

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan usia antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yaitu usia 10-24 tahun sebagai titik awal proses reproduksi sehingga perlu dipersiapkan sejak dini, salah satunya adalah mahasiswa (Puspita, 2018). Di dalam ilmu kedokteran (biologi dan fisiologi), remaja dikenal sebagai tahap perkembangan fisik ketika alat-alat reproduksi manusia mencapai kematangan. Menurut anatomis, berarti alat-alat reproduksi maupun organ tubuh lainnya akan memperoleh bentuk yang sempurna. Masa pematangan fisik pada wanita ini berlangsung selama ± 2 tahun yang dihitung dari mulai menstruasi yang pertama (Nida dan Sari, 2016).

Menstruasi atau haid merupakan peluruhan dinding rahim yang terdiri atas dari atas darah dan jaringan tubuh (laila, 2011:15). Menstruasi merupakan pengeluaran gumpalan darah dari lapisan luar Rahim yang terjadi setiap bulan. Siklus menstruasi ini bisa menimbulkan rasa nyeri pada area abdomen atau disebut dengan *dismenorea* (Winarso, 2014).

Dismenorea suatu keadaan yang terjadi pada saat menstruasi yang ditandai dengan rasa nyeri pada daerah perut dan panggul. Penyebab *dismenore* ada bermacam-macam, antara lain stress atau cemas berlebihan, ketidakseimbangan hormone, penyakit endometriosis, tumor atau kelainan uterus. Nyeri tersebut timbul karena adanya hormone prostaglandin yang membuat otot Rahim berkontraksi (Puspita, 2018).

Berdasarkan data WHO (2012) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami *dismenorea* dengan 10-15% mengalami *dismenorea* berat Rahayuet *al.*, (2017). Angka kejadian *dismenorea* di Indonesia sebesar 64,25 % yang terdiri dari 54,89 % *dismenorea* primer dan 9,36 % *dismenorea* sekunder (Hastuti *et al.*, 2016). Angka kejadian *dismenorea* di Jawa Tengah jumlah remaja sebanyak 2.745.945 dari total penduduk seluruh jiwa Rahmawati dan Wagiyono, (2016). Prevalensi keluhan

dismenorea dialami oleh 40-50 % remaja. Sebanyak 15 % remaja yang mengalami *dismenorea* kadang malas berangkat bekerja dan tidak masuk sekolah. Remaja sebanyak 30 % mengatakan tidak membutuhkan pengobatan dalam menangani nyerinya Winarso, (2014).

Penanganan *dismenore* dilakukan dengan dua cara farmakologi dan non farmakologi. Penanganan *dismenore* dengan farmakologi biasanya menggunakan jenis obat-obatan untuk mengurangi rasa nyeri pada saat menstruasi antara lain analgesik (peredam nyeri) golongan *Non Steroid Anti Inflamasi Drug* (NSAID), misalnya parasetamol atau asetamenofen (sumagesic, panadol, dll), asam mefenamat (ponstelax, nichostan, dll), ibuprofen (ribunal, ostarin, dll), metamizol atau metampiron (pyronal, novalgin, dll) dan obat-obatan pereda nyeri lainnya (Proverawati dan Misaroh dalam Hidayah *et al*, 2017). Penanganan *dismenore* non farmakologi dapat dilakukan kompres hangat atau mandi air hangat, *massase*, latihan fisik (exercise), tidur yang cukup, hipnoterapi, distraksi seperti mendengarkan musik serta relaksasi seperti yoga dan nafas dalam (Lusa dalam Hidayah *et al*, 2017).

Dari beberapa cara non farmakologi yang bisa digunakan untuk mengatasi nyeri *dismenore* salah satunya yaitu dengan kompres hangat. Kompres hangat dapat digunakan pada pengobatan nyeri dan merelaksasikan otot-otot yang tegang, kompres hangat dilakukan dengan botol yang diisi air hangat dengan suhu 37-40°C. Secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari botol ke perut sehingga perut yang dikompres menjadi hangat. Akan tetapi penggunaan kompres hangat menggunakan alat yang tidak semua orang punya, contohnya *thermometer* yang digunakan untuk mengukur suhu air (Bonde *et al.*, 2009). Ada juga cara yang dapat mengatasi nyeri secara non farmakologis antara lain terapi *stimulasi slow stroke back massage* , posisi kaki ditinggikan dari badan, olahraga, pengaturan diet dan pemberian kompres hangat (Hendrawan, 2013).

