

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan suatu proses pelepasan dinding rahim yang disertai dengan perdarahan yang terjadi secara berulang setiap bulan pada wanita kecuali pada saat terjadi kehamilan (Saingo *et al*, 2018: 154). Hal ini terjadi karena wanita memiliki dua buah ovarium yang masing-masing memiliki 200.000-400.0000 sel telur yang belum matang. Normalnya hanya beberapa sel telur yang mengalami pematangan setiap bulannya, sel telur yang tidak dibuahi oleh sel sperma maka lapisan endometrium yang sudah disiapkan untuk tempat melekatnya hasil pembuahan akan meluruh dan disertai dengan perdarahan (Maimunahet *al*, 2017 : 79-80). Selama siklus menstruasi berlangsung, beberapa wanita mengalami ketidaknyamanan fisik, seperti nyeri perut atau biasa disebut *dysmenorrhea*. Kejadian nyeri saat *dysmenorrhea* dialami pada perut bagian bawah yang bisa menjalar kepongung bagian bawah dan tungkai, nyeri dirasakan sebagai kram yang timbul atau nyeri yang terus menerus serta dapat berlangsung beberapa jam (Nugroho dan Utama, 2014: 255).

Angka kejadian *dysmenorrhea* di Indonesia sebesar 107.673 jiwa, yang terdiri dari 59.671 mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa mengalami dismenore sekunder (Ramli, 2017). Penanganan nyeri *dysmenorrhea* dapat dilakukan dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi dapat diberikan obat diantaranya ibuprofen, naproxen, diclofenac, hydrocodone, acetaminophen, ketoprofen, meclofenamate sodium. Namun obat-obatan tidak dianjurkan untuk dikonsumsi dalam jangka waktu yang lama dan dosis yang terlalu tinggi karena dapat menyebabkan kontraindikasi seperti hipersensitifitas, tukak lambung, insufisiensi ginjal dan resiko tinggi perdarahan. Secara non-farmakologi terapi disminore dapat dilakukan dengan teknik distraksi dan relaksasi (Maimunahet *al*, 2017). Salah satu teknik distraksi yaitu distraksi visual/penglihatan, distraksi

audio/pendengaran. Teknik relaksasi dilakukan dengan mengajarkan cara napas dalam dan pemberian kompres. Kompres dibagi menjadi dua yaitu kompres hangat dan kompres dingin (Seingo *et al*, 2018:155).

Secara patologis dismenore terjadi karena adanya peningkatan prostaglandin F2a yang menyebabkan frekuensi kontraksi uterus sehingga menyebabkan terjadinya vasospasme dan iskemia pada pembuluh darah arteri uterus, hal ini yang menyebabkan kram pada perut (Afiyati dan Pratiwi, 2016: 88). Kompres dingin mampu mengurangi nyeri *dysmenorrhea* dengan cara memperlambat kecepatan hantaran saraf sehingga implus nyeri yang mencapai ke otak lebih sedikit, selain itu kompres dingin dapat menstimulasi pengeluaran dari endorpin untuk memblokir stimulus nyeri. Selain itu, efek endorpin dapat menghasilkan perasaan nyaman (Maimunah *et al*, 2017 : 82). Semakin tinggi kadar endorphin maka semakin sedikit rasa nyeri yang dirasakan. Produksi endorphin dapat ditingkatkan melalui stimulus kulit. Stimulus kulit dapat dilakukan dengan cara pemberian kompres dingin (Saingo *et al*, 2018:160).

Menurut hasil penelitian (Gayatri, *et al*. 2014) menyimpulkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan antara kompres hangat dan kompres dingin untuk penurunan nyeri *dysmenore* dan hasil yang lebih efektif adalah dengan kompres dingin. Penelitian lain yang dilakukan (Rahmadaniah I dan Wulandari I, 2018) menyimpulkan kompres dingin lebih efektif dalam menurunkan persepsi nyeri menstruasi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan penulis dengan menanyakan pada 8 remaja di dusun Bonorejo terdapat 6 remaja putrid yang mengalami nyeri haid. Penanganan nyeri haid yang selama ini dilakukan adalah banyak mengonsumsi air putih dan kadang dibiarkan saja. Berdasarkan uraian diatas peneliti mengangkat permasalahan ini sebagai studi kasus dikarenakan tingginya kasus *dysmenore* yang terjadi di Indonesia dan salah satu penanganan *dysmenore* secara nonfarmakologi dengan pemberian kompres dingin dan diharapkan dapat menurunkan intensitas nyeri pada remaja yang mengalami *dysmenore*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas dapat disimpulkan suatu rumusan masalah mengenai “Bagaimana Intensitas Nyeri *Dysminorrhea* pada Remaja Setelah Pemberian Kompres Dingin di Dusun Bonorejo?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mendiskripsikan hasil implementasi kompres air dingin terhadap penurunan intensitas nyeri *dysmenorrhea* pada remaja di dusun Bonorejo

2. Tujuan khusus

- a. Mendeskripsikan hasil pengamatan nyeri *dysmenorrhea* sebelum diberikan kompres dingin pada remaja di dusun Bonorejo.
- b. Mendeskripsikan hasil pengamatan nyeri *dysmenorrhea* sesudah diberikan kompres dingin pada remaja di dusun Bonorejo.
- c. Mendeskripsikan hasil pengamatan nyeri *dysmenorrhea* sebelum dan sesudah diberikan kompres dingin pada remaja di dusun Bonorejo.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Dari hasil studi kasus ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan bagi remaja terhadap penanganan untuk mengurangi nyeri *dysmenorrhea*.

2. Manfaat praktis

- a. Bagi tenaga kesehatan.

Sebagai bahan evaluasi tentang pemberian kompres air dingin untuk menurunkan intensitas nyeri *dysmenorrhea* pada remaja dalam asuhan kebidanan.

- b. Bagi institusi pendidikan

Sebagai salah satu sumber referensi dalam penelitian selanjutnya dan bahan pertimbangan bagi yang melakukan penelitian sejenis.

c. **Bagipembaca**

Dapat digunakan untuk memperoleh wawasan dan pengetahuan dalam melaksanakan kompres air dingin untuk menurunkan intensitas nyeri pada remaja yang mengalami *dysmenorrhea*.