

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Khuzaiyah (2015) menyatakan, pubertas adalah suatu tahap dalam kehidupan remaja yang lebih dilandai oleh pertumbuhan fisik, kemudian dikaitkan dengan perkembangan kebutuhan psikologisnya. Pubertas dapat diartikan sebagai tahap ketika seorang remaja memasuki masa kematangan seksual dan mulai berfungsinya organ reproduksi. Desmita (2007) menyatakan bahwa batasan usia remaja yang umum digunakan oleh para ahli adalah antara 12 hingga 21 tahun. Rentang waktu usia remaja biasanya dibedakan atas tiga, yaitu usia 12-15 tahun disebut remaja awal, 15-18 tahun remaja pertengahan, dan 18-21 tahun remaja akhir. Setiap fase perkembangannya, dari usia awal hingga remaja akhir, remaja selalu mengalami penyesuaian diri menuju kedewasaan.

Kusmiran (2011) menyatakan, remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologi untuk menentukan identitas diri. Secara kronologis, remaja adalah individu yang berusia 11-12 tahun sampai 20-21 tahun sampai 20-21 tahun. Secara psikologis, remaja merupakan masa dimana individu mengalami perubahan-perubahan dalam aspek kognitif, emosi, sosial, dan moral diantara masa anak-anak menuju masa dewasa. Secara fisik, remaja ditandai oleh ciri perubahan pada penampilan fisik dan fungsi fisiologis, terutama yang

terkait dengan kelenjar seksual. Salah satu dari berbagai ciri pubertas pada remaja wanita adalah menstruasi.

Menurut Andriyani (2013), menstruasi adalah proses alamiah setiap wanita yaitu terjadinya proses perdarahan yang disebabkan luruhnya dinding rahim yang umumnya terjadi pada saat wanita memasuki usia 10-12 tahun dengan diiringi keadaan keluarnya darah dari kelamin kewanitaan terjadi selama 2 sampai 8 hari. Manan (2011), menjelaskan *dismenorea* yaitu nyeri menstruasi yang ditandai terjadi sebelum maupun selama menstruasi berlangsung, dirasakan di perut yang berasal dari kram rahim.

Menurut Nurchasanah (2009), *dismenorea* ditandai dengan rasa sakit dan nyeri yang luar biasa menyakitkan akibat menstruasi yang sangat menyiksa. Apabila *dismenorea* terjadi pada wanita bekerja, hal tersebut akan sangat mengganggu aktivitas dan produktivitasnya karena nyerinya. Mumpuni (2013) menjelaskan, *dismenorea* terbagi menjadi dua yaitu *dismenorea* primer dan *dismenorea* sekunder. *Dismenorea* primer adalah *dismenoreaa* yang terjadi di 12 bulan pertama setelah menarche (menstruasi pertama). *Dismenorea* sekunder adalah *dismenorea* yang disebabkan karena adanya penyakit/ kelainan pada alat kandungan.

Menurut Azizah (2013), angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika Serikat, prevalensi *dismenorea* mencapai 59,7% di Indonesia angka kejadian prevalensi nyeri menstruasi berkisar 55%

dikalangan usia produktif dan angka kejadian di Jawa Tengah mencapai 56%. Angka kejadian nyeri menstruasi berkisar 45-95% dikalangan wanita usia produktif dengan upaya penanganan *dismenorea* dilakukan 51,2% dengan terapi obat, 24,7% dengan relaksasi dan 24,1% dengan distraksi atau pengalihan nyeri.

Menurut Laila (2012), rasa nyeri pada saat menstruasi tentu saja sangat menyiksa bagi kebanyakan wanita termasuk pada remaja putri. Banyak remaja putri terpaksa harus berbaring karena terlalu menderita sehingga aktifitasnya terganggu. Gejala fisik seperti sakit perut, sakit kepala, mual, payudara bengkak, nyeri otot dan punggung serta pembengkakan ditungkai kaki, sedangkan gejala psikologisnya seperti cepat tersinggung, mudah marah, depresi, tiba-tiba sering menangis, malas, tidak bisa konsentrasi. Dikutip oleh penelitian Winarso (2014) dalam judul Pengaruh Minum Kunyit Asam Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea pada Siswi di MTsN Jatinom Klaten menunjukkan bahwa, prevalensi tingkat nyeri haid (*dismenorea*) dari 44 responden, 33 siswi (75%) mengalami nyeri haid ringan dan 11 siswi (25%) mengalami nyeri haid sedang.

Laila (2012) menyatakan rasa sakit menstruasi dapat diatasi dengan cara mengompres dengan suhu panas, minum-minuman hangat, minum air putih minimal delapan gelas perhari, mandi dengan air hangat, istirahat yang cukup, tidur dengan baik dimalam hari, berolah raga secara teratur (termasuk banyak berjalan), melakukan aroma terapi, berendam dengan air

hangat dan diberi tetesan aroma terapi, melakukan pemijatan dan mendengarkan musik. Suhu panas merupakan ramuan tradisional turun temurun yang patut dicoba dengan menggunakan bantal pemanas, kompres hangat, atau botol berisi air panas (hangat) tepat pada bagian yang terasa kram (bisa perut atau pinggang bagian belakang). Suhu panas diketahui bisa meminimalkan ketegangan otot, setelah otot rileks, rasa nyeri pun akan berangsur menghilang.

Hasil penelitian Bonde (2012) menunjukkan bahwa rata-rata usia responden 15 tahun dan tertinggi 17 tahun skala nyeri sebelum perlakuan pre kompres panas yang paling banyak ditemui pada angka 6 atau nyeri ringan sedangkan skala nyeri sesudah perlakuan post kompres panas yang paling banyak ditemui pada angka 1 atau tidak nyeri. Menurut Mardiana (2007), efek pemberian terapi panas terhadap tubuh antara lain meningkatkan aliran darah ke bagian tubuh dan merelaksasikan otot mengurangi nyeri akibat kekakuan.

Hasil wawancara yang dilakukan pada tanggal 27 Mei 2017, di Desa Jatimalang RT 01 RW 02 Joho Kecamatan Mojolaban dengan sampel 10 orang remaja didapatkan 8 dari 10 mengalami nyeri *dismenorea* saat menstruasi. Mereka mengatakan belum mencoba pemberian kompres hangat selama nyeri haid, penanganan yang dilakukan adalah minum obat penghilang nyeri, hanya membiarkan dan tidak pernah melakukan penanganan *dismenorea*.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penerapan kompres hangat terhadap penurunan skala nyeri menstruasi (*dismenorea*) pada remaja di Desa Jatimalang Kelurahan Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka perumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Apakah dengan penerapan kompres hangat dapat membantu meredakan skala nyeri menstruasi (*dismenorea*) pada remaja Nn. P di Desa Jatimalang Kelurahan Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap skalanyeri *dismenorea* pada remaja di Desa Jatimalang Kelurahan Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo Tahun 2017.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui tingkat nyeri *dismenorea* sebelum diberikan kompres hangat pada remaja di Desa Jatimalang Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo Tahun 2017.

- b. Mengetahui tingkat nyeri *dismenorea* sesudah diberikan kompres hangat pada remaja di Desa Jatimalang Kelurahan Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo Tahun 2017.
- c. Menganalisis perbedaan tingkat nyeri *dismenorea* sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat pada remaja di Desa Jatimalang Kelurahan Joho Kecamatan Mojolaban Kabupaten Sukoharjo Tahun 2017.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan untuk mengembangkan dan menambah pengetahuan yang telah ada tentang penerapan kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri haid (*dismenoreaa*) pada remaja.

2. Secara Praktis

- a. Bagi remaja

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

- b. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan, pengetahuan dan pengalaman nyata mengenai terapi kompres air hangat terhadap nyeri *dismenorea*.

c. Bagi masyarakat

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

d. Sebagai peneliti selanjutnya

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