

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dismenore merupakan salah satu gangguan dalam siklus menstruasi yang sering dialami oleh wanita dari berbagai kalangan usia (Digiulio, dkk, 2014). Dismenore menurut Afiyanti dan Anggi (2016) merupakan keadaan seorang perempuan mengalami nyeri saat menstruasi yang berefek buruk menyebabkan gangguan melakukan aktivitas harian karena nyeri yang dirasakannya. Dismenore adalah nyeri yang dirasakan saat menstruasi yang dapat dirasakan oleh berbagai kalangan usia dan dapat mengganggu kegiatan sehari-hari. Sifat dan derajat rasa nyeri bervariasi mulai dari ringan sampai berat. Penyebab dari dismenore karena adanya defisiensi progesteron, peningkatan prolaktin dan prostaglandin, diet tidak adekuat dan masalah psikososial (Afiyanti dan Anggi, 2016).

Dismenore terdiri dari gejala yang kompleks berupa nyeri perut bagian bawah yang menjalar ke punggung atau kaki dan biasanya disertai gejala gastrointestinal dan gejala neurologis seperti kelemahan umum (Irianto, 2015). Terjadinya nyeri perut bagian bawah dapat disebabkan oleh peningkatan sekresi prostaglandin F2 alfa (F2a) pada fase luteal siklus menstruasi. Sekresi prostaglandin F2 alfa (F2a) yang meningkat menyebabkan peningkatan frekuensi kontraksi uterus sehingga menyebabkan terjadinya vasospasme dan iskemia pembuluh darah arteri uterus (Afiyanti dan Anggi, 2016). Biasanya dimulai 24 jam sebelum haid datang, dan berlangsung sampai 12 jam pertama dari masa haid. Sesudah itu semua rasa tidak enak tadi hilang (Hapsari, dan Anasari, 2013).

Dismenore timbul pada masa remaja, yaitu sekitar 2- 3 tahun setelah haid pertama dan terjadi pada umur kurang dari 20 tahun (Hapsari dan Anasari, 2013). Setiawati (2015) dalam penelitiannya mengungkapkan bahwa nyeri akan muncul setelah menstruasi secara teratur, biasa terjadi pada kalangan remaja dalam waktu 2-5 tahun setelah *menarche*. Seorang wanita

secara normal akan mengalami *menarche*, usia *menarche* mulai 11-15 tahun, dengan rata-rata *menarche* pada usia 13 tahun (Ratna, 2014). Berdasarkan dari beberapa jurnal tersebut dapat dinyatakan bahwa dismenore dapat menyerang pada kalangan remaja usia 15-18 tahun.

Dismenore dapat dialami lebih dari setengah wanita yang sedang menstruasi, dan prevalensinya sangat bervariasi. Diperkirakan 50% dari seluruh wanita di dunia menderita dismenore dalam sebuah siklus menstruasi. Menurut *World Health Organization* (WHO) angka kejadian dismenore di dunia sangat tinggi. Angka kejadian dismenore sebesar 1.769.425 jiwa (90%) dengan 10-15% mengalami dismenore berat. Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 107.673 jiwa, yang terdiri dari 59.671 mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa mengalami dismenore sekunder (Ramli, 2017). Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,25 % yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36 % dismenore sekunder (Hapsari dan Anasari : 2013). Data yang diperoleh dari Dinas Kesehatan Kabupaten Sragen, di Puskesmas wilayah Sragen pada tahun 2013, total kunjungan pasien dismenore yaitu sebanyak 468 kasus, tahun 2014 meningkat sebanyak 516 kasus, dan tahun 2015 terdapat 569 kasus (Aryani, 2016).

Kasus dismenore di dunia cukup tinggi dan penelitian mengenai dismenore telah cukup banyak dilakukan, akan tetapi fenomena dismenore masih perlu mendapat perhatian (Heryani, 2017). Dampak negatif jika dismenore pada remaja tidak ditangani dengan baik adalah sekitar 70% sampai 90% mempengaruhi aktivitas akademis, sosial dan olahraga (Ardela, dkk, 2017). Dismenore menyebabkan 14% dari remaja sering tidak hadir di sekolah dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari (Liandary, 2015). Penelitian di Swedia, 80% remaja usia 19-21 tahun mengalami dismenore, 15% membatasi aktifitas harian mereka ketika haid dan membutuhkan obat-obatan untuk mengurangi dismenore, 8 sampai 10% tidak mengikuti atau tidak masuk sekolah (Utami, dkk, 2014).

