

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Manusia merupakan makhluk yang tumbuh dan berkembang, salah satu tahap pertumbuhan dan perkembangannya adalah masa remaja. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa, yang dimulai dari usia 10 tahun hingga 19 tahun.

Salah satu perubahan fisik/biologis adalah remaja putri akan mengalami peningkatan kadar hormon yang bisa menyebabkan pematangan payudara, ovarium, rahim dan vagina serta remaja putri mulai mengalami menstruasi/haid (Kumalasari dkk, 2022). Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, kejadian dismenorea pada wanita sebesar 1.769.425 (90%) dengan 10-16% menderita dismenorea berat. Angka kejadian dismenorea di dunia sangat tinggi, besar rata-rata lebih dari 50% (Yuliyani & Susilowati, 2022). Prevalensi angka kejadian dismenore di Indonesia menurut *Jurnal Occupational Environment* yaitu dismenore primer (54,98 %) dan dismenore sekunder (9,36%) (Situmorang et al., 2021). Sedangkan angka kejadian dismenore di Lampung 62%, lebih tinggi dibandingkan angka kejadian di Jawa Barat 54,9%. Hasil survey Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) di Bandar Lampung, dismenore menempati di urutan pertama keluhan yang sering dialami wanita, sebesar 65,3% (Prasetyowati et al., 2022). Dismenore bisa berakibat fatal jika tidak ditangani dengan baik karena bisa mengganggu kegiatan sehari-hari, terutama bagi remaja putri yang biasanya berstatus pelajar (Wulandari & Nurmadinisia, 2023).

Menstruasi merupakan proses keluarnya darah yang terjadi secara periodik atau siklus endometrium yang secara fisiologis menandakan terbuangnya sel telur yang sudah matang dan merupakan pertanda masa reproduksi pada kehidupan seorang perempuan (Bobak, 2020). Menstruasi dimulai antara usia 12-15 tahun dan berlangsung mencapai usia 45-50 tahun.

Keluhan-keluhan yang sering muncul pada saat menstruasi adalah mudah tersinggung, gelisah, sukar tidur, gangguan konsentrasi payudara mengalami pembesaran dan gangguan yang berkenaan dengan masa haid berupa dismenore. Salah satu keluhan yang paling sering dirasakan oleh remaja saat menstruasi yaitu dismenore (Manuaba, 2020).

Nyeri haid dapat menyerang perempuan yang mengalami haid pada usia berapapun, tidak ada batasan usia dan sering disertai dengan kondisi-kondisi yang memperberat seperti; pusing, berkeringat dingin, bahkan hingga pingsan. penanganan dismenore dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan nonfarmakologi. Terapi secara farmakologis salah satunya dengan pemberian obat-obat analgesik. Obat golongan NSAID (Nonsteroidal Antiinflammatory Drugs) dapat meredakan nyeri ini dengan cara memberi prostaglandin yang menyebabkan nyeri dan memiliki efek samping yang berbahaya terhadap sistem tubuh lainnya (nyeri lambung dan resiko kerusakan ginjal). Sedangkan terapi non farmakologis dapat dilakukan beberapa cara salah satunya kompres hangat.

Efek hangat dari kompres dapat menyebabkan vasodilatasi pada pembuluh darah yang nantinya akan meningkatkan aliran darah ke jaringan penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel di perbesar dan pembuangan dari zat-zat di perbaiki yang dapat mengurangi rasa nyeri haid primer yang disebabkan suplai darah ke endometrium kurang, (Natali, 2023). Pemberian kompres hangat memakai prinsip pengantaran panas melalui cara konduksi yaitu dengan menempelkan botol yang berisi air hangat pada perut sehingga akan terjadi perpindahan panas dari botol tersebut kedalam perut, sehingga akan menurunkan nyeri pada wanita dengan dismenore primer, karena pada wanita dengan dismenore ini mengalami kontraksi uterus dan kontraksi otot polos (Anugraheni & Wahyuningsih, 2023). Kompres air hangat ini sangat efektif dalam menurunkan nyeri menstruasi (dismenore) atau spasme otot. Pemberian Peningkatan suhu dapat melebarkan pembuluh darah dan meningkatkan aliran darah lokal.(Anugerah & Wahyuningsih).

Salah satu peran dan fungsi bidan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan yaitu sebagai edukator atau pendidik (Novianty, 2017). Pendidikan dapat berhasil jika didukung proses pembelajaran yang baik, salah satunya

interaksi peserta didik dan sumber belajar dengan dukungan media yang digunakan. Setelah mempertimbangkan berbagai aspek, booklet merupakan salah satu media yang dapat digunakan bidan dalam memberikan asuhan dan pelayanan berupa KIE (Komunikasi, Informasi, dan Edukasi) kepada masyarakat khususnya Remaja Putri (Ningrum et al., 2021) Media booklet merupakan salah satu media cetak yang dapat digunakan untuk menyampaikan materi dalam bentuk ringkasan dan gambar, sekaligus dapat memberikan minat dalam belajar. Karena belajar menggunakan media booklet dapat dilakukan dimanapun dan kapanpun sehingga belajar menjadi lebih fleksibel dan tidak kaku, sehingga dapat memberikan kesenangan dan pemahaman dalam belajar (Wati, 2019). uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa booklet dengan judul “Pemberian kompres hangat untuk menurunkan nyeri disminore remaja putri”. Pembuatan booklet ini diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam pengurangan gejala nyeri menstruasi dengan menggunakan air hangat dalam mengompres nyeri haid dan diharapkan mampu menjadi KIE kepada masyarakat secara umum dan khususnya remaja putri yang mengalami Dismenore.