

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Masa remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa. Definisi remaja sendiri dapat ditinjau dari tiga sudut pandang yaitu secara kronologis, remaja adalah individu yang berusia antara 11-12 tahun sampai 20-21 tahun. Secara fisik, remaja ditandai dengan adanya perubahan ukuran dan penampilan fisik dan adanya kemampuan bereproduksi, dan secara psikologis, remaja mengalami perubahan pada kognitif, mental, sosial dan moral (Kusmiran, 2012). Periode masa remaja ini sering disebut masa pubertas yaitu bagian dari proses perkembangan dengan adanya kematangan organ seksual dan kemampuan bereproduksi, yang ditandai dengan terjadinya menstruasi pertama (*menarche*) (Widyastuti, 2009).

Menurut Kusmiran (2012) menstruasi adalah perubahan secara fisiologis pada perempuan. Menstruasi adalah perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Secara umum, remaja mengalami *menarche* adalah usia 12 sampai dengan 16 tahun, dengan siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi 2-7 hari.

Dysmenorrhea merupakan suatu fenomena simptomatik meliputi nyeri perut, kram dan sakit punggung bawah (Kusmiran, 2012). Secara patofisiologis, kondisi *dysmenorrhea* terjadi karena peningkatan sekresi prostaglandin F2 alfa pada fase luteal siklus menstruasi. Sekresi F2 alfa prostaglandin yang meningkat menyebabkan peningkatan frekuensi kontraksi uterus sehingga menyebabkan terjadinya vasospasme dan iskemia pada pembuluh darah arteri uterus. Respon iskemik yang terjadi pada kondisi *dysmenorrhea* menyebabkan sakit pada daerah pinggang, sakit pada punggung bawah, kelemahan, edema, diaporesis, anoreksia, mual terkadang sampai terjadi muntah, diare, sakit kepala, penurunan konsentrasi, emosi labil, dan gejala lainnya. Penyebab *dysmenorrhea* belum diketahui secara pasti, namun secara teoritis dapat disebabkan adanya defisiensi progesteron.

Peningkatan prolaktin dan prostaglandin, diet tidak adekuat, dan masalah psikologis (Afiyanti & Pratiwi, 2016)

Prevalensi *dysmenorrhea* primer meningkat saat usia 19 tahun ke atas. Kejadian *dysmenorrhea* mengakibatkan penurunan produktivitas kerja, penurunan daya konsentrasi, dan mengurangi kegiatan sosial (Edmonds, 2007). Penderita *dysmenorrhea* membutuhkan perhatian yang cukup serius, karena jika *dysmenorrhea* tidak ditangani, maka akan mengganggu aktivitas sehari-hari, terutama bagi pelajar/mahasiswa dapat mengganggu proses dan produktivitas belajar yang bersangkutan (Prawirohardjo & Wiknjosastro, 2009). Di Malaysia dilaporkan (51,7%) perempuan umur produktif terindikasi mengalami penurunan daya konsentrasi di kelas, (50,2%) mengurangi kegiatan sosial dan rekreasi, (21,5%) memutuskan untuk tidak melakukan kegiatan belajar mengajar, dan (16,4%) mempengaruhi penampilan (Wong dan Khoo, 2010). Gangguan yang ditimbulkan dari *dysmenorrhea* ini menyebabkan sebagian remaja perempuan melakukan penatalaksanaan secara farmakologi maupun non-farmakologi (Edmonds, 2007).

Dysmenorrhea dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi dengan memberikan obat-obatan seperti prostaglandin inhibitor, analgesik *nonsteroidal anti-inflammatory* (NSAIDS), yaitu ibuprofen, acetaminophen, aceclofenac, valdecoxib, diclofenac, meloxicam, dengan tujuan pengobatannya untuk menghilangkan nyeri (Zahradnik *et al.*, 2010). Obat-obatan tersebut dapat menurunkan nyeri dan menghambat produksi prostaglandin dari jaringan-jaringan yang mengalami trauma dan inflamasi yang menghambat reseptor nyeri untuk menjadi sensitif terhadap stimulasi yang menyebabkan sakit sebelumnya. Akan tetapi, pengobatan secara farmakologi dapat memberikan efek samping, antara lain gangguan pada sistem gastrointestinal bagian bawah (*dyspepsia*), *nausea*, dan abnormalitas pada ginjal dan fungsi hati (Bharthi *et al.*, 2012). Sedangkan terapi non-farmakologi yang dapat dilakukan antara lain teknik nafas dalam (relaksasi), olahraga, aromaterapi, dan terapi hangat atau dingin dengan cara kompres menggunakan handuk yang di masukkan kedalam

air dingin maupun hangat atau dengan kantung karet yang diberi air hangat (Nugroho & Utama, 2014). Terapi non-farmakologi memiliki kelebihan antara lain murah dan mudah dilakukan atau diterapkan di mana saja termasuk dirumah.