Penanganan dismenore dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan secara farmakologis dapat diberikan obat

penurun nyeri atau *analgetik*. Penanganan nyeri non farmakologis dapat diberikan tehnik relaksasi, distraksi, stimulasi kutaneus. salah satu penanganan distraksi adalah dengan bernyanyi, berdo'a, mendengarkan musik sedangkan penanganan dengan relaksasi dapat menggunakan relaksasi progresif, yoga, imajinasi terpimpin. Terapi dengan pemberian stimulasi kutaneus yaitu dengan sensasi hangat dan sensasi dingin (Potter dan Perry, 2010). Tindakan keperawatan yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri dismenore yaitu salah satunya dengan *ice massage* (Irawan, 2017).

Ice massage adalah tindakan pemijatan dengan menggunakan es pada area yang sakit (Nurlis, dkk, 2014). *Ice massage* merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk membantu mengurangi kerusakan jaringan, dan mencegah terjadinya inflamasi pada otot, tendon dan ligamen. *Ice massage* sangat baik untuk menyembuhkan atau mengurangi rasa nyeri dan rasa tidak nyaman saat sedang beraktifitas (Atmaja, 2016). Salah satu efek dari *ice massage* pada sistem tubuh adalah terjadinya vasokonstriksi pada area yang diberikan *ice massage*. Vasokonstriksi pembuluh darah dapat menurunkan sel-sel saraf untuk melakukan metabolisme jaringan. Timbulnya nyeri dapat dicegah dengan pemberian *ice massage* karena tindakan tersebut memberi pengaruh terhadap konduksi saraf (Atmaja, 2016).

Pemberian *ice massage* dapat meningkatkan endorfin yang memblok transmisi stimulus nyeri dan juga menstimulasi serabut saraf berdiameter besar A-Beta sehingga menurunkan transmisi impuls nyeri melalui serabut kecil A-delta dan serabut saraf C. Tujuan dari pemberian *ice massage* ini adalah meredakan nyeri dengan cara memperlambat kecepatan konduksi saraf dan menghambat impuls saraf (Purnamasari, dkk, 2014). Dismenore terjadi akibat peningkatan prostaglandin yang menyebabkan kontraksi uterus dan terjadinya vasospasme serta iskemia darah arteri uterus. Pemberian *ice massage* juga dapat menurunkan prostaglandin yang dapat memperkuat sensitivitas nyeri dan subkutan lain pada tempat cedera dengan menghambat proses inflamasi hal itu dikarenakan *ice* dapat mengurangi aliran darah ke suatu bagian dan mengurangi perdarahan edema yang diperkirakan menimbulkan efek analgetik

dengan memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga impuls nyeri yang mencapai otak lebih sedikit (Potter dan Perry, 2010).

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Nurlis, dkk (2014), dalam hasil penelitiannya yang dilakukan pada 30 orang responden tanpa kelompok kontrol dengan pemberian terapi *ice massage* selama 10 menit pada area lumbal pada penderita *low back pain* (LBP) terjadi perubahan intensitas nyeri pada penderita LBP dari nyeri sedang menjadi nyeri ringan. *Ice massage* dapat mengurangi intensitas nyeri pada penderita *low back pain* akibat mekanik efek dingin yang dihasilkan dapat mengurangi spasme pada otot yang tegang dan menurunkan prostaglandin, dan dapat memberikan anestesi lokal serta meningkatkan ambang nyeri pada penderita *low back pain*.

Pemberian *ice massage* yaitu dengan tindakan pemijatan dengan menggunakan es pada area yang sakit dan pemberian *ice massage* dilakukan selama 5-10 menit pada area lumbal. Sebelum terapi dimulai posisi responden diatur pada posisi berbaring. Es yang digunakan dibungkus dengan plastik dan dilapisi kasa lalu di letakkan di area lumbal dan diberi tekanan sambil dilakukan massase dengan gerakan melingkar. Pengukuran pada penelitian ini dengan menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) (Nurlis, dkk, 2014).