Stimulasi slow stroke back massage menyebabkan relaksasi, menurunkan ketegangan otot, dan juga menurunkan rasa nyeri *Dismenorea*. *Stimulasi slow stroke back massage* dapat diberikan pada saat nyeri dan selama 5-10 menit

stimulasi slow stroke back massage dapat meredakan nyeri sehingga menghilangkan rasa sakit secara bertahap. Menurut penelitian Gumangsari, (2014). Dalam jurnal Rahayu, et al (2017).menemukan bahwa sesudah *massage* rata-rata skala nyeri menurun.

Stimulasi slow stroke back massage adalah pijatan tekanan kuat dengan cara meletakkan tumit tangan atau menggunakan bola tenis Maryunani, (2010). *Stimulasi slow stroke back massage* dapat meredakan nyeri sehingga menghilangkan rasa sakit secara bertahap. dan di dalam penelitiannya Gumangsari,(2014). Dalam jurnal Rahayu, et al (2017) menentukan bahwa sesudah diberikan *massage* rata-rata skala nyeri menurun. Salah satu teknik memberikan *massage* adalah tindakan *massage* punggung dengan usapan yang perlahan, *stimulasi slow stroke back massage* sehingga dapat mengurangi nyeri dalam membantu mengurangi ketegangan otot.

Studi pendahuluan *Dismenorea* pada tanggal 11 Maret 2019 di Desa Nawud Tegalmade Mojolaban Sukoharjo dengan metode wawancara. Diketahui 12 dari 20 remaja putri yang di wawancarai mengalami nyeri haid setiap bulannya, 2 remaja mengalami nyeri pra-menstruasi dan 6 remaja tidak pernah mengalami nyeri haid, sedangkan hasil wawancara responden yang menderita nyeri haid ternyata belum pernah melakukan *stimulasi slow stroke back massage*, maka kami tertarik untuk melakukan penerapan *stimulasi slow stroke back massage* untuk menurunkan nyeri *Dismenorea* pada remaja.

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, penelitian ini membuktikan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan sebagai pengobatan alternative tanpa efek samping pada penderita *Dismenorea* dengan judul “ Penerapan *stimulasi slow stroke back massage* terhadap penurunan nyeri haid pada remaja”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut.“Bagaimana hasil penerapan *stimulasi slow stroke back*

massage untuk menurunkan nyeri Dismenorea pada remaja di Desa Nawud Tegalmade Mojolaban Sukoharjo.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui penerapan dalam menurunkan Dismenorea pada remaja dengan pemberian *stimulasi slow stroke back massage* di Desa Nawud Tegalmade Mojolaban Sukoharjo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendiskripsikan skala nyeri haid sebelum diberikan *stimulasi slow stroke back massage* pada remaja di Desa Nawud Tegalmade Mojolaban Sukoharjo.
- b. Mendiskripsikan skala nyeri haid sesudah diberikan *stimulasi slow stroke back massage* pada remaja di Desa Nawud Tegalmade Mojolaban Sukoharjo.
- c. Membandingkan perbedaan skala nyeri sebelum dan sesudah dilakukan *stimulasi slow stroke back massage* pada remaja di Desa Nawud Tegalmade Mojolaban Sukoharjo

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Masyarakat (Remaja)

memberikan informasi dan pengetahuan tentang *stimulasi slow stroke back massage* untuk menurunkan nyeri haid pada remaja.

2. Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian sehingga dapat mengetahui efektifitas pemberian *stimulasi slow stroke back massage* untuk menurunkan nyeri Dismenorea.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah bahan referensi bagi mahasiswa tentang *stimulasi slow stroke back massage* sebagai pengobatan farmakologi dalam menurunkