

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Puji (2010) menyatakan bahwa masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seseorang. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial. Perubahan paling awal muncul yaitu perkembangan secara biologis. Salah satu tanda keremajaan secara biologi yaitu mulainya remaja mengalami menstruasi. Menstruasi dimulai saat pubertas dan kemampuan seorang wanita untuk mengandung anak atau masa reproduksi. Menstruasi biasanya dimulai antara usia 10 sampai 16 tahun, tergantung pada berbagai faktor, termasuk kesehatan wanita, status nutrisi dan berat tubuh relative terhadap tinggi tubuh. Pada kenyataannya banyak wanita yang mengalami masalah menstruasi, diantaranya nyeri haid atau *dismenorea*.

Nyeri haid atau *dismenorea* merupakan keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan *hormone progesterone* dalam darah sehingga mengakibatkan timbul rasa nyeri yang paling sering terjadi pada wanita. Wanita yang mengalami *dismenorea* memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak dari wanita yang tidak *dismenorea*. Prostaglandin menyebabkan meningkatnya kontraksi uterus, dan pada kadar yang berlebih akan mengaktivasi usus besar. Penyebab lain *dismenorea* dialami wanita dengan kelainan tertentu, misalnya endometriosis, infeksi pelvis (daerah panggul), tumor rahim, apendisitis, kelainan organ pencernaan, bahkan kelainan ginjal (Ermawati, 2010).

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dismenorea* dan 10-15% diantaranya mengalami *dismenorea* berat (Proverawati, 2009).

Ernawati (2010) menyatakan bahwa di Indonesia angka kejadian *dismenorea* sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder. Di Surabaya di dapatkan 1,07% - 1,31% dari jumlah penderita *dismenorea* datang kebagian kebidanan.

Berdasarkan Riset Kesehatan Dasar 2010 menunjukkan bahwa rata-rata usia *menarche* di Indonesia adalah 13 tahun (20,0%) dengan kejadian lebih awal pada usia kurang dari 9 tahun dan ada yang lebih lambat sampai 20 tahun serta 7,9% tidak menjawab atau lupa (Balipemkes Kemenkes RI,2010).

Dismenorea dapat dikurangi dengan 6 cara yaitu pengobatan herbal yaitu kayu manis, kedelai, cengkeh, kunyit, jahe, herbal cina. Penggunaan suplemen yaitu minyak ikan, vitamin E. Perawatan medis, relaksasi, hipnoterapi, akupuntur. Salah satu cara yang efektif untuk mencegah nyeri *dismenorea* ini adalah relaksasi dalam bentuk pijatan tangan atau *masase* (Anurogo, 2011).

Mander (2010) menyatakan bahwa secara farmakologis *dismenorea* dapat diatasi dengan menggunakan obat-obatan analgesic. Sedangkan metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri antara lain teknik relaksasi, pergerakan dan perubahan posisi, terapi *Effleurage*, hidroterapi, homeopati, terapi *Counterpressure*, akupresur, akupuntur, dan aromaterapi.

Counterpressure merupakan pijatan tekanan kuat dengan cara meletakkan tumit tangan atau bagian datar dari tangan, atau juga menggunakan bola tenis. Tekanan pada *Counterpressure* dapat diberikan dalam gerakan lurus atau melingkar kecil. Teknik *Counterpressure* dapat menyebabkan peningkatan *endorphine*, yang pada gilirannya dapat meredakan nyeri karena merangsang produksi *hormone endorphine* yang menghilangkan rasa sakit secara alamiah (Maryunani, 2010).

Johariah (2012) menyatakan bahwa *counterpressure* tidak dapat diteruskan jika wanita merasa penekanan ini tidak dapat menolong mengurangi rasa nyeri yang dideritanya. Bentuk *massase* yang kita

gunakan tiap hari untuk mengatasi trauma minor seperti benjol tentu saja dapat dilakukan sendiri. *Massase* ini lebih mudah diingat dan menarik perhatian umum biasanya dilakukan oleh orang lain. Gerakan dasar meliputi gerakan memutar yang dilakukan oleh telapak tangan, gerakan menekan dan mendorong ke depan dan belakang menggunakan tenaga, menepuk-nepuk, meremas-remas, setiap gerakan menghasilkan efek yang diinginkan pada jaringan dibawahnya.

Berdasarkan hasil penelitian Gumangsari (2014), yang berjudul Pengaruh *Massage Counterpressure* Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Haid pada Remaja Putri Di SMA N 2 Ungaran Semarang 2014 menyebutkan bahwa pada kelompok intervensi sesudah diberikan *massage counterpressure*, rata-rata skala nyeri *dismenore* remaja putri sebesar 5,36, kemudian berkurang menjadi 3,21, sedangkan pada kelompok kontrol yang tidak diberikan *massage* sebelum perlakuan rata-rata skala nyeri *dismenore* remaja putrid sebesar 5,21, sedangkan setelah perlakuan sedikit berkurang menjadi 4,93.

Dan dari hasil wawancara terhadap 8 remaja yang mengalami *menstruasi*, 5 diantaranya mengalami nyeri *haid* dan 3 remaja tidak mengalami nyeri *haid*. Ada 2 remaja mengobati dengan cara mengkonsumsi obat anti nyeri dan 3 remaja tidak mengetahui cara mengatasi nyeri *haid*.

Hal ini berarti bahwa penelitian ini memberikan rekomendasi kepada perawat atau bidan untuk menggunakan *massage counterpressure* untuk mengurangi nyeri haid pada remaja perempuan. Remaja perempuan diharapkan bisa menggunakan *massage counterpressure* sebagai alternative untuk mengurangi nyeri haid.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh *Massage Counterpressure* Terhadap Tingkat Nyeri Haid (*dismenore*) Pada Nn. S di Desa Tohudan.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Bagaimana Pengaruh *Massage Counterpressure* Terhadap Tingkat Nyeri Haid (*dismenore*) Pada Nn. S di Desa Tohudan ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *massage counterpressure* terhadap tingkat nyeri haid (*dismenore*) pada Nn. S di desa Tohudan.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi intensitas nyeri haid (*dismenore*) sebelum diberikan *massage counterpressure* pada Nn. S di desa Tohudan.

b. Mengidentifikasi intensitas nyeri haid (*dismenore*) setelah diberikan *massage counterpressure* pada Nn. S di desa Tohudan.

c. Mengidentifikasi perbedaan intensitas nyeri haid (*dismenore*) sebelum dan setelah diberikan *massage counterpressure* pada Nn. S di desa Tohudan.

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan untuk mengembangkan dan menambah pengetahuan yang telah ada tentang penerapan *massage counterpressure* terhadap tingkat nyeri haid pada remaja.

2. Secara Praktis

a. Bagi penderita *dismenorea*

Hasil penelitian ini diharapkan berguna bagi penderita *dismenorea* sebagai alternatif dalam mengatasi penyakit *dismenorea*.

b. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan berguna sebagai bahan pertimbangan dalam mengatasi *dismenorea* secara tradisional atau herbal.

c. Bagi pengelola institusi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan berguna sebagai bahan masukan pada pembelajaran terapi komplementer tentang penatalaksanaan *dismenorea*.

d. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan penulis tentang *massage counterpressure* bagi penderita *dismenorea*.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengobatan dan perawatan *dismenorea*.