

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa Remaja adalah masa transisi yang ditandai adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Masa remaja antara usia 10-19 tahun adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas. Masa pubertas ditandai dengan terjadinya perubahan-perubahan fisik (meliputi penampilan fisik seperti bentuk tubuh dan proporsi tubuh) dan fungsi fisiologis (kematangan organ-organ seksual), misalnya pada remaja putri ditandai dengan terjadinya *menarche* (menstruasi pertama) (Sumiaty *et al.*, 2022). Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (*endometrium*) yang berlangsung setiap 1 bulan sekali. Namun terdapat beberapa masalah yang kemungkinan terjadi pada saat menstruasi, diantaranya yaitu dismenore, nyeri punggung bahkan nyeri kepala (Zuhkrina, 2023).

Dismenore merupakan rasa nyeri pada saat menstruasi pada bagian perut bawah yang menjalar ke pinggang dan disertai sakit kepala yang berlangsung selama tujuh hari, pada saat terjadinya dismenore terdapat perubahan emosional, susah tidur, aktivitas terganggu, serta sulit berkonsentrasi. Dismenore tidak hanya menyebabkan gangguan aktivitas tetapi juga berdampak pada fisik, psikologis, sosial dan ekonomi, seperti kelelahan dan amarah yang mempengaruhi wanita pada saat menstruasi (Elsera *et al.*, 2022). Selama periode menstruasi remaja yang mengalami dismenore mempunyai tekanan intrauteri yang lebih tinggi dan memiliki kadar prostaglandin dua kali lebih banyak dalam darah menstruasi di bandingkan remaja yang tidak mengalami nyeri, akibat peningkatan aktivitas uterus yang abnormal aliran darah akan menjadi berkurang sehingga terjadi iskemia atau hipoksia uterus yang menyebabkan nyeri. (Nurbaiti dan Febrina, 2022).

Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* tahun 2021 angka kejadian dismenore di dunia sangat tinggi, dipastikan (90%) wanita dari total 1.769.425 jiwa dengan 10-15% mengalami dismenore berat (Sari *et al.*, 2023).

Prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder (Nurbaiti dan Febrina, 2022). Berdasarkan data dari profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2021 jumlah remaja putri usia 10-19 tahun sebanyak 2.703 jiwa. Sedangkan yang mengalami *dismenorea* di Provinsi Jawa Tengah mencapai angka 56% hal ini membuktikan bahwa permasalahan dismenore tidak bisa dianggap sepele (Prakasiwi, 2023).

Dampak dari dismenore selain mengganggu aktivitas sehari-hari juga menyebabkan wanita mengalami mual, muntah, dan diare. Masih banyak wanita yang menganggap haid sebagai hal biasa, mereka beranggapan 1-2 hari sakitnya akan hilang. Padahal nyeri haid bisa menjadi tanda dan gejala suatu penyakit misalnya endometritis yang bisa mengakibatkan sulitnya mendapat keturunan. Oleh karena itu penanganan dismenore sangat penting untuk dilakukan terutama pada usia remaja, karena apabila tidak ditangani akan berpengaruh pada aktifitas remaja. Banyak remaja putri yang belum mengetahui cara penanganan dismenore sehingga menimbulkan masalah bagi remaja setiap datang haid (Munthe *et al.*, 2021).

Dismenore dapat diatasi dengan penanganan secara farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi pada umumnya dapat menimbulkan beberapa efek samping pada hati, jantung, ginjal maupun organ tubuh lainnya dalam jangka panjang. Sedangkan, terapi non farmakologi yang dapat dilakukan salah satunya yaitu dengan menggunakan kompres air hangat yang tidak memberikan efek berbahaya pada tubuh (Shifa *et al.*, 2021). Kompres hangat merupakan pengompresan yang dilakukan menggunakan buli-buli panas atau botol air panas yang di bungkus kain yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari buli-buli ke dalam tubuh sehingga menyebabkan pelebaran pembuluh darah dan terjadi penurunan ketegangan otot sehingga nyeri haid yang di rasakan akan berkurang atau hilang. Kompres hangat merupakan metode yang efektif untuk mengurangi nyeri. Dampak fisiologis dari kompres hangat adalah pelunakan jaringan fibrosa, dan memperlancar aliran darah (Munthe *et al.*, 2021). Pemberian kompres hangat juga memberikan efek yang dapat mengurangi nyeri, meningkatkan aliran darah, mengurangi ketegangan otot, dan menurunkan

kekakuan tulang sendi (Mubarak *et al.*, 2015). Efek dari kompres hangat menyebabkan vasodilatasi pada pembuluh darah yang nantinya akan meningkatkan aliran darah ke jaringan penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat diperbaiki yang dapat mengurangi rasa nyeri haid primer yang disebabkan suplai darah ke endometrium kurang (Munthe *et al.*, 2021)

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian pada remaja dismenore di Wilayah Puskesmas Simangalan Kabupaten Labuhanbatu Utara Tahun 2020 terdapat perbedaan nilai rata-rata nyeri dismenore pada remaja sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat. Dimana nyeri dismenore pada remaja sebelum diberikan kompres hangat didapatkan nilai rata-rata sebesar 2,47 yang mengindikasikan bahwa antara nyeri sedang dan berat, kemudian setelah diberikan kompres hangat terdapat pengurangan nyeri dismenore dengan rata-rata sebesar 1,27 yang mengindikasikan nyeri antara ringan sampai dengan sedang. Artinya secara simultan terdapat pengaruh pemberian kompres air hangat pada remaja (Munthe *et al.*, 2021).

