

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Perubahan fisik pada remaja putri merupakan tanda pubertas yang terjadi karena perubahan hormonal yang mengakibatkan terjadinya perubahan penampilan pada remaja seperti payudara dan pinggul membesar, tubuh bertambah tinggi, tumbuh rambut diketiak dan kemaluan, serta akan mengalami menstruasi. Menstruasi merupakan perdarahan dari uterus karena pelepasan dinding rahim disertai dengan perdarahan akibat perubahan hormonal yang terjadi secara berulang setiap bulannya kecuali pada saat kehamilan. Pada remaja putri dalam masa menstruasinya dapat mengalami nyeri, dalam istilah medis nyeri saat menstruasi disebut dengan dismenore.

Dismenore merupakan rasa nyeri, sakit dan kram yang dirasakan pada perut bagian bawah menjelang haid atau menstruasi. Dismenore memiliki gejala berupa rasa nyeri yang terjadi biasanya pada area bagian perut bawah, nyeri dapat terasa tajam, mual, kram seperti diremas-remas dan dapat juga dirasakan nyeri tumpul yang menetap dan nyeri dapat menjalar ke bagian pinggang bawah atau paha atas (Adnyana, S & Padmiari, 2023).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2020, kejadian dismenore adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita dismenore, dengan 10-16% menderita dismenore berat, Angka kejadian dismenore di dunia sangat tinggi. Di Indonesia Prevalensi dismenore mencapai 107.673 jiwa (64,25%) yang terdiri dari dismenore primer sebanyak 59.671 jiwa (54,89%) dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder (Maufiroh et al.,2023), sedangkan di Provinsi Lampung angka kejadian dismenore cukup tinggi, hasil penelitian di dapatkan kejadian sebanyak 54,9% wanita mengalami dismenore (Riviana dkk, 2022).

Dampak dari dismenore jika tidak segera ditangani dapat mengganggu aktivitas sehari-hari terutama aktivitas sekolah. Jika seorang siswi mengalami

dismenore, aktivitas disekolah akan terganggu dan ketidakhadiran tidak jarang terjadi. Selain itu, kualitas hidup berkurang seperti halnya pola tidur terganggu dan kebiasaan makan yang buruk. Seorang siswi dengan dismenore tidak dapat berkonsentrasi pada studinya dan motivasi belajarnya akan menurun karena nyeri menstruasi yang dialami selama belajar.

Menurut (Elvira et al, 2018) Penanganan dismenore dapat dilakukan melalui terapi farmakologi dan non-farmakologi. Terapi farmakologi dapat diatasi dengan obat-obatan analgesik, sedangkan terapi non-farmakologi sebagai upaya mengatasi dismenore antara lain kompres hangat, akupuntur, akupresur, terapi musik dan terapi relaksasi salah satunya *Endorphin Massage* yang merupakan sentuhan atau pijatan ringan yang dapat diberikan pada wanita yang mengalami nyeri. *Massage* ini merangsang tubuh untuk melepaskan senyawa *endorphine* yang dikenal sebagai pereda rasa nyeri serta sakit sehingga menciptakan perasaan nyaman. Hasil penelitian diperoleh adanya perbedaan yang signifikan antara pijat *endorphine* terhadap skala nyeri dismenore.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 1 Kotaagung Barat terdapat 8 dari 10 remaja putri yang mengalami dismenore mengatakan perut bagian bawah terasa sangat kram, nyeri menyebar kepinggang, sulit berkonsentrasi ketika belajar dan mengaku tidak tahu bagaimana cara mengatasi nyeri tersebut, oleh karena itu peneliti tertarik untuk meneliti tentang “Pengaruh Pemberian *Endorphine Massage* Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Kotaagung Barat Tanggamus, Lampung”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang dikemukakan diatas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Adakah Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Kotaagung Barat Tanggamus, Lampung?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh *Endorphin Massage* Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Kotaagung Barat

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi nyeri sebelum dilakukan *endorphin massage* terhadap remaja putri di SMP Negeri 1 Kotaagung Barat
- b. Mengidentifikasi nyeri sesudah dilakukan *endorphin massage* terhadap remaja putri di SMP Negeri 1 Kotaagung Barat
- c. Menganalisa pengaruh pemberian *endorphin massage* terhadap penurunan dismenore pada remaja putri di SMP Negeri 1 Kotaagung Barat

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dalam penelitian berikutnya dan sarana untuk mengaplikasikan ilmu yang diperoleh selama perkuliahan, khususnya pada kesehatan reproduksi serta dapat memberikan informasi yang efektif mengenai pengaruh pemberian *endorphin massage* terhadap Penurunan Dismenore pada remaja putri di SMP Negeri 1 Kotaagung Barat.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi SMP Negeri 1 Kotaagung Barat

Hasil penelitian ini diharapkan siswa dapat mengaplikasikan bagaimana cara mengatasi dismenore dengan *endorphine massage* dan menjadi solusi untuk mengurangi kejadian dismenore pada remaja putri di SMP Negeri 1 Kotaagung Barat.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai acuan untuk menambah informasi, literatur dan referensi mengenai *endorphin massage* dengan mengadakan program seperti

seminar dan pelatihan bagi mahasiswa untuk menurunkan Nyeri dismenore pada remaja putri.

c. Bagi peneliti selanjutnya.

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya dapat dijadikan bahan pertimbangan untuk penelitian sejenisnya yang akan dilakukan oleh peneliti lain, dengan menggunakan metode dan variabel yang lebih kompleks.

E. Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Elvira,M.,dan Tulkhair, A (2018)	Pengaruh Pijat Endorphine Terhadap Skala Nyeri Pada Siswi SMA Yang Mengalami Dismenore	Pesamaan pada judul, variabel independennya memiliki kesamaan yaitu pengaruh <i>endorphine massage</i> dan variabel dependent yaitu dismenore. uji statistik menggunakan uji dependent t-test	Perbedaan dari penelitian terdahulu yaitu perbedaan waktu dan tempat, jenis penelitian terdahulu menggunakan <i>quasi eksperimen</i> , perbedaan jumlah populasi dan sampel
3.	Pawestri,et al., (2023)	Perbedaan Efektivitas Terapi Relaksasi Otot Progesif Dan Terapi Pijat Endorphin Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja	Tujuan dari penelitian terdahulu untuk mengetahui pengaruh dan efektifitas pemberian <i>endorphin massage</i> terhadap Penurunan Dismenore	Perbedaan pada judul, variabel independennya, perbedaan jumlah populasi dan sampel. Penelitian terdahulu menggunakan penelitian <i>quasi eksperimen</i> dengan pendekatan <i>two-group pretest and posttest design</i>
4.	Septianingrum Y.,dan Hatmanti M.N (2019)	Pengaruh Pijat Endorphine Terhadap Nyeri Haid Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Keperawatan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya	Desain penelitian yang digunakan <i>experimental study</i> dengan pendekatan <i>pre test and post test group design</i> . Memiliki persamaan pada judul, variabel independent dan dependent.	Perbedaan pada waktu dan tempat, jumlah populasi dan sampel yang digunakan, penelitian terdahulu menggunakan rancangan atau desain eksperimen semu, penilaian skala nyeri menggunakan VAS sedangkan penelitian ini menggunakan NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>).
5	Ramadhani, I.P. (2020)	Penurunan Skala Nyeri Dismenore Dengan Pijat Endorphin Pada Mahasiswwa Stikes Alifah Yang Mengalami Dismenore	Menggunakan uji Paired T-Test, Memiliki persamaan pada tujuan penelitian, durasi dan frekuensi dilakukan pijat endorphin.	Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasy eksperimen dan pengukuran skala nyeri bourbanis. Kemudian memiliki perbedaan pada waktu, tempat, jumlah populasi dan sampel.

Table 1.1 Keaslian Penelitian