

BAB 1

PENDAHULUAN

Dysmenorrhea adalah nyeri saat haid, biasanya dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah akibat peningkatan uterus (Utari, 2017). Keadaan nyeri saat haid mulai terjadi 24 jam sebelum terjadinya perdarahan haid dan dapat bertahan selama 24-36 jam. *Dysmenorrhea* bukan suatu penyakit, melainkan suatu gejala yang timbul akibat adanya kelainan dalam rongga panggul. *Dysmenorrhea* dapat dibedakan menjadi 2 antara lain, *dysmenorrhea* primer dan *dysmenorrhea* sekunder. *Dysmenorrhea* primer didefinisikan sebagai nyeri menstruasi yang tidak berhubungan dengan patologi pelvis makroskopis. Sedangkan *dysmenorrhea* sekunder didefinisikan sebagai akibat dari patologi pelvis makroskopis seperti yang dialami wanita dengan endometriosis ataupun radang pelvis kronis (Bahri dkk., 2015).

Angka kejadian *dysmenorrhea* di dunia sangat besar, rata-rata lebih 50% wanita di dunia mengalami *dysmenorrhea*. Berdasarkan data WHO, angka terjadinya *dysmenorrhea*, pada wanita muda usia antara 16,8-81%. Sedangkan angka terjadinya *dysmenorrhea* di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dysmenorrhea* primer dan 9,36% *dysmenorrhea* sekunder (Larasati dan Alatas, 2016). Prevalensi di Jawa Tengah angka kejadian *dysmenorrhea* secara umum sebanyak 56% dan prevalensi *dysmenorrhea* di kota Surakarta sebanyak 87,7% (Fatmawati, 2016).

Gejala saat *dysmenorrhea* adalah rasa nyeri di perut bagian bawah seperti dicengkeram atau diremas-remas, sakit kepala yang berdenyut, mual, muntah, nyeri dipunggung bagian bawah, diare, bahkan hingga pingsan. Rasa nyeri tersebut biasanya dialami 1-2 hari pertama saat datangnya menstruasi (Samori, 2012). Nyeri yang dirasakan saat menstruasi sering menimbulkan ketidaknyamanan pada wanita sehingga dapat mengakibatkan wanita tersebut tidak dapat melakukan aktifitas sehari-hari.

Dysmenorrhea dapat dikurangi dengan penanganan secara farmakologi dan non-farmakologi. Penanganan secara farmakologi dilakukan dengan minum obat anti nyeri, seperti asetaminofen, asam mefenamat, aspirin, dan lain-lain. Sedangkan penanganan secara non-farmakologi untuk mengurangi nyeri *dysmenorrhea* diantaranya relaksasi, *hipnotherapy*, dan *massage effleurage*. Salah satu cara yang efektif untuk mencegah nyeri *dysmenorrhea* ini adalah relaksasi dalam bentuk pijatan tangan atau *massage* (Gumangsari, 2014).

Massage effleurage adalah rangsangan secara kutaneus berupa usapan yang mengalir dengan lembut. Jika menggunakan *Massage effleurage*, hipoksia pada jaringan akan berkurang sehingga kadar oksigen di jaringan meningkat yang menyebabkan nyeri berkurang. Salah satu teknik *massage* yang efektif dalam mengurangi *dysmenorrhea* adalah *massage effleurage* dengan oil aromaterapi. Kandungan dari minyak essensial yang memiliki daya penyembuhan dapat lebih optimal untuk di serap oleh organ tubuh yang memerlukan perawatan. Aromaterapi adalah istilah lain dari minyak essensial yang mempunyai aroma serta berguna sebagai terapi, aromaterapi merupakan penggunaan terapeutik zat-zat aromatik yang diekstraksi dari tumbuhan salah satunya adalah tumbuhan mawar. Penggunaan aromaterapi mawar dapat menumbuhkan perasaan tenang, jasmani, pikiran, dan rohani (Nurul *et.al.*, 2018).

