

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Menurut WHO remaja adalah penduduk yang berada dalam rentang usia 10-19 tahun (Maharianingsih, 2021). Pada usia ini remaja mengalami masa pubertas yang ditandai dengan pertumbuhan organ fisik yang cepat dan terjadi proses pematangan pada organ reproduksi yang ditandai dengan terjadinya menstruasi (Alam, 2021). Menstruasi merupakan hal umum yang terjadi pada wanita karena menstruasi merupakan ciri khas wanita telah memasuki masa pubertas. Sewaktu remaja mengalami menstruasi tidak sedikit yang merasakan masalah menstruasi contohnya seperti mengeluh nyeri perut yang biasa disebut dengan *dismenore* (Hasna, 2021).

Dismenore merupakan rasa nyeri saat menstruasi pada bagian perut bawah yang menjalar ke pinggang dan disertai sakit kepala yang berlangsung selama tujuh hari, pada saat terjadinya *dismenore* terdapat perubahan emosional, susah tidur, aktivitas terganggu, serta sulit berkonsentrasi. *Dismenore* tidak hanya menyebabkan gangguan aktivitas tetapi juga berdampak fisik, psikologis, sosial dan ekonomi, seperti kelelahan dan amarah yang mempengaruhi wanita pada saat menstruasi (Elsera, 2022). Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2021 angka kejadian *dismenore* di dunia sangat tinggi, dipastikan (90%) wanita dari total 1.769.425 jiwa dengan 10-15% mengalami *dismenore* berat. Remaja putri di Indonesia yang sudah mengalami haid rata-rata telah mengalami menstruasi pada usia 13 tahun (20,0%) dengan kejadian lebih awal kurang dari 9 tahun dan ada yang lebih lambat sampai umur 20 tahun. Secara nasional rata-rata usia menstruasi 13-14 tahun terjadi pada 37,5% remaja putri di Indonesia. Menurut Kemenkes RI tahun (2016) prevalensi remaja putri di Indonesia yang mengalami

dismenore yaitu sebesar 64,25% yang terdiri dari *dismenore* primer 54,89% dan *dismenore* sekunder 9,36% (Intiyaswati, 2022).

Berdasarkan data dari profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2023 jumlah remaja putri usia 10-19 tahun sebanyak 2.703 jiwa. Sedangkan yang mengalami *dismenore* di Provinsi Jawa Tengah mencapai angka 56% hal ini membuktikan bahwa permasalahan *dismenore* tidak bisa dianggap sepele (Prakasiwi, 2023). Dampak *dismenore* mengganggu aktivitas bahkan jika *dismenore* itu parah dapat menyebabkan wanita mual, muntah, dan diare. *Dismenore* mempengaruhi aktivitas sehari-hari diantaranya sulit berkonsentrasi, konflik emosional, merasa kurang nyaman, penurunan keaktifan serta keterbatasan aktivitas yang disebabkan oleh nyeri *dismenore* (Karlinda, 2022). Nyeri *dismenore* bisa menjadi tanda dan gejala suatu penyakit misalnya endometritis yang bisa mengakibatkan sulitnya mendapatkan keturunan. Peningkatan produksi prostaglandin dan pelepasannya dari endometrium selama menstruasi menyebabkan kontraksi uterus yang tidak terkoordinasi dan tidak teratur sehingga menimbulkan nyeri *dismenore* (Widayani, 2023). Oleh karena itu penanganan *dismenore* sangat penting dilakukan terutama pada remaja.

Upaya yang dapat dilakukan dalam menangani *dismenore*, baik menggunakan terapi farmakologi maupun non farmakologi. Terapi farmakologi dengan mengkonsumsi obat-obatan seperti anti nyeri dan anti inflamasi. Penggunaan obat anti nyeri dan anti inflamasi dalam jangka panjang dapat mengakibatkan kerusakan pada ginjal serta gangguan pada sistem pencernaan seperti sakit perut, muntah, dan diare. Untuk terapi non farmakologis aman dilakukan karena tidak menimbulkan efek samping, seperti dengan modifikasi pola makan, pengobatan herbal, menggunakan kompres hangat, akupunktur dan akupresur (Lubis, 2023). Salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah ini dengan penggunaan kompres hangat yang dapat membantu

mengurangi skala nyeri menstruasi dengan penggunaan buli-buli berisi air panas yang menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh. Kompres hangat bekerja secara konduksi dimana pada saat buli – buli diletakan dibagian perut bagian bawah panas dari buli buli berpindah ke bagian dalam perut sehingga menimbulkan rasa nyaman dan rasa nyeri yang di alami wanita dengan *dismenore* primer. Kompres hangat ini cukup efesien dan efektif dalam menurunkan nyeri menstruasi (Tambun, 2022).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Arlym, 2023) menyebutkan bahwa kompres hangat yang dilakukan selama 20-30 menit menggunakan buli-buli dengan suhu 40-50°C yang dilakukan 1 kali sehari di hari 1 dan 2 menstruasi mampu mengurangi nyeri *dismenore* pada remaja putri di RW 005 Mekarsari Cimanggis Kota Depok terbukti pada hasil perlakuan yang telah dilaksanakan mampu menurunkan nyeri menstruasi secara bermakna. Kompres hangat pada perut bagian bawah yang mengalami nyeri haid, dapat meningkatkan relaksasi otot dan mengurangi nyeri akibat kekakuan serta memberikan rasa hangat.

Penelitian ini didukung oleh penelitian dari (Dahlia, 2021) jika penggunaan kompres air hangat mengakibatkan terjadinya vasodilatasi di area simphisis pubis yang membuka aliran darah membuat sirkulasi darah menjadi lancar kembali sehingga terjadi relaksasi pada otot mengakibatkan kontraksi sehingga terjadi penurunan intensitas skala nyeri. Hasil penelitian ini didukung juga dengan penelitian yang dilakukan oleh (Harahap., 2021) pada remaja di SMA N 7 Kerinci terdapat penurunan skala nyeri *dismenore* pada remaja sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Dimana nyeri *dismenore* pada remaja sebelum diberikan kompres hangat didapatkan nilai rata-rata 8,20 yang mengindikasikan bahwa nyeri sedang dan berat, kemudian setelah diberikan kompres hangat terdapat pengurangan nyeri *dismenore* yang mengindikasikan nyeri

antara ringan sampai dengan sedang. Artinya secara simultan terdapat pengaruh pemberian kompres air hangat pada remaja.

Menurut hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan Desember di Desa Tanjung Kabupaten Sukoharjo, terdapat total 117 remaja di Desa Tanjung. Jumlah remaja paling banyak berada di Dusun Pencol sejumlah 31 remaja, sejumlah 20 remaja digunakan untuk data studi pendahuluan dengan metode kuisioner, dimana ke 20 remaja tersebut diminta untuk menjawab pertanyaan yang telah disediakan di lembar kuisioner. Hasil dari kuisioner tersebut didapatkan 18 remaja mengalami *dismenore* saat haid. Hasil pengukuran dengan menggunakan (*Numeric Rating Scale*) NRS pada 10 remaja lainnya mendapatkan hasil 8 remaja mengalami *dismenore* ringan hingga berat pada saat menstruasi. Dari hasil wawancara tersebut diperoleh hasil upaya yang dilakukan mereka untuk mengurangi rasa nyeri *dismenore* adalah dengan mengolesi minyak kayu putih, banyak minum air hangat serta tidur sambil menahan nyeri, dan belum terdapat remaja yang mengatasi nyeri *dismenore* menggunakan kompres air hangat.

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan maka penulis tertarik untuk melakukan penerapan dengan judul “Penerapan Kompres Hangat Untuk Mengurangi Skala nyeri *Dismenore* Pada Remaja Di Desa Tanjung Sukoharjo”.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah penurunan nyeri *dismenore* sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat pada remaja putri di Desa Tanjung Sukoharjo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi kompres hangat pada pasien *dismenore* di Desa Tanjung Kabupaten Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan nyeri *dismenore* sebelum diberikan kompres hangat.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan nyeri *dismenore* sesudah diberikan kompres hangat.
- c. Mendeskripsikan perbandingan hasil akhir antara 2 responden sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat.

D. Manfaat penelitian

Penelitian ini, diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Bagi Responden :

Membudayakan pengelolaan pasien dengan *dismenore* secara mandiri melalui tindakan kompres hangat dengan tindakan secara mandiri

2. Bagi pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan :

- a. Dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan relaksasi progresif secara tepat dalam memberikan asuhan keperawatan atau kebidanan pasien *dismenore*.

- b. Sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan atau kebidanan tentang tindakan relaksasi progresif pada klien dengan *dismenore* pada masa yang akan datang dalam rangka peningkatan ilmu pengetahuan dan teknologi keperawatan atau kebidanan.

3. Bagi penulis

Untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan atau kebidanan di tatanan pelayanan keperawatan atau kebidanan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan relaksasi progresif pada klien *dismenore*.