Selanjutnya berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Pondok Pesantren Sahlan Rosjidi pada remaja yang mengalami dismenore terjadi penurunan intensitas nyeri setelah diberikan kompres hangat selama 20 menit dengan suhu 46°C dan rata-rata terjadi penurunan 2 skala nyeri setiap harinya dari tingkat sedang menjadi ringan dan tidak merasakan nyeri (Septiana *et al.*, 2022). Kelebihan dari terapi kompres air hangat ini daripada terapi yang lain yaitu kompres hangat dapat dilakukan sendiri oleh remaja putri secara praktis, efektif dan ekonomis di rumah. Selain itu, terapi farmakologi atau penggunaan obat-obatan dapat menimbulkan ketergantungan terhadap efek penghilang nyeri dan menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan. Oleh karena itu kompres hangat merupakan tindakan yang hendaknya dapat dilakukan sebagai terapi komplementer untuk mengurangi masalah nyeri karena dismenore pada perempuan atau remaja putri (Argaheni *et al.*, 2022)

Berdasarkan data dari Badan Pusat Statistik Kabupaten Boyolali pada tahun 2020 diperoleh jumlah remaja putri yang berusia 10-19 tahun sebanyak 73.509 jiwa (BPS Boyolali, 2020). Menurut hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada bulan

Januari sampai bulan Maret 2023 di Desa Cungkup, Pilangrejo diperoleh jumlah remaja putri yang berusia 10-19 tahun sejumlah 67 orang, dan berdasarkan hasil wawancara terhadap 10 dari 67 remaja putri mengalami dismenore ringan hingga sedang pada saat menstruasi. Dari hasil wawancara tersebut diperoleh hasil bahwa masih terdapat remaja yang belum mengetahui manfaat dari kompres air hangat untuk mengurangi nyeri dismenore. Selain itu di dapatkan hasil bahwa sebanyak 2 remaja yang mengalami nyeri dismenore mengurangi rasa nyeri dengan cara berbaring di tempat tidur dan mengolesi bagian perut dengan minyak kayu putih. Dan 5 remaja yang mengalami nyeri dismenore mengurangi rasa nyeri dengan cara berbaring di tempat tidur sambil menahan nyeri. Kemudian 3 remaja yang mengalami nyeri dismenore tidak melakukan upaya penanganan untuk mengurangi nyeri, hanya di tahan dan dibiarkan saja.

Berdasarkan uraian yang telah dijabarkan maka penulis tertatik untuk melakukan penerapan dengan judul “Penerapan Terapi Kompres Air Hangat Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja Di Desa Pilangrejo Boyolali”. Sehingga kedepannya banyak remaja yang dapat mengatasi nyeri dismenore secara mandiri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan suatu masalah sebagai berikut, “Bagaimanakah Perbedaan Nyeri Dismenore Pada Remaja Sebelum Dan Sesudah Dilakukan Penerapan Terapi Kompres Air Hangat Pada Remaja di Desa Pilangrejo Boyolali?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi terapi kompres air hangat terhadap nyeri dismenore pada remaja di Desa Pilangrejo Boyolali.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengukuran skala nyeri dismenore pada remaja sebelum dilakukan penerpan terapi kompres air hangat di Desa Pilangrejo Boyolali.

- b. Mendeskripsikan hasil pengukuran skala nyeri dismenore pada remaja sesudah dilakukan penerapan terapi kompres air hangat di Desa Pilangrejo Boyolali.
- c. Mendeskripsikan perkembangan skala nyeri dismenore pada remaja sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi kompres air hangat di Desa Pilangrejo Boyolali.
- d. Mendeskripsikan perbedaan hasil akhir skala nyeri dismenore pada remaja sebelum dan sesudah dilakukan penerapan terapi kompres air hangat di Desa Pilangrejo Boyolali.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan mengenai pengaruh terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja, dan khususnya bagi :

1. Bagi Masyarakat

Diharapkan dapat menambah pengetahuan bagi pembaca dan masyarakat bahwa terapi kompres air hangat dapat dijadikan sebagai salah satu cara terapi non farmakologi untuk mengurangi nyeri dismenore.

2. Bagi Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan :

- a. Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan dapat digunakan sebagai penelitian pendahuluan untuk mengawali penelitian lebih lanjut tentang tindakan terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore secara tepat dalam asuhan keperawatan pada penderita nyeri dismenore.

- b. Pengembangan Ilmu dan Teknologi Keperawatan dapat menggunakan karya tulis ilmiah ini sebagai salah satu sumber informasi bagi pelaksanaan penelitian bidang keperawatan.

3. Bagi Penulis

Penulis menyusun karya tulis ilmiah ini untuk memperoleh pengalaman dalam melaksanakan aplikasi riset keperawatan, khususnya penelitian tentang pelaksanaan tindakan terapi kompres hangat terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja.