

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap wanita mengalami menstruasi, yang menandai dimulainya masa pubertas dan pertumbuhan organ reproduksi. Menstruasi menyebabkan pendarahan vagina akibat pelepasan lapisan rahim. Menarche adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan periode menstruasi pertama seorang perempuan (Khoirunnisa et al., 2023).

Prevalensi *dismenore* remaja putri sekitar 16,8% hingga 81% dari WHO (WHO, 2020). Menurut WHO, prevalensi *dismenore* di seluruh dunia pada tahun 2021 sangat tinggi, dengan peningkatan sekitar 1.769.425 kasus (90%) pada wanita dimana 10-15% terjadi *dismenore* berat. *Dismenorea* yang dialami oleh penduduk Indonesia sebesar 64,25%, dengan rincian 54,89% *dismenorea* primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder (Setyawati, 2022). Di Indonesia, *dismenorea* primer mencapai 54,89% dan *dismenorea* sekunder mencapai 45,11% (Salsabila Putri et al, 2023). Prevalensi *dismenore* wanita usia subur di Provinsi Daerah Istimewa Yogyakarta adalah 52%. Di wilayah Sleman, data menunjukkan bahwa 88,64% perempuan menderita *dismenore*, sedangkan 11,36% melaporkan tidak nyeri saat menstruasi (Saputri et al, 2019).

Dismenore merupakan hal yang terjadi pada saat menstruasi beberapa wanita mengalami kram menstruasi pada setiap siklus menstruasi. Ketidaknyamanan saat menstruasi disebabkan oleh pelepasan prostaglandin berlebihan, yang meningkatkan kontraksi rahim (Salsabila Putri et al, 2023).

Wanita sering mengalami *dismenore*. Terkadang rasa sakitnya begitu parah sehingga memerlukan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. NSAID digunakan dalam farmakologi. Non farmakologi dapat dilakukan dengan memastikan istirahat yang cukup, kompres hangat, dan latihan peregangan perut. Salah satu upaya alternatif untuk meredakan kram menstruasi ialah kompres panas, karena kompres. Melalui penerapan kompres hangat, pembuluh darah membesar sehingga meningkatkan sirkulasi darah di jaringan (Mahua et al, 2018).

Kompres hangat memberikan kenyamanan dan mengurangi atau menghilangkan rasa sakit, dengan cara menempelkan handuk hangat ke bagian yang dirasa nyeri, kemudian bisa melakukan pemijatan (Situmorang, H., & Yunita, 2019). Dari penelitian Ayu Asmarani (2020) diketahui pemberian kompres hangat selama 20 menit merupakan cara lebih efektif untuk penurunan intensitas dismenore primer dibandingkan sebelum dilakukan kompres hangat (Mahua et al, 2018).

Dari studi pendahuluan bulan februari di asrama Unjaya terhadap 204 orang siswi dengan memberikan kuesioner secara online dengan membagikan link kuesioner di grup asrama Unjaya melalui kepala asrama, dari 117 diantaranya 36 orang tidak mengalami dismenore, 81 orang mengalami dismenore, 28 orang menangani dismenore dengan madu herbal, 10 orang menangani dismenore dengan obat nyeri dan 43 orang yang belum terpapar komplementer terapi untuk mengurangi kejadian dismenore pada remaja. Beberapa mahasiswi remaja asrama putri membiarkan nyeri hilang dengan sendirinya sehingga mengalami penurunan produktivitas seperti, kesulitan berkonsentrasi saat belajar dan menurunnya motivasi belajar. Dilihat dari kejadian dismenore yang masih tinggi pada mahasiswi yang dapat menurunkan produktivitas kegiatan sehari-hari maka peneliti tertarik melaksanakan penelitian berjudul “Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta”.

B. Rumusan masalah

Dari latar belakang, rumusan masalah ini yaitu “Adakah Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Efektivitas Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat *dismenore* sebelum intervensi pada remaja putri di Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- b. Mengetahui tingkat *dismenore* sesudah intervensi pada remaja putri di Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Diharapkan untuk mengembangkan ilmu pengetahuan di dalam dunia kebidanan dalam memberikan informasi tentang Efektivitas Kompres Hangat Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi sebagai salah satu cara non farmakologi.

2. Praktisi

a. Bagi institusi Unjaya

Sebagai acuan dan pedoman atau referensi dalam memberikan informasi kepada mahasiswa dan untuk menambah wawasan pengetahuan dalam berpikir ilmiah dan dipakai dalam perencanaan maupun pengembangan program pencegahan dan pengendalian *dismenore*.

b. Bagi mahasiswa Unjaya

Diharapkan dapat menambah pengetahuan sehingga mampu menerapkan kompres hangat untuk mengurangi tingkat nyeri *dismenore* secara mandiri.

c. Bagi peneliti

Hasil penelitian bisa berkontribusi bagi pengetahuan maupun pengalaman dalam pengaplikasian ilmu dari kuliah untuk kedepannya.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian	Nama Peneliti & Tahun	Desain Penelitian	Variabel Penelitian	Hasil penelitian
1	Efektivitas Pemberian Kompres Hangat Dan Relaksasi Nafas Dalam Tingkat Dismenore Remaja	Sari, B. M., Harjanti, A. I., & Sulistyaningrum, (2023)	Quasi eksperimental design dengan pendekatan two group pre test-post test design	Variabel bebas : kompres hangat dan relaksasi Variabel Terikat : penurunan tingkat nyeri <i>dismenore</i>	Hasil penelitian ini didapatkan bahwa pemberian kompres hangat elektrik dan relaksasi nafas dalam lebih efektif dalam menurunkan tingkat nyeri <i>dismenore</i> dibandingkan pemberian kompres hangat elektrik
2	Pengaruh kompres hangat menggunakan bantal elektrik terhadap penurunan nyeri haid (<i>dismenore</i>) pada remaja akhir	Nirmala, S., Suryati, T., Ali, M., & Nastasya, (2024)	Metode pra eksperimental dengan pendekatan one group pretest-posttest	Variabel bebas : kompres hangat dengan bantal elektrik Variabel Terikat : penurunan nyeri haid (<i>dismenore</i>)	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Pengaruh Kompres Hangat Menggunakan Bantal Elektrik Terhadap Nyeri Haid (<i>Dismenore</i>) pada remaja akhir
3	Pengaruh kompres air hangat terhadap intensitas nyeri dismonore remaja	Sianturi, N. S., Nurmalasari, N., & Azma, (2024)	Pre eksperimental dengan desain one group pre & Post Test	Variabel bebas : kompres hangat elektrik Variabel Terikat : Intensitas nyeri <i>dismenore</i> pada remaja	Kompres hangat memberikan dampak derajat ketidaknyamanan disminore