

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi atau dismenore. Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,52% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer (nyeri haid yang dijumpai tanpa adanya kelainan pada alat-alat genital, sering terjadi pada wanita yang belum pernah hamil) dan 9,36% dismenore sekunder (nyeri haid yang disertai kelainan anatomis genitalis). Angka kejadian dismenore di Jawa Tengah mencapai 56% (Fahimah, dkk, 2017). Kejadian dismenore di Jawa tengah tahun 2011 terdapat 9.019.505 remaja putri atau sebesar 24,46 % dari jumlah penduduk seluruhnya (Badan Pusat Statistik, 2011 dalam Wulandari S dan Setyo S, 2018)

Menstruasi adalah proses pembesihan rahim akibat sel-sel yang tidak ada pembuahan atau kehamilan. Menstruasi biasanya terjadi pada remaja atau perempuan berumur 12 atau 13 tahun. Apabila umur 16 tahun tidak terjadi menstruasi perlu diperiksa takut adan kelainan. Menstruasi akan berhenti pada saat perempuan memasuki menopause, sekitar umur 50 tahun (Pribakti, 2010 dalam Syahning D, 2015)

Dismenore atau nyeri menstruasi merupakan nyeri yang terasa di bagian perut bawah dan paha, hal ini terjadi akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan rasa nyeri timbul. Hampir seluruh perempuan dan juga termasuk didalamnya remaja putri pasti pernah merasakan gangguan pada saat menstruasi berupa nyeri menstruasi (dismenore) dengan berbagai tingkatan, mulai dari yang sekedar pegal-pegal di pinggul dari sisi dalam hingga rasa nyeri yang luar biasa sakitnya. Umumnya nyeri yang biasa terasa di bawah perut terjadi pada hari pertama dan kedua menstruasi. Rasa nyeri akan berkurang setelah keluar darah yang cukup banyak (Proverawati, dkk, dalam Amalia, 2017)

Pengukuran intensitas dismenore dilakukan dengan mengukur skala nyeri haid pada remaja putri menggunakan lembar observasi Numerical Rating Scale (NRS) pada hari pertama menstruasi sebelum diberikan terapi musik klasik dan diukur kembali skala nyeri haid setelah dilakukan terapi musik klasik dengan menggunakan instrumen yang sama (Oktaviani D, 2015).

Secara non farmaologis untuk mengurangi nyeri salah satunya dengan teknik distraksi. Adapun teknik distraksi yang paling efektif untuk mengurangi nyeri adalah dengan mendengarkan musik (Fidiarti M, 2018). Musik merupakan perwujudan dari seni tertentu seperti seni suara, seni tari, seni drama, baca puisi, dan gerak yang berirama. Sedangkan musik terapi adalah suatu usaha yang berupa bantuan yang merupakan proses terencana dengan menggunakan bunyi atau irama tertentu (Oktavia D, 2015).

Musik klasik mempunyai fungsi menenangkan pikiran dan kartasis emosi, serta dapat mengoptimalkan tempo, ritme, melodi dan harmoni yang teratur dan dapat menghasilkan gelombang alfa serta gelombang beta dalam gendang telinga sehingga memberikan ketenangan yang membuat otak siap untuk menerima masukan baru, efek rileks, dan menidurkan. Selain itu musik klasik berfungsi mengatur hormon-hormonyang berhubungan dengan stress antara lain ACTH, prolaktin, dan hormon pertumbuhan serta dapat meningkatkan kadar endorphin sehingga dapat mengurangi nyeri (Chambell, 2001 dalam Azizah, dkk, 2015).

Pada dewasa ini banyak jenis musik yang dapat diperdengarkan namun musik yang menempatkan kelasnya sebagai musik bermakna medis adalah musik klasik karena musik ini magnitude yang luar biasa dalam perkembangan ilmu kesehatan, diantaranya memiliki nada yang lembut, nadanya memberikan stimulasi gelombang alfa, ketenangan, dan membuat pendengarnya lebih rileks (Oktavia D, 2015).

Setelah dilakukan studi pendahuluan di RW 15 Desa Cepogo terdapat sekitar 45 remaja putri usia 10-20 tahun dan sudah menstruasi, sebanyak 27 remaja putri sering mengalami dismenore atau sekitar 60% dari keseluruhan remaja di RW 15. Rata-rata remaja putri di RW 15 Desa Cepogo mengalami

menstruasi pertama kali di usia 13 tahun. Kebanyakan remaja yang mengalami dismenore melakukan berbagai macam terapi farmakologik hingga non farmakologik. Terapi farmakologik yang biasa mereka lakukan yaitu mengkonsumsi obat anti nyeri untuk dismenore. Sedangkan terapi non farmakologik yang dilakukan adalah seperti mengkonsumsi jamu untuk mengurangi nyeri, tidur, bahkan ada yang mengabaikan nyeri yang dirasakan. Sementara ini belum ada remaja di RW 15 Desa Cepogo yang pernah melakukan terapi musik klasik untuk mengurangi dismenore. Dengan demikian penulis tertarik untuk melakukan Penerapan Terapi Musik Klasik Terhadap Penurunan Intensitas Dismenore pada Remaja di Desa Cepogo yang mengacu pada jurnal Dera Oktavia yang berjudul Pengaruh Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Intensitas Nyeri Haid pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Pontianak.

## B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, didapatkan rumusan masalah yaitu :  
“Apakah Terapi Musik Klasik Dapat Menurunkan Intensitas Dismenore pada Remaja Di Desa Cepogo berdasarkan hasil penelitian Dera Oktavia yang berjudul Pengaruh Terapi Musik Klasik (Mozart) Terhadap Intensitas Nyeri Haid pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Pontianak?”

## C. Tujuan

### 1. Tujuan umum

Mendiskripsikan penurunan intensitas nyeri sebelum dan setelah dilakukan terapi musik klasik pada penderita dismenore pada remaja di RW 15 Desa Cepogo.

### 2. Tujuan khusus

- a. Mendiskripsikan intensitas dismenore sebelum dilakukan terapi musik klasik pada masing-masing remaja di RW 15 Desa Cepogo.
- b. Mendiskripsikan intensitas dismenore setelah dilakukan terapi musik klasik pada masing-masing remaja di RW 15 Desa Cepogo.

- c. Membandingkan intensitas dismenore sebelum dilakukan terapi musik klasik dan setelah dilakukan terapi musik klasik pada remaja di RW 15 Desa Cepogo.

#### D. Manfaat

Penerapan ini diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Penulis
  - a. Menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh saat kuliah
  - b. Menambah pengalaman tentang pemberian terapi musik klasik
2. Bagi Institusi Pendidikan
  - a. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai pedoman dalam pencegahan nyeri saat menstruasi
  - b. Dapat dijadikan sebagai alternatif dalam mengurangi nyeri saat menstruasi
3. Bagi Masyarakat

Dapat dijadikan informasi mengenai cara mengurangi nyeri saat menstruasi, sehingga dapat menurunkan angka kejadian dismenore dan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari.
4. Bagi Remaja Putri

Remaja putri dapat mengatasi dismenore dengan mendengarkan musik klasik pada saat dismenore, sehingga tidak khawatir jika terjadi dismenore yang sangat berat.