

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi adalah kondisi fisik, mental dan sosial, yang memungkinkan seseorang untuk melakukan tugas dan prosesnya secara sehat dan nyaman. Sementara itu Kementerian Kesehatan Republik Indonesia menjelaskan bahwa tujuan kesehatan reproduksi adalah mewujudkan generasi muda yang sehat dengan meningkatkan derajat kesehatan reproduksinya untuk mendukung upaya peningkatan kualitas generasi mendatang (Henniwati and Dewita 2021).

Menurut Shilphy (2020) menyatakan kalau masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang dinamis dalam kehidupan seseorang. Masa ini merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang ditandai dengan pertumbuhan fisik, mental, emosional dan sosial. Perubahan paling awal yang terjadi adalah pertumbuhan biologis. Salah satu ciri peremajaan biologis adalah timbulnya menstruasi. Menstruasi dimulai pada masa pubertas dan seorang perempuan siap untuk memiliki anak atau pada masa reproduksi. Periode menstruasi biasanya dimulai antara usia 10 sampai 16 tahun, tergantung pada sejumlah faktor termasuk kesehatan wanita, status gizi dan berat badan terhadap tinggi badan.

Menstruasi merupakan salah satu tanda kematangan genital (seksual) yang terjadi pada perempuan pada masa pubertas. Menstruasi terjadi setiap bulan, sesuai dengan siklusnya. Beberapa perempuan menderita kondisi yang umumnya dikenal sebagai nyeri haid (*dismenore*) sebelum atau selama menstruasi. Jika ini tidak segera ditangani dapat mengganggu aktifitas sehari-hari (Ramadhani 2019).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 angka kejadian *dismenore* sebesar 1.769.425 (90%) perempuan dengan *dismenore* yakni 10-16% mengalami *dismenore* berat. Angka kejadian *dismenore* sangat tinggi diseluruh dunia, rata-rata hampir 50% perempuan mengalaminya (Syafriani 2021). Angka kejadian *dismenore* di Indonesia sebesar 64, 25%, dimana 54,89% mengalami *dismenore* primer dan 9,36% mengalami

dismenore skunder (Elvira 2018).

Dismenore adalah nyeri yang dirasakan sebelum dan selama menstruasi, ditandai dengan nyeri dan kram pada perut bagian bawah. *Dismenore* terbagi menjadi dua jenis yaitu *dismenore* primer dan skunder. *Dismenore* primer berhubungan dengan nyeri haid yang terjadi tanpa kelainan anatomis genital dalam batas normal, sedangkan *dismenore* sekunder adalah nyeri haid yang berhubungan dengan kelainan anatomis seperti kelainan organik seperti *mioma*, *polip endometrial* dan *endometriosis*. Berdasarkan hal tersebut, peneliti memfokuskan pada *dismenore* primer dalam penelitian ini (Oktavianis and Sari 2020).

Nyeri haid yang tidak segera ditangani dapat mengganggu fungsi seperti pemberian analgesic untuk mengurangi nyeri dengan memblok prostaglandin. Remaja yang mendapatkan haid disertai dengan keluhan *dismenore* dapat mengakibatkan ketidaknyamanan serta dampak terhadap gangguan aktivitas. *Desminore* pada remaja harus ditangani walaupun hanya dengan pengobatan sendiri atau non farmakologi agar tidak terjadi kepada hal-hal yang lebih berat lagi. Efek yang terjadi bila *dismenore* tidak segera diobati dapat mendasari patologi (kelainan atau gangguan) yang dapat meningkatkan mortalitas, termasuk infertilitas. Selain pengaruh patologi, konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan, semua itu dapat memicu perasaan yang tidak menyenangkan dan asing (Asmawariza and Nurwahida 2021).

Penanganan yang dapat diberikan pada perempuan nyeri haid bisa secara farmakologi seperti obat Pereda nyeri dan terapi non farmakologi seperti *hot pack* (kompres panas), aromaterpi dan *massage* (Haryono 2018). Salah satu terapi non farmakologi yang dapat diberikan pada perempuan yang mengalami nyeri haid adalah *massage counter pressure*. *Counter pressure* adalah pijat tekanan yang kuat pada bagian belakang tubuh dengan menggunakan punggung tangan ataupun bola tenis. Terapi pijatan ini merupakan metode yang dapat memberikan rasa nyaman pada perempuan yang mengalami nyeri haid, karena pijatan ini dapat meredakan nyeri dengan teori *get control* yaitu implus nyeri yang dapat dihambat dengan pertahanan

disepanjang sistem syaraf pusat (Oktavianis and Sari 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Kartika (2022) yang berjudul efektivitas pijat *endorphin* dan pijat tekanan terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri menyatakan bahwa pada kelompok intervensi setelah *massage counterpressure*, nilai rerata pretest 5.81 dan *posttest* 1.38 dengan nilai selisih rerata 4.438, yang berarti intensitas nyeri haid mengalami penurunan setelah dilakukan perawatan *massage counterpressure*. Setelah dilakukan uji statistik, ditemukan bahwa pijat tekanan efektif mengurangi intensitas nyeri haid pada remaja putri dengan nilai sig. 0.000 (< 0.05).