Penelitian lain, yang dilakukan oleh Atmaja (2016), dalam penelitian yang dilakukan pada 20 responden pada kasus nyeri akibat DOMS (*Delayed Onset Muscle Soreness*) pada otot hamstring menunjukkan adanya pengaruh pemberian *ice massage* dan massage untuk mengurangi nyeri. Salah satu efek dari mengaplikasikan *ice massage* pada sistem tubuh adalah terjadinya vasokonstriksi pada area yang di berikan *ice massage*. Pemberian massage pada otot dapat memperlancar proses penyerapan sisa pembakaran yang ada di otot yang dapat menyebabkan kelelahan.

Data dari dinas pendidikan kabupaten Sragen daerah sragen kota didapatkan sejumlah sekolah dengan jumlah siswi terbanyak yaitu SMK Negeri 1 Sragen dengan 1.236 siswi, SMK Muhammadiyah 4 Sragen dengan 685 siswi, SMK Muhammadiyah 1 Sragen dengan 585 siswi, SMK PGRI Karang Malang Sragen dengan 229 siswi, dan SMK Kosgoro 2 Sragen

sebanyak 213 siswi. Studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis di SMK Muhammadiyah 4 Sragen pada tanggal 26 Maret 2018, diperoleh data dari 10 siswi yang mengalami dismenore sebanyak 10 siswi. Hasil wawancara yang dilakukan di SMK Muhammadiyah 1 Sragen pada tanggal 26 Maret 2018, diperoleh data dari 10 siswi yang mengalami dismenore sebanyak 10 siswi. Berdasarkan hasil wawancara yang telah dilakukan oleh penulis pada tanggal 16 April 2018 di SMK Kosgoro 2 Sragen didapatkan hasil dari 10 siswi terdapat 10 siswi yang mengalami dismenore, serta hasil wawancara pada tanggal 16 April 2018 di SMK PGRI Karangmalang dari 10 siswi terdapat 10 siswi mengalami dismenore. Wawancara yang dilakukan pada tanggal 24 April 2018 di SMK Negeri 1 Sragen didapatkan hasil dari 10 siswi mengalami dismenore sebanyak 10 siswi. Berikut adalah gambaran diagram dari hasil studi pendahuluan :

Diagram 1.1 Jumlah siswi di SMK Wilayah Sragen

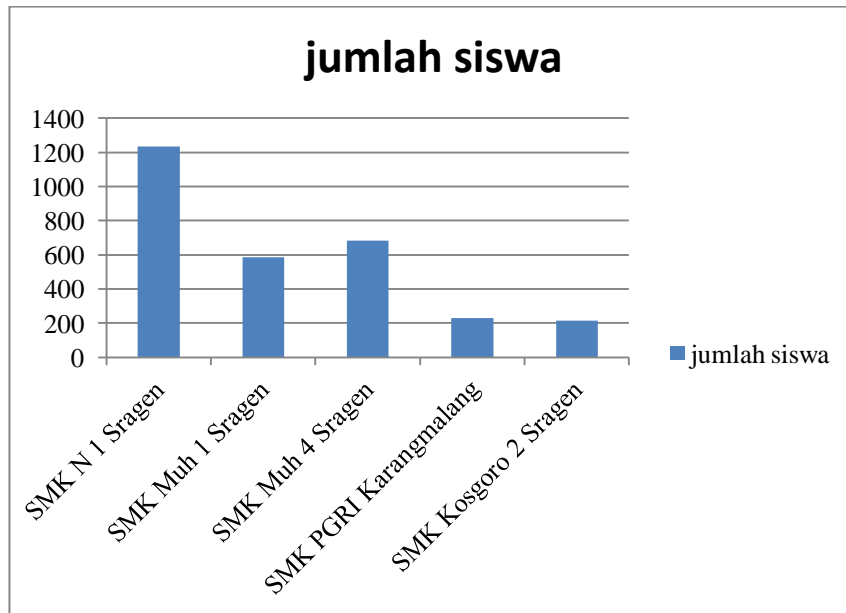
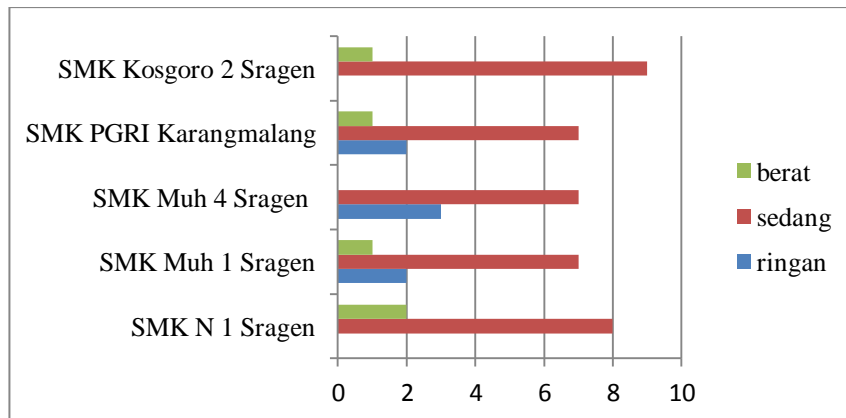


Diagram 1.2 Jumlah Kasus Dismenore



Berdasarkan latar belakang yang telah disampaikan, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “ Pengaruh *ice message* terhadap intensitas dismenore pada remaja putri”. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian *ice message* terhadap intensitas dismenore pada remaja putri.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka dapat ditarik rumusan masalah “Apakah ada pengaruh *ice massage* terhadap intensitas dismenore pada remaja putri di SMK Kosgoro 2 Sragen ?”

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh *ice massage* terhadap intensitas dismenore pada remaja putri.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi pengaruh *ice massage* terhadap intensitas dismenore pada remaja putri sebelum dilakukan intervensi
- b. Mengidentifikasi pengaruh *ice massage* terhadap intensitas dismenore pada remaja putri setelah dilakukan intervensi
- c. Menganalisis perbedaan *ice massage* terhadap intensitas dismenore sebelum dan sesudah dilakukan intervensi.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberi tambahan wawasan pengetahuan bagi siswi terhadap penanganan untuk mengurangi dismenore.

2. Bagi penulis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan bagi penulis terhadap pengaruh kompres dingin terhadap penurunan dismenore.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai referensi dalam penelitian selanjutnya dan bahan pertimbangan bagi yang berkepentingan untuk melanjutkan penelitian yang sejenis.

4. Bagi institusi pendidikan STIKES ‘Aisyiyah Surakarta

Sebagai bahan bacaan di perpustakaan

E. KEASLIAN PENELITIAN

1. **Ati, Lingga Liwa.** 2016. Pengaruh kompres es terhadap intensitas nyeri saat imunisasi campak pada bayi 9 bulan di desa Sanggung Sukoharjo. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh kompres es terhadap intensitas nyeri saat imunisasi campak pada bayi 9 bulan. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain *quasi eksperiment post-test only with non-equivalent control group design*. Teknik pengambilan menggunakan *total sampling* dengan jumlah sampling 30 responden. Hasil penelitian menunjukkan *p value* < 0,05, artinya ada pengaruh kompres es terhadap intensitas nyeri saat imunisasi campak pada bayi 9 bulan. **Persamaan** variabel bebas menggunakan terapi dingin kompres es. **Perbedaan** variabel terikatnya sumber yang digunakan pada nyeri imunisasi campak bayi usia 9 bulan, sedangkan penulis menggunakan variabel terikatnya adalah dismenore pada remaja.
2. **Atmaja, Amirudin Dwi.** 2016. Perbandingan pengaruh antara *massage* dan *ice massage* untuk mencegah terjadinya nyeri akibat *delayed onset muscle soreness* pada otot hamstring sesudah latihan *lying leg curl*. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *massage* dan *ice massage* untuk mencegah terjadinya nyeri akibat *delayed onset muscle soreness* pada otot hamstring (DOMS). Jenis penelitian ini adalah eksperimen dengan pendekatan *quasi eksperimental* dan desain penelitian *pre and post test two group design*. Teknik pengambilan sample secara Purposive Sampling. Jumlah sampel 20 mahasiswa. Penelitian ini menggunakan alat ukur nyeri berupa *Visual Analogue Scale (VAS)*. Berdasarkan uji statistik *paired sample t-test*. Kesimpulan dari penelitian ini adalah adanya pengaruh pemberian *massage* dan *ice massage* untuk mengurangi nyeri akibat DOMS setelah latihan. **Persamaan** dalam penelitian ini variabel bebasnya dengan menggunakan *ice massage* untuk mengurangi nyeri. **Perbedaan** dalam sumber yang digunakan variabel terikatnya pada nyeri DOMS, sedangkan variabel terikat penulis adalah nyeri dismenore pada remaja putri.

