dalam pertimbangan yang dapat menambah dan masukan dalam upaya mengurangi *dismenorea* dengan memberikan asuhan kebidanan.

### 3. Bagi peneliti

Peneliti memperoleh wawasan dan dapat mengaplikasikan asuhan kebidanan dengan pemberian kompres hangat sesuai dengan teori yang telah di berikan.

### 4. Bagi masyarakat

Sebagai bahan informasi untuk masyarakat mengenai pemberian kompres air hangat dalam meredakan rasa nyeri pada *dismenorea*