Terapi non-farmakologi yang sering digunakan adalah terapi hangat atau dingin. Salah satu bentuk terapi hangat atau dingin yang sering dilakukan adalah dengan pemberian kompres hangat di perut pada penderita *dysmenorrhea*. Penggunaan kompres hangat di area perut bertujuan untuk melebarkan pembuluh darah sehingga meningkatkan sirkulasi darah ke bagian yang nyeri, menurunkan ketegangan otot sehingga mengurangi nyeri akibat spasme otot atau kekakuan otot (Potter & Perry, 2010)

Bentuk lain dari penggunaan terapi hangat adalah pemberian kompres hangat di area punggung bawah. Penelitian mengenai pemberian kompres hangat di area punggung bawah masih jarang dilakukan pada nyeri *dysmenorrhea*, padahal kompres hangat di area punggung bawah dapat mengurangi sensasi nyeri dan juga kram. Penelitian kompres hangat dipunggung bawah pernah dilakukan pada ibu persalinan fase 1 kala aktif di RSUD Waled Kabupaten Cirebon oleh Nurasih dan Nurkholifah (2016) dan diperoleh hasil bahwa kompres hangat di area punggung bawah dapat mengurangi nyeri terhadap pasien dalam proses persalinan fase 1 kala aktif dengan intervensi kompres yang diberikan 20-30 menit. Penelitian yang dilakukan oleh Manurung (2011) juga menemukan bahwa ada pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan dan pencegahan peningkatan skala nyeri persalinan yang bermakna sesudah diterapi selama 20 menit pemberian kompres hangat pada punggung bawah yang diberikan pada ibu persalinan kala aktif di puskesmas wilayah Jakarta Selatan yaitu puskesmas Pasar Minggu dan puskesmas Cilandak. Skala nyeri sesudah periode intervensi menurun sebesar 2,07 point pada setiap responden yang diterapi dengan kompres hangat.

Berdasarkan wawancara yang dilakukan oleh peneliti pada bulan Desember 2016, terhadap 10 orang mahasiswi Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, didapatkan hasil bahwa dari 9 orang mengalami *dysmenorrhea*, 1 orang tidak mengalami *dysmenorrhea*, 3 orang mengatakan nyeri skala ringan, 5 orang nyeri

kala sedang, 1 orang nyeri skala berat. Pada 5 orang mahasiswi merasakan *dysmenorrhea* selama 2 hari saat menstruasi, 3 orang merasakan *dysmenorrhea* pada hari pertama menstruasi, dan 1 orang mahasiswi merasakan *dysmenorrhea* pada 2-4 jam pada hari pertama menstruasi. Keluhan yang paling sering dirasakan 2 orang mengatakan pusing dan mual, 5 orang mengatakan nyeri perut sampai punggung bawah, 2 orang mengatakan sakit pada payudara, dan terjadi kelemahan pada ekstermitas bawah. Mereka mengatakan jika mengalami *dysmenorrhea* perkuliahan terganggu atau aktivitas lainnya terganggu karena harus beristirahat. Mahasiswa yang di wawancara oleh peneliti juga mengatakan belum pernah mencoba mengompres hangat di area punggung bawah saat mengalami nyeri *dysmenorrhea*. Dengan adanya landasan di atas, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap intensitas nyeri *dysmenorrhea* pada mahasiswi di Stikes jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut: Ada Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri *Dysmenorrhea* Pada Mahasiswi Di Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah diketahui pengaruh pemberian kompres air hangat terhadap penurunan intensitas nyeri *dysmenorrhea* pada mahasiswi di Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Teridentifikasi karakteristik mahasiswi yang mengalami *dysmenorrhea* meliputi suku, status pernikahan, usia menstruasi, siklus menstruasi, aktivitas selama menstruasi, apa yang dilakukan selama menstruasi, hari merasakan nyeri *dysmenorrhea*.
- b. Diketahui intensitas nyeri *dysmenorrhea* sebelum dilakukan kompres air hangat di Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- c. Diketahui intensitas nyeri *dysmenorrhea* sesudah dilakukan kompres air hangat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan menjadi tambahan informasi tentang pengaruh pemberian terapi kompres air hangat terhadap penurunan nyeri *dysmenorrhea*.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi remaja putri yang mengalami *Dysmenorrhea*

Memberikan pengetahuan dan wawasan tentang cara menurunkan nyeri *dysmenorrhea* dengan menggunakan terapi non-farmakologi yaitu kompres air hangat.

