

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Menurut Unicef (2023), dapat dikategorikan sebagai remaja mulai dari usia 10-19 tahun. Sedangkan menurut Permenkes Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak, remaja adalah kelompok usia 10 tahun sampai berusia 18 tahun. Sementara itu, Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatur pengertian dan rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Rosamali & Arisjulyanto, 2020).

Kelompok usia remaja di dunia berjumlah 1,3 milyar atau 16% dari jumlah penduduk di dunia (Unicef, 2023). Data dari Susenas 2023, di Indonesia diperkirakan terdapat sekitar 64,16 juta jiwa remaja dan persentase jumlah remaja di Jawa Tengah mencapai 21,95% (BPS, 2023). Sedangkan, jumlah remaja di Kabupaten Klaten pada kelompok umur 10-24 tahun terdapat 274.132 jiwa yang terdiri dari 141.314 jiwa remaja putra dan 132.818 jiwa remaja putri (BPS Klaten, 2023).

Remaja dikatakan sebagai masa kritis manusia yang ditandai dengan pematangan seksual dan reproduksi. Pada remaja putri, bisa dikatakan telah mengalami pematangan seksual dan reproduksi ketika remaja tersebut mengalami suatu kondisi yang dinamakan menstruasi. Menstruasi adalah keluarnya darah dari vagina yang terjadi sebagai dampak dari siklus bulanan yang ditandai dengan terjadinya penebalan pada dinding rahim yang berisi pembuluh darah, jika tidak terjadi kehamilan dinding rahim akan luruh dan keluar bersama darah melalui vagina (Pittara, 2023). Banyak permasalahan yang dihadapi remaja putri di seluruh dunia ketika menstruasi datang diantaranya sakit kepala, lemas, mual, diare, nyeri payudara, timbul jerawat, perubahan suasana hati, dan juga nyeri menstruasi atau yang biasa disebut dismenore (Pittara, 2023).

Dismenore merupakan keluhan yang umum namun sering diabaikan, kurang terdiagnosis, dan tidak diobati secara memadai baik pada perempuan muda maupun dewasa (Itani et al., 2022). Angka kejadian dismenore di seluruh dunia berkisar antara 45% hingga 95% pada wanita usia reproduksi, dengan 2% hingga 29% mengalami nyeri hebat dan umumnya terjadi pada wanita muda umur < 24 tahun (Itani et al., 2022). Dengan kata lain, hampir 50% wanita di seluruh dunia mengalami dismenore. Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Jama & Azis, 2022). Sedangkan, prevalensi remaja putri yang mengalami dismenore di Jawa Tengah sekitar 56% (Diana et al., 2023).

Perempuan muda yang mengalami dismenore primer akan berdampak negatif terhadap kualitas hidupnya dan merupakan alasan utama di balik ketidakhadiran mereka di sekolah. Berdasarkan penelitian sebelumnya, hasil sistematik review dan meta analisis dengan dua puluh tiga penelitian pada negara berpenghasilan rendah, menengah ke bawah atau menengah ke atas, serta negara berpenghasilan tinggi, didapatkan dampak akademik yang signifikan pada permasalahan dismenore, yaitu 20,1% ketidakhadiran di kelas dan 40,9% kinerja atau konsentrasi di kelas menurun (Armour et al., 2019). Untuk menghindari hal tersebut, dismenore pada remaja harus ditangani menggunakan pengobatan farmakologi maupun non farmakologi. Penatalaksanaan farmakologi, seperti obat *nonsteroidal anti-inflammatory drugs* (NSAID) telah terbukti efektif dalam mengurangi nyeri dan kram menstruasi, serta dapat meredakan gejala dengan cepat (Itani et al., 2022). Namun, penggunaan obat-obatan ini dapat menimbulkan efek samping seperti masalah pencernaan, sakit kepala, dsb. Disisi lain, pengobatan non farmakologi seperti kompres hangat, teknik relaksasi, yoga, dan terapi pijat tidak akan menimbulkan efek samping. Namun, pengobatan non farmakologi mungkin membutuhkan waktu yang lebih lama untuk meredakan nyeri.

Pengobatan non farmakologi dengan *massage effleurage* dapat menjadi salah satu pilihan bagi remaja putri untuk menurunkan dismenore. Karena

massage effleurage merupakan pengobatan non farmakologi yang tidak menimbulkan efek samping, mudah dilakukan, murah dan dapat dilakukan secara mandiri. Dengan pemberian *massage effleurage* dapat membuat otot menjadi relaksasi sehingga efektif dalam menurunkan skala nyeri. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Sumiaty et al. (2023) di Posyandu Remaja Puskesmas Pantoloan Kota Palu didapatkan kesimpulan bahwa *massage effleurage* efektif menurunkan intensitas nyeri dismenore pada remaja. Hasil penelitian Suryantini & Ma (2022) juga didapatkan kesimpulan bahwa *massage effleurage* efektif dalam mengurangi dismenore.

Puskesmas Juwiring merupakan salah satu puskesmas di Kabupaten Klaten yang telah membentuk posbindu remaja. Studi pendahuluan wawancara yang dilakukan terhadap 14 orang remaja di Posbindu Remaja Ngadisari didapatkan hasil bahwa 11 orang diantaranya mengalami dismenore primer. Secara keseluruhan remaja putri belum memahami cara mengatasi dismenore, dan 6 diantaranya mengeluh bahwa dismenore sangat mengganggu aktivitas sehari-hari termasuk kegiatan di sekolah. Berdasarkan data tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Penerapan Terapi *Massage Effleurage* Untuk Menurunkan Skala Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Di Posbindu Ngadisari”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas maka didapatkan rumusan masalah yaitu “Bagaimanakah perbedaan intensitas skala nyeri penderita dismenore sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage*?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi *massage effleurage* terhadap penurunan skala nyeri pada penderita dismenore di Posbindu Ngadisari.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan skala nyeri responden sebelum penerapan *massage effleurage*.

- b. Mendeskripsikan skala nyeri responden sesudah penerapan *massage effleurage*.
- c. Mendeskripsikan perbedaan skala nyeri pada responden sebelum dan sesudah penerapan *massage effleurage*.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja Putri

Remaja putri dapat menerapkan *massage effleurage* untuk menurunkan skala nyeri dismenore pada saat menstruasi sebagai terapi non farmakologi.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penerapan pada metode ini sebagai masukan bagi masyarakat bahwa Terapi *Massage Effleurage* dapat dijadikan sebagai salah satu pilihan terapi non farmakologi yang tepat untuk menurunkan skala nyeri bagi penderita dismenore.

3. Bagi Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Hasil penerapan ini dapat dimasukkan pada skill laboratorium khususnya pada program studi diploma tiga keperawatan sebagai tambahan intervensi terapi non farmakologi yang digunakan untuk menurunkan intensitas dismenore pada saat menstruasi.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penerapan ini dapat digunakan sebagai penambah data untuk penelitian selanjutnya sehingga dapat melanjutkan penelitiannya.

5. Bagi Penulis

Memberikan pengalaman baru bagi peneliti dalam melaksanakan penerapan dan memperoleh pengalaman dalam aplikasi riset keperawatan di tatanan pelayanan masyarakat, khususnya tentang pengaruh terapi *massage effleurage* terhadap penurunan skala nyeri pada penderita dismenore.