

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menurut Perry dan Potter (2009:25) dalam jurnal Rahayu Savitri (2015:25-29), masa remaja (*Adolescence*) merupakan masa dimana terjadi transisi masa kanak-kanak menuju dewasa, biasanya antara usia 13 dan 20 tahun. Menurut WHO, masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa, dimana pada masa itu terjadi pertumbuhan yang pesat termasuk fungsi reproduksi sehingga mempengaruhi terjadinya perubahan-perubahan perkembangan baik fisik, mental, maupun peran sosial. Remaja yang berumur 10-19 tahun merupakan masa yang khusus dan penting dimana masa tersebut merupakan masa periode pematangan organ reproduksi dan sering disebut dengan masa pubertas (Kumalasari dan Iwan, 2013:13-14).

Salah satu tanda perubahan fisiologis bahwa mekanisme reproduksi wanita matang ditandai dengan datangnya haid, yang ditunjukkan dengan datangnya serangkaian pengeluaran darah, lendir dan jaringan sel yang hancur dari uterus secara berkala yang akan terjadi kira-kira 28 hari tiap bulannya hingga mencapai menopause. Masa menstruasi tidak akan terjadi disaat hamil. Saat menstruasi terjadi, darah yang keluar diakibatkan oleh peluruhan dinding rahim (endometrium). Darah menstruasi akan mengalir dari rahim menuju leher rahim yang kemudian keluar melalui vagina (Janiwarty, 2013:164).

Remaja mengalami menarche pada usia 12-16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, diantaranya aspek psikologi. Siklus menstruasi normalnya terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari. Disminore merupakan ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan rasa nyeri timbul, faktor psikologis ikut berperan dalam terjadinya disminore pada beberapa wanita. Masalah ini setidaknya mengganggu 50% wanita masa reproduksi dan 60-85% pada usia remaja, yang mengakibatkan seringnya ketidakhadiran saat sekolah dan kerja (Wulandari dan Sri, 2018:18).

Judha, dkk. (2012:45) menyatakan, Disminore (*Dysmenorrhoe*) berasal dari bahasa Yunani. Kata *dys* yang berarti sulit, nyeri, abnormal; *meno* yang berarti bulan; dan *orrhea* yang berarti aliran. Dismenore adalah kondisi ketidaknyamanan dimana yang terjadi saat menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan yang ditandai dengan rasa nyeri atau sakit di daerah perut maupun panggul. Nyeri haid (Dismenore) dapat disebabkan oleh kontraksi otot dinding rahim sewaktu terjadi peningkatan hormon prostaglandin yang berperan dalam proses melepasnya dinding rahim.

Laila (2011:25-27) menyatakan, Dismenore dibagi menjadi dua yaitu dismenore sekunder dan dismenore primer. Penyebab dismenore primer dapat disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain kejiwaan, konstitusi, endokrin atau hormonal, dan alergi. Sedangkan penyebab dismenore sekunder diakibatkan oleh salpingitis kronis, yaitu infeksi lama pada saluran penghubung rahim (uterus) dengan kandung telur (ovarium).

Menurut data WHO (2012) di dalam jurnal keperawatan Savitri R (2015:26), didapatkan kejadian sebesar 1.769-425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore dengan 10-15% mengalami dismenore berat. Di Malaysia prevalensi dismenore pada remaja sebanyak 62,3%. Sedangkan di Indonesia angka kejadian dismenore terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder.

Angka kejadian nyeri menstruasi didunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami nyeri menstruasi dan 10-15% diantaranya mengalami dismenore berat yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Sedangkan Turki 89,5%, Swedia sekitar 72%, Malaysia sebanyak 74,5% dan India 65% remaja mengalami dismenore. Badan Pusat Statistik tahun 2011, Indonesia diperkirakan 47 juta remaja mengalami berbagai masalah kesehatan reproduksi, salah satunya adalah dismenore. Kejadian dismenorea di Jawa Tengah pada tahun 2011 terdapat 9.019.505 remaja putri atau sebesar 24,46% dari jumlah penduduk seluruhnya (Wulandari dan Sri, 2018:19).

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) yang dituangkan dalam Sukoharjo dalam angka tahun 2012 dalam jurnal Wulandari dan Sri (2018:19), jumlah penduduk perempuan di Kabupaten Sukoharjo usia 10-19 tahun yaitu sebanyak 69-7979 atau 8,14% jiwa dari 857.421 jiwa penduduk. Berdasarkan data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sukoharjo, di Puskesmas wilayah Kabupaten Sukoharjo pada tahun 2011, total jumlah kunjungan pasien *disminore* yaitu sebanyak 27 kasus, tahun 2012 meningkat sebanyak 45 kasus, dan tahun 2013 terdapat 424 kasus.

Upaya penanganan untuk mengurangi nyeri haid (*disminore*) adalah dengan pemberian terapi seperti obat analgetik dan terapi hormonal. Pengaruh nonfarmakologis juga diperlukan untuk mengurangi *disminore*, salah satunya juga dapat dilakukan dengan olah raga teratur, istirahat yang cukup, pemijatan, dan kompres hangat dan bisa juga diobati dengan tanaman obat atau ramuan herbal untuk menyembuhkan nyeri *desminore* (Laila, 2011: 31).