- b. Bagi profesi keperawatan

Penelitian ini dapat memberikan kontribusi sebagai dasar dalam pengembangan asuhan keperawatan khususnya pada remaja putri yang mengalami *dysmenorrhea* dan dapat diaplikasikan pada tatanan keperawatan terutama di komunitas (disekolah / dirumah).

- c. Bagi institusi pendidikan Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

Sebagai bahan masukan untuk kegiatan proses pembelajaran mengenai terapi kompres air hangat untuk menurunkan intensitas nyeri *dymenorrhea*.

d. Bagi peneliti lain

Menambah ilmu dan wawasan tentang terapi kompres air hangat untuk menurunkan intensitas nyeri *dysmenorrhea*.

E. Keaslian Penelitian

1. Murtiningsih, & Lina, K (2014) dengan judul “Penurunan Nyeri Desminorea Primer Melalui Kompres Hangat dan Relaksasi Nafas Dalam”. Metode penelitian ini yaitu menggunakan *Quasy eksperimental* dengan pendekatan *one group pretest-posttest with control group*, pengambilan dilakukan dengan teknik *random sampling*. Populasi penelitian adalah siswi kelas 2 SMA Negeri Cimahi yang berjumlah 83 orang. Analisa data pada penelitian ini menggunakan *independet t-test*. Hasil penelitian diketahui perbedaan yang signifikan antara skala nyeri dismenorea sebelum dengan sesudah kompres hangat, yang berarti terdapat pengaruh kompres hangat terhadap nyeri dismenorea primer pada remaja. Persamaan penelitian ini terletak pada variabel bebas yaitu kompres hangat dan terikat yaitu nyeri *dysmenorrhea*. Perbedaan penelitian ini terletak pada desain penelitian, teknik pengambilan sampel, instrumen yang digunakan, lokasi penelitian dan letak pengompresan.
2. Irmananti, N. S (2013) dengan judul penelitian “Pengaruh Pemberian Kompres Air Hangat Terhadap Intensitas Nyeri *Dysmenorrhea* Primer Program Studi Ilmu Keperawatan UGM”. Jenis penelitiannya adalah *eksperimental* dengan rancangan *pretest-poststest with control group* dengan metode cross over. Pengambilan sampel dengan teknik *random sampling*, dengan jumlah sampel 60 orang. Analisa data pada penelitian ini pada kelompok berpasangan menggunakan Uji *Wilcoxon* dan pada kelompok tidak berpasangan menggunakan Uji *mann whitney*. Hasil penelitian menunjukkan adanya penurunan pada kelompok intervensi yang diberi kompres hangat dibanding dengan kelompok kontrol dengan teknik nafas dalam, secara statistik (5,37 dengan 1,70 $p = 0,000$; 5,33 dengan 4,97 $p = 0,000$). Persamaan dari penelitian

ini terletak pada variabel bebas dan variabel terikat, instrumen. Perbedaan dari penelitian ini terletak pada desain penelitian, lokasi penelitian, letak pengompresan, uji statistik.

3. Nurasih & Nurkholifah (2016) dengan judul penelitian ‘’Intensitas Nyeri Antara Pemberian Kompres Air Hangat Dengan Masase Punggung Bagian Bawah Dalam Proses Persalinan Kala I Fase Aktif’’. Jenis penelitiannya adalah *quasi eksperiment Control Time Series Design*. Pengambilan sampel dengan teknik *accidental sampling*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua ibu bersalin kala 1 fase aktif, dengan sample 279 orang. Analisa data pada penelitian ini menggunakan *independent t-test*. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan intensitas nyeri pada responden yang dilakukan kompres air hangat dengan masase punggung bagian bawah, secara statistik didapatkan nilai p sebesar 0.001 dengan beda mean 3.000. Persamaan pada penelitian ini terletak pada salah satu variabel bebas yaitu kompres hangat, letak area pengompresan, instrumen penelitian, dan uji statistik. Perbedaan penelitian ini terletak pada variabel terikat, desain penelitian, teknik pengambilan sampel.