3. **Nurlis, Eva, dkk.** 2014. Pengaruh terapi dingin *ice massage* terhadap perubahan intensitas nyeri pada penderita *low back pain*. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian terapi dingin *ice massage* terhadap perubahan intensitas nyeri pada penderita *low back pain*. Metode penelitian yang digunakan adalah *quasi experimental design one group (pretest-posttest) design*. Penelitian dilakukan pada 30 orang responden tanpa kelompok kontrol. Analisis yang digunakan yaitu *T-test dependent*. Hasil penelitian menunjukkan adanya pengaruh pemberian terapi dingin *ice masssage* terhadap perubahan intensitas nyeri berupa penurunan nyeri dimana *mean* intensitas nyeri sebelum terapi sebelum terapi 5,53 menjadi 2,57 setelah diberikan terapi dengan *p value*=0,000 (*p value*<0,005). Kesimpulan dari peelitian ini diharapkan terapi dingin *ice massage* dapat menjadi terapi alternatif dalam mengurangi nyeri pada penderita *low back pain*. **Persamaan** dalam penelitian ini adalah variabel bebas menggunakan *ice massage* untuk mengurangi nyeri. **Perbedaan** dalam penelitian, dalam penelitian sumber yang digunakan variabel terikatnya pada penderita *low back pain* sedangkan variabel terikat penulis pada nyeri dismenore.
4. **Sulistiyani, Endah, dkk.** 2015. Pengaruh pemberian kompres es batu terhadap penurunan tingkat nyeri pada anak usia pra sekolah yang dilakukan prosedur pemasangan infuse di RSUD dr. Cipto Mangunkusumo Jakarta. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh es batu terhadap penurunan tingkat nyeri pada anak usia pra sekolah yang dilakukan prosedur pemasangan infuse di RSUD dr. Cipto Mangunkusumo. Jenis penelitian merupakan penelitian kuantitatif dengan metode *cross sectional* dengan *point time approach*. Metode sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purpose sampling*. Teknik pengolahan data menggunakan *Chi Square*. Hasil penelitian ini menunjukkan pengaruh kompres es batu mampu menurunkan nyeri. **Persamaan** dalam penelitian ini adalah variabel bebas menggunakan kompres es untuk mengurangi nyeri. **Perbedaan** dalam penelitian sumber

yang digunakan variabel terikatnya pemasangan infuse pada anak usia pra sekolah sedangkan variabel terikat dalam penelitian yang dilakukan penulis pada nyeri dismenore.

5. **Wenniarti, dkk**, 2016. Pengaruh terapi *ice pack* terhadap skala nyeri pada ibu post episiotomi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh terapi *ice pack* terhadap perubahan skala nyeri pada ibu *post episiotomi*. Desain penelitian menggunakan *pra experimental* dengan rancangan *one group pretst and posttest design*. Populasi menggunakan metode *nonprobability sampling* melalui *accidental sampling*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata skala nyeri *post episiotomi* sebelum dan setelah dilakukan terapi *ice pack* terdapat perbedaan skala nyeri. **Persamaan** dalam penelitian ini variabel bebas nya adalah penggunaan kompres es atau *ice pack*. **Perbedaan** dalam penelitian sumber yang digunakan variabel terikatnya adalah pada ibu post episiotomi sedangkan variabe terikat penulis adalah pada desminore.