Penelitian lain menyebutkan bahwa terdapat perbedaan rerata dismenore sebelum intervensi sebesar 6,42 dan sesudah intervensi sebesar 1,82, dengan perbedaan rerata sebesar 4,56 yang berarti dismenore berkurang setelah dilakukan *counterpressure massage*. Karena diketahui dari tabel diperoleh nilai signifikansi (Sig.) sebesar 0,000, maka dapat diartikan bahwa penggunaan teknik *countrepressure* berpengaruh terhadap intensitas dismenore pada remaja putri. $t\text{-hitung} \geq t$ dalam grup tabel ($20.18 \geq 2.12$) (Henniwati and Dewita 2021).

Berdasarkan survey pendahuluan terhadap remaja putri yang tinggal di Desa Cemaga dari 35 remaja yang mengalami menstruasi (haid), 20 remaja yang mengalami dismenore. Remaja putri Desa Cemaga belum mengetahui tentang adanya terapi *counterpressure massage* yang dapat meredakan dismenore yang aman, murah dan tanpa biaya.

Berdasarkan kejadian dismenore di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh *Counterpressure Massage* Terhadap Tingkat Nyeri Haid (*dismenore*) Pada Remaja Putri di Desa Cemaga. Artinya penelitian ini memberikan rekomendasi kepada tenaga kesehatan tentang penggunaan *counterpressure massage* untuk mengurangi dismenore yang dialami oleh remaja putri. Diharapkan remaja putri bisa menggunakan *counterpressure massage* sebagai alternative untuk mengurangi dismenore.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah penelitian ini dihasilkan dari gambaran latar belakang di atas yaitu “*Bagaimanakah Pengaruh Massage Counterpressure Terhadap Tingkat Nyeri Haid (dismenore) Pada Remaja Putri di Desa Cemaga?*”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *massage counterpressure* terhadap tingkat nyeri haid pada remaja putri di desa Cemaga.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik responden yang diberikan *massage counterpressure*.
- b. Mengetahui skala nyeri haid (*dismenore*) sebelum diberikan dan setelah diberikan *massage counterpressure* pada remaja putri di Desa Cemaga.
- c. Mengetahui perbedaan intensitas nyeri haid (*dismenore*) pretest dan posttest diberikan *massage counterpressure* pada remaja putri di Desa Cemaga.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Penulis

Dapat mengaplikasikan secara langsung tentang pengaruh *massage counterpressure* terhadap penurunan nyeri haid (*dismenore*). Mendapatkan pengalaman dan penambahan ilmu pengetahuan yang diteliti secara langsung dalam praktek berdasarkan informasi yang akurat tentang keefektifan teknik *massage counterpressure* dan mengetahui cara mengaplikasikan ilmu yang didapat dalam pelayanan. Serta

2. Bagi Responden

Dapat menjadi salah satu cara untuk mengurangi nyeri haid dengan teknik *counterpressure* sehingga hal ini mungkin menjadi salah satu pertimbangan dalam memutuskan cara mengurangi nyeri haid tanpa obat.

3. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi bahan masukan dan informasi bagi tenaga kesehatan karna nyeri haid (*dismenore*) dapat berkurang dengan teknik *massage counterpressure*

PEPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini disusun pada tahun 2022 dengan mengambil rujukan dari penelitian yang lalu dengan memodifikasinya. Penelitian yang berkenaan dengan pengaruh terapi *Massage Counterpressure* terhadap nyeri haid yang dialami remaja putri antara lain:

Tabel I.I Keaslian Penelitian

Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil	Perbedaan	Sumber
Massage Counter Pressure Mempengaruhi Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri	Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan desain yang digunakan pada <i>pretest-posttest one group desain</i> .	Terdapat pengaruh pemberian terapi counterpressure terhadap penurunan skala nyeri dismenore primer pada remaja putri	Tidak ada kriteria inklusi dan eksklusi	(Henniwati and Dewita 2021)
Perbandingan Tindakan Massage Counterpressure Dan Pemberian Dark Chocolate Terhadap	Penelitian sekarang menggunakan rancangan <i>quasi ekprimen test and post test with control</i> .	Pemberian <i>dark chocolate</i> dan obat anti nyeri lebih berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri haid dibandingkan dengan diberikan Tindakan <i>massage</i>	- Memiliki responden pembanding - Melakukan lebih dari	(Ulfa, Suwandono, and Budhi 2019)

Penurunan Nyeri Haid (Dismenorea)			<i>counterpressure</i> dan obat anti nyeri.	satu terapi	
Efektifitas Counterpressure Dan Relaksasi Genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Disminore Primer Pada Remaja Putri	Penelitian ini bersifat pre-experiment dengan rancangan one group pretest posttest	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi <i>counterpressure</i> lebih efisien dalam penanganan nyeri disminore primer dibandingkan dengan relaksasi genggam jari.	- Memiliki responden pembanding - Melakukan lebihdari satu terapi	(Oktavianis and Sari 2020)	
Efektivitas Pijat Endorfin dan Pijat Tekanan Pada Nyeri Menstruasi Remaja Putri	Penelitian ini menggunakan metode quasi eksperimen dengan <i>pretest-posttest only control group design</i> .	Hasil penelitian menunjukkan terdapat pengaruh pemberian pijat endorphin dan pijat tekanan terhadap penurunan intensitas nyeri haid pada remaja putri	- Memiliki responden pembanding - Melakukan lebihdari satu terapi	(Kartika, Asriwati, and Sibero 2022)	