Salah satunya terapi nonfarmakologi dengan pemijatan yaitu dapat dilakukan pijat refleksi. Pijat refleksi adalah suatu praktik memijat titik-titik tertentu pada tangan dan kaki dengan tujuan untuk memperoleh kesehatan seluruh anggota tubuh. Pemijatan titik-titik pada tangan dan kaki tentunya akan mempengaruhi bagian-bagian tubuh yang terhubung dengan titik-titik tersebut. Rangsangan-rangsangan berupa tekanan pada tangan dan kaki dapat memancarkan gelombang-gelombang relaksasi ke seluruh tubuh. Beberapa riset di Cina yang dilakukan antara tahun 1993-1998 menunjukkan bahwa pijat refleksi ternyata lebih aman dibandingkan pengobatan medis dalam mengatasi berbagai gejala gangguan kesehatan, seperti gangguan asam lambung, penyakit jantung koroner, diabetes, infeksi ginjal, radang paru-paru, dan sebagainya (Wahyuni, dkk. 2014:1).

Pada penelitian Paryono dan Prihati Dwi R (2017:118-240) yang berjudul “Pengaruh Pijat Refleksi Terhadap Penurunan Nyeri Haid pada wanita di panti Asuhan Putri Aisyiyah daerah Klaten”, salah satu tempat dimana tinggal para wanita yang utamanya dalam usia reproduksi. Para penghuninya setiap bulan mengalami haid, selama haid didapatkan lebih dari 50% mengalami

disminore. Nyeri ini tergolong nyeri ringan yang mengganggu yaitu dengan skala 4 yang diukur menggunakan *Visual Analog Scale*. Hal tersebut mengganggu aktivitas mereka sehari-hari. Mereka yang mengalami *disminore* biasanya dipakai tidur/beristirahat atau pergi ke kamar kecil saat jam sekolah apabila *disminore* itu datang, bahkan ada yang mengusap sambil menekan-nekan bagian yang nyeri. Maka dari itu peneliti melakukan penerapan pijat refleksi untuk mengurangi nyeri haid dan didapatkan hasil penurunan nyeri haid pada remaja putri yang mengalami nyeri *disminore* setelah diberikan pijat refleksi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 1 Maret 2018 pada 10 responden remaja putri di Desa Kuyudan, Kabupaten Sukoharjo dilakukan wawancara terdapat 8 diantaranya mengalami nyeri menstruasi/*disminore*. Responden menangani nyeri tersebut dengan beberapa cara diantaranya, tidur sebanyak 4 orang, minum obat pereda nyeri sebanyak 2 orang dan tidak melakukan apa-apa sebanyak 2 orang. Bahkan mereka hanya mengusap sambil menekan-nekan pada bagian yang nyeri. Maka dari itu penulis memilih melakukan penelitian di Desa Kuyudan Kabupaten Sukoharjo karena banyak remaja putri yang belum mengetahui cara nonfarmakologi untuk mengurangi nyeri *disminore* pada saat menstruasi.

Berdasarkan uraian di atas, penulis beranggapan bahwa pijat refleksi yang diberikan kepada remaja putri dapat mengurangi nyeri haid yang dirasakan. Oleh sebab itu peneliti tertarik melakukan penelitian tentang “Penerapan Pijat Refleksi Terhadap Penurunan Nyeri Haid pada remaja putri di Desa Kuyudan Kabupaten Sukoharjo”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan Uraian dalam latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah penerapan pijat refleksi mampu menurunkan tingkat nyeri disminore pada remaja putri di Desa Kuyudan Kabupaten Sukoharjo?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mendiskripsikan penerapan pijat refleksi terhadap penurunan skala nyeri haid pada remaja putri.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mendiskripsikan hasil pengamatan skala nyeri pada pasien disminore sebelum dilakukan pijat refleksi pada remaja putri.
- b. Untuk mendiskripsikan tingkat nyeri pada pasien disminore sesudah dilakukan pijat refleksi pada remaja putri.
- c. Untuk mendiskripsikan perbedaan skala nyeri haid pada remaja putri sebelum dan setelah dilakukan pijat refleksi pada remaja putri.

## **D. Manfaat**

### 1. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini diharapkan berguna bagi penderita nyeri haid sebagai alternatif dalam mengatasi penyakit nyeri haid.

### 2. Bagi Penulis

Menambah wawasan dan pengetahuan tentang pengaruh teknik pijat refleksi, beserta masalah disminore dan konsep keperawatan sehingga dapat dijadikan sumber ilmu dan wawasan oleh penulis.

3. Bagi Masyarakat

Dapat digunakan sebagai promosi kesehatan bahwa pijat refleksi dapat digunakan sebagai terapi non farmakologi untuk mengatasi nyeri haid.

4. Bagi Pengelola Insitusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat menambah referensi bacaan untuk institusi pendidikan tentang penanganan nyeri haid.