

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Masa remaja, yang biasa disebut dengan pubertas, merupakan masa dimana organ reproduksi manusia mulai matang. Masa remaja merupakan masa perubahan yang ditandai dengan perubahan fisik, emosi, dan psikologis (Puspita, 2019). Kesehatan reproduksi meliputi kesejahteraan fisik, mental dan sosial serta kesehatan dalam segala bidang yang berkaitan dengan sistem, fungsi dan proses reproduksi (Astuti, 2016).

Menstruasi merupakan tanda kematangan reproduksi pada remaja (menarche). Menstruasi adalah periode keluarnya darah dari vagina yang disebabkan oleh luruhnya lapisan rahim. Haid pertama seorang wanita biasanya terjadi pada usia 12 atau 13 tahun. Namun, beberapa orang mengalaminya pada usia yang lebih muda, apakah mereka berusia 8 atau 18 tahun. Menstruasi berhenti dengan sendirinya pada wanita antara usia 40-50, suatu kondisi yang dikenal sebagai menopause. (Sukarni dan Margareth, 2013).

Gangguan menstruasi umumnya termasuk siklus haid tidak teratur, aliran menstruasi tidak teratur, perdarahan yang berkepanjangan, nyeri atau nyeri dismenore, atau sindrom pramenstruasi. Ketidakteraturan menstruasi ini memiliki penyebab biologis dan psikologis.

Selama proses peluruhan endometrium sering terjadi nyeri, nyeri tersebut sering disebut dengan dismenore, yaitu nyeri di daerah perut dan panggul yang dialami seorang wanita sebagai akibat dari periode menstruasinya (Sukarni, 2013).

Dismenore juga disebabkan oleh kontraksi dinding rahim sebagai respons terhadap peningkatan hormon prostaglandin yang membantu pelepasan dinding rahim sehingga sering menimbulkan sensasi rasa nyeri pada bagian perut bawah dan nyeri punggung (Ratnawati, 2018). Dismenore terjadi karena adanya kelainan ginekologi yang sering dihadapi oleh remaja putri, dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan seringkali menyebabkan remaja putri berhenti beraktivitas dan memilih istirahat. Dismenore juga merupakan penyakit ginekologi karena adanya peningkatan hormon progesteron dan mengakibatkan adanya ketidakseimbangan dalam darah sehingga menyebabkan nyeri kram (Kazama, dkk 2015).

Pada beberapa kondisi patologis, remaja yang mengeluh menoragia memiliki konsentrasi PGF2 dan PGE2 yang jauh lebih tinggi dibandingkan remaja tanpa gangguan menstruasi. Oleh karena itu, prostaglandin berperan dalam siklus menstruasi, baik dalam kondisi normal maupun patologis (Reeder, 2013).

Ketika rasa sakit berlanjut selama beberapa hari, 50% wanita mengalami dismenore yang mengakibatkan ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas

sehari-hari setiap bulan di antara 10 wanita ini, di mana 25% remaja putri tidak bersekolah karena dismenore (Reeder, dkk 2015).

Faktor terjadinya dismenore berkaitan dengan gaya hidup remaja saat ini. Gaya hidup sedentari (*sedentary lifestyle*) kurang melakukan aktivitas fisik. Faktor lain yang berkontribusi terhadap terjadinya dismenorea primer pada remaja putri antara lain menarche dini, siklus menstruasi yang berkepanjangan, jarang berolahraga, stres, dan aktivitas sehari-hari lainnya seperti ngemil atau makanan cepat saji.(Joshi, dkk 2015).

Sebuah studi tahun 2017 oleh Cakir M et al menunjukkan bahwa dismenore merupakan gangguan menstruasi dengan peringkat tertinggi, yaitu sebesar 89,5%. Data dari *World Health Organization* atau WHO menunjukkan bahwa 1.769.425 wanita mengalami dismenore (WHO, 2015).

Studi epidemiologi di Mesir menunjukkan bahwa 75% remaja putri bolos sekolah karena dismenore, dan hingga 20,3% dismenore mengganggu aktivitas remaja putri (Laila, 2015). Di Indonesia, dismenore diperkirakan menyumbang 54,89% penderita dismenore primer dan 9,36% penderita dismenore sekunder (Kemenkes RI, 2016). Belum ada data pasti tentang prevalensi dismenore di Jawa Barat, menurut Dinas Kesehatan Jawa Barat prevalensi dismenorea pada remaja diperkirakan sebesar 1,8% hingga 1,6% dari mereka yang mengalami kondisi tersebut (Rekam Medis Jawa Barat, 2015).

Dalam kasus dismenore, tersedia perawatan farmakologis dan non-farmakologis. Obat pereda nyeri haid, terutama obat anti nyeri dari golongan NSAID, seperti paracetamol atau acetamenofen (sumagesic, panadol, dll). Perawatan non-farmakologi, lebih aman seperti kompres panas, hipnoterapi, pijat, Aktivitas fisik (olahraga), tidur yang cukup, membatasi gangguan seperti mendengarkan musik, dan teknik relaksasi seperti yoga dan aromaterapi (Puspita, 2019).

Aromaterapi merupakan salah satu pengobatan nonfarmakologis untuk dismenore. Aromaterapi adalah jenis pengobatan komplementer yang menggunakan bahan-bahan yang tersedia seperti "minyak esensial" dan senyawa tanaman aromatik lainnya untuk meningkatkan kesejahteraan fisik atau kesehatan seseorang. Respon terhadap aromaterapi meningkatkan aktivitas neuron di otak. Dengan demikian adapun aromaterapi yang dapat digunakan yaitu aromaterapi lavender, lavender berfungsi merangsang thalamus untuk melepaskan enfekaline, zat yang bertindak sebagai anestesi ringan dan menyebabkan perasaan tenang (Marika, dkk 2018).

Lavender yaitu tanaman dengan batang berwarna ungu dan memiliki aroma khas yang menyebabkan reaksi rileks saat dihirup. Aromaterapi lavender memiliki dasar yang kuat, mudah digunakan, dapat dihentikan dan dilanjutkan jika nyeri haid terjadi. Linalool dan linalyl acetate adalah bahan utama dalam aromaterapi lavender, linalyl acetate memiliki fungsi relaksasi dan melemaskan sistem saraf dan endokrin, sedangkan linalool memiliki fungsi relaksasi untuk mengurangi nyeri dismenore (Marika, dkk 2018).

Minyak lavender telah digunakan sebagai aromaterapi sejak zaman kuno. Dalam prosesnya, menghirup minyak lavender telah dilaporkan menyebabkan berbagai efek samping, termasuk mual, muntah, sakit kepala, dan kedinginan. Aplikasi topikal minyak lavender juga dapat menyebabkan dermatitis kontak dan *phototoxicity* (Sweetman SC, 2002).

Azizah, N. Dan Kusumawardani, P.A. melakukan penelitian pada 30 remaja yang mengalami dismenore pada hari ke 1-2 menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum perlakuan intensitas nyeri dismenorea sebesar 8,53 dan setelah perlakuan berupa inhalasi aromaterapi lavender terjadi penurunan intensitas nyeri dengan rata-rata sebesar 3,77. Hal ini menunjukkan bahwa penurunan skor intensitas nyeri dismenore setelah menghirup aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) berarti sebagian besar remaja mengalami penurunan nyeri setelah menghirup aromaterapi lavender (Azizah and Kusumawardani, 2020).

Berdasarkan penelitian Azizah, N. Dan Kusumawardani, P.A. terhadap tiga puluh remaja yang mengalami dismenore pada hari ke 1-2 menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan intensitas nyeri dismenore sebelum perlakuan sebesar 8,53, dan intensitas nyeri menurun rata-rata 3,77 setelah perlakuan aromaterapi lavender. Hal ini menunjukkan bahwa penurunan skor intensitas nyeri dismenore setelah menghirup aromaterapi lavender (*Lavendula Augustfolia*) menyiratkan bahwa sebagian besar remaja mengalami penurunan nyeri setelah menghirup aromaterapi lavender (Azizah dan Kusumawardani, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan kepada mahasiswa sarjana keperawatan, 35 dari 100 mahasiswa mengalami nyeri dismenore. Alasan peneliti mengangkat masalah ini dikarenakan masih banyak mahasiswa belum mengetahui cara lain untuk mengatasi nyeri haid. Penelitian ini menjelaskan tentang penatalaksanaan nyeri haid dengan menggunakan aromaterapi lavender, penelitian ini belum pernah dilakukan kepada mahasiswa keperawatan Universitas Bhakti Kencana Bandung, maka penelitian ini dapat dijadikan sebagai kontribusi yang sangat bermanfaat bagi mahasiswa yang mengalami dismenore.

1.2 Identifikasi masalah

Berdasarkan uraian diatas maka penulis membuat rumusan masalah “Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana Bandung Tahun 2022”

1.3 Tujuan penyusunan LTA

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Mahasiswa Keperawatan di Universitas Bhakti Kencana Tahun 2022.

2. Tujuan khusus

Setelah dilakukan penelitian tersebut diharapkan mampu menambah pengetahuan, maka penulis diharapkan dapat:

- a. Untuk mengetahui Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Mahasiswa Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana sebelum diberikan Aromaterapi Lavender
- b. Untuk mengetahui Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Mahasiswa Keperawatan Di Universitas Bhakti Kencana sesudah diberikan Aromaterapi Lavender
- c. Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Pada Mahasiswa Keperawatan Universitas Bhakti Kencana Tahun 2022

1.4 Manfaat penulisan

Hasil penelitian diharapkan dapat memberi manfaat yaitu:

1. Untuk institusi pendidikan

Dapat memberikan masukan bagi sistem pendidikan khususnya dalam hal informasi siswa. Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi atau data kepada mahasiswa kebidanan yang akan melakukan analisi studi selanjutnya.

2. Bagikan area latihan

Meningkatkan ketersediaan pelayanan kesehatan reproduksi bagi wanita sehingga klien memiliki ketenangan pikiran saat menerima asuhan. Dengan demikian, diharapkan dapat memberikan informasi dan memberikan solusi dengan pengobatan non-farmakologis menggunakan aromaterapi lavender.

3. Bagi peneliti

Memberikan saran praktis membandingkan berbagai teori dan praktek dalam pembahasan pengaturan kesehatan reproduksi remaja. Karena informasi dan pemahaman yang baru ditemukan tentang aromaterapi lavender, yang menyebabkan pengurangan gejala dismenore.

4. Untuk remaja

Memberikan pengetahuan kepada remaja agar dapat lebih memahami dan mengetahui tanda-tanda bahaya terhadap kesehatan reproduksi khususnya nyeri haid, nyeri haid, dan diharapkan pelanggan dapat melakukan tindakan perawatan atau rekomendasi tenaga medis.