Penelitian terkait yang mendukung adalah penelitian yang dilakukan oleh Uysal, *et.al.*, (2018) menunjukkan terjadinya penurunan intensitas nyeri *dysmenorrhea* sesudah diberikan minyak essensial beraroma mawar dibandingkan pada kelompok yang hanya diberikan *placebo* dan penelitian lain yang dilakukan oleh Nurul, *et.al.*, (2018) dengan judul pengaruh pemberian *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar terhadap penurunan intensitas nyeri *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK Negeri 2 Malang Jurusan Keperawatan didapatkan hasil bahwa terdapat perbedaan efektifitas antara *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar dan menggunakan *sweet almond oil* dalam menurunkan intensitas nyeri *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK N 2 Malang dan yang paling efektif dalam menurunkan intensitas nyeri *dysmenorrhea* adalah *Massage Effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar selama 15

menit. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMK Negeri 2 Malang ditemukan bahwa usia mayoritas responden yang mengalami *dysmenorrhea* adalah remaja putri yang berusia 16 tahun yaitu sejumlah 13 orang dari total 24 orang atau dengan persentase 54,17% sedangkan yang berusia 17 tahun sejumlah 10 orang (41,67%) dan yang berusia 15 tahun berjumlah 1 orang (4,17%). Dari penelitian diketahui bahwa sebelum diberikan tindakan *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi baik *sweet almond oil* maupun minyak aromaterapi mawar didapatkan hasil yaitu mayoritas responden yakni 19 orang (79,17%) mengalami nyeri ringan, 4 orang (16,67%) mengalami nyeri ringan dan 1 orang (4,17%) mengalami nyeri berat. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada pengaruh pemberian *massage effleurage* dengan waktu pemijatan tertentu atau jenis minyak tertentu dengan penurunan intensitas nyeri *dysmenorrhea* yang dibuktikan dengan angka signifikansi $p=0.015$ pada variabel waktu dan angka signifikansi $p=0.000$ pada variabel jenis minyak. Namun ketika variable ini digabungkan maka tidak terdapat pengaruh yang signifikan dalam penurunan intensitas nyeri *dysmenorrhea* yaitu dengan angka signifikansi $p=0.154$. kelompok yang paling besar penengaruhnya dalam penurunan intensitas nyeri *dysmenorrhea* adalah kelompok eksperimental 1 yang diberikan *massage effleurage* menggunakan minyak aromaterapi mawar selama 15menit hal ini dibuktikan dengan hasil *mean* selisih nyeri yaitu dengan angka tertinmggi 3,83%.

Alasan penulis menggunakan luaran video. Video merupakan salah satu jenis media audio-visual yang merupakan serangkaian gambar gerak yang disertai suara yang membentuk satu kesatuan yang dirangkai menjadi sebuah alur, dengan pesan-pesan didalamnya untuk ketercapaian tujuan pembelajaran. Video memiliki banyak kelebihan yang dapat mengatasi keterbatasan dalam pembelajaran diantaranya, menampilkan objek dan peristiwa seperti keadaan sesungguhnya. Jikamenggunakan video, seseorang mampu memahami pembelajaran secara lebih bermakna sehingga informasi yang disampaikan melalui video tersebut dapat dipahami secara utuh (Munadi, 2010)

Peneliti berharap dari hasil tugas akhir ini akan memberikan manfaat untuk masyarakat agar bisa menambah wawasan tentang manfaat *massage*

effleurage menggunakan oil aromaterapi mawar untuk menurunkan rasa nyeri *dysmenorrhea* secara non farmakologi. Tujuan dari laporan tugas akhir ini yaitu memberikan penyuluhan kepada masyarakat melalui media video edukasi tentang cara mandiri untuk menurunkan rasa nyeri *dysmenorrhea* dan memiliki Hak Kekayaan Intelektual (HKI).

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk menggunakan luaran berbentuk video dengan judul penurunan nyeri *dysmenorrhea* dengan *massage effleurage* menggunakan oil aromaterapi mawar.