

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Khuzaiyah (2015:10) menyatakan, pubertas adalah suatu tahap dalam kehidupan remaja yang lebih ditandai oleh pertumbuhan fisik, kemudian dikaitkan dengan perkembangan kebutuhan psikologi. Pubertas dapat diartikan saat seorang remaja memasuki masa kematangan seksual dan organ reproduksi mulai berfungsi.

Menurut Rohan dan Siyoto (2013:9) pubertas merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa. Tidak ada batas yang tajam antara akhir masa kanak-kanak dan awal masa pubertas, akan tetapi dapat dikatakan bahwa masa pubertas diawali dengan berfungsinya ovarium. Secara klinis pubertas mulai dengan timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, dan berakhir kalau sudah ada kemampuan reproduksi. Pubertas pada wanita, mulai kira-kira pada umur 8-14 tahun dan berlangsung kurang lebih selama 4 tahun.

Kusmiran (2011:4) 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. 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.

Sebagian dokter beranggapan bahwa nyeri menstruasi terjadi karena prostaglandin, yaitu zat yang menyebabkan otot rahim berkontraksi. Pada sebagian perempuan, nyeri menstruasi yang dirasakan dapat berupa nyeri yang

samar, tetapi bagi sebagian yang lain dapat terasa kuat bahkan bisa membuat aktivitas terganggu. Rasa nyeri yang timbul ini biasanya dikenal dengan nama dismenorea (Laila, 2011:24).

Dismenorea adalah keluhan yang sering dialami perempuan pada bagian perut bawah. Istilah dismenorea sendiri berasal dari kata Yunani, *dis* yang berarti sulit, menyakitkan, atau tidak normal; *meno* yang berarti bulan; dan *rhea* yang berarti aliran. Jika diartikan secara keseluruhan, dismenorea adalah aliran bulanan yang menyakitkan atau tidak normal (Laila, 2011:24).

Banyak remaja mengalami dismenorea pada tiga tahun pertama setelah menarche. Wanita berusia 17-24 tahun adalah yang paling sering melaporkan mens yang terasa nyeri. Sekitar 75% wanita melaporkan berbagai derajat ketidaknyamanan yang berhubungan dengan mens, dan sekitar 15% melaporkan dismenorea berat (Lowdermilk *et al.*, 2013).

Angka kejadian nyeri haid di Dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap Negara mengalami dismenorea baik primer maupun sekunder. Di Amerika Serikat, nyeri haid didapatkan 30–70% wanita dalam usia reproduksi, serta 60–70% wanita dewasa yang tidak menikah. Penelitian di Swedia menjumpai 30% wanita pekerja industri menurun penghasilannya karena nyeri haid (Inut *et al.*, 2016:191).

Di Indonesia angka kejadian dismenorea terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder (Dahlan dan Syahminan, 2017:38).

Di Jawa Tengah angka kejadian dismenorea mencapai 56%. Karena kejadian dismenorea merupakan kejadian alamiah yang terjadi setiap bulan pada wanita. Walaupun pada umumnya tidak berbahaya, namun seringkali dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya (Fatmawati *et al.*, 2016).

Pengendalian nyeri secara non-farmakologi yaitu pengendalian nyeri tanpa menggunakan obat-obatan. Menurut Mumpuni dan Andang (2013:147), metode non farmakologi dapat dilakukan melalui berbagai cara yaitu : menghangatkan dengan kompres hangat, olahraga ringan, massase lembut,

minum air hangat, makan sedikit tapi sering, dan meninggikan kaki lebih tinggi dari posisi jantung.

Kompres hangat adalah tindakan yang dilakukan dengan memberikan kompres hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah terjadinya spasme otot, dan memberikan rasa hangat (Uliyah dan Hidayat, 2008:93).

Berdasarkan penelitian Merdianita dan Anugraheni (2013), membuktikan aplikasi kompres panas dapat mengakibatkan dilatasi atau membuka aliran darah yang mengakibatkan relaksasi dari otot. Suhu panas diketahui bisa meminimalkan ketegangan otot. Akibatnya setelah otot rileks, rasa nyeri pun berangsur-angsur hilang. Umumnya panas cukup berguna untuk pengobatan. Dismenorea terjadi karena reaksi kontraksi otot miometrium yang mengakibatkan kontraksi berlebih yang membuat perut terasa mulas atau nyeri, dan nyeri ini dapat diturunkan dengan kompres air hangat. Suhu yang hangat dapat membuat sirkulasi darah lancar, vaskularisasi lancar dan terjadinya vasodilatasi yang membuat relaksasi pada otot karena otot mendapat nutrisi berlebih yang dibawa oleh darah sehingga kontraksi otot menurun.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis kepada 10 responden remaja putri yang berusia 12-20 tahun di Dusun Gatak Baturan Kebonbimo Boyolali pada tanggal 24 Maret 2018 didapatkan hasil bahwa 8 diantaranya mengalami dismenorea saat menstruasi. Mereka mengatakan belum mencoba pemberian kompres hangat selama dismenorea. Penanganan yang dilakukan adalah dengan minum obat penghilang nyeri, hanya membiarkan, mengurangi nyeri dengan cara sendiri maupun tidak pernah melakukan penanganan dismenorea.

Berdasarkan hal diatas maka peneliti tertarik untuk menerapkan terapi kompres hangat untuk menurunkan dismenorea pada remaja putri di Dusun Gatak Baturan Kebonbimo Boyolali.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang masalah yang telah diuraikan diatas, maka dapat dirumuskan masalah “Bagaimanakah penurunan dismenorea pada remaja putri di Dusun Gatak Baturan Kebonbimo Boyolali sesudah dilakukan terapi kompres hangat?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil penerapan terapi kompres hangat untuk menurunkan dismenorea pada remaja putri di Dusun Gatak Baturan Kebonbimo Boyolali.

2. Tujuan Khusus

a. Mendeskripsikan hasil pengamatan dismenorea pada remaja putri sebelum dilakukan terapi kompres hangat di Dusun Gatak Baturan Kebonbimo Boyolali

b. Mendeskripsikan hasil pengamatan dismenorea pada remaja putri sesudah dilakukan terapi kompres hangat di Dusun Gatak Baturan Kebonbimo Boyolali

c. Mendeskripsikan perkembangan penurunan dismenorea pada remaja putri sesudah dilakukan terapi kompres hangat di Dusun Gatak Baturan Kebonbimo Boyolali

D. Manfaat Penelitian

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan untuk dapat mengembangkan dan menambah pengetahuan yang telah ada tentang penerapan kompres hangat untuk menurunkan dismenorea.

2. Secara Praktis

1. Bagi responden

Sebagai tambahan pengetahuan dalam penanganan dismenorea dan dapat diupayakan sebagai terapi non farmakologis untuk menurunkan dismenorea.

2. Bagi Penulis

Sebagai tambahan wawasan, pengetahuan dan pengalaman nyata mengenai terapi kompres air hangat terhadap penurunan dismenorea.

3. Bagi Masyarakat

Sebagai bahan pertimbangan dalam mengatasi dismenorea dengan cara tradisional atau herbal.

4. Peneliti Selanjutnya

Diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan pengobatan dan perawatan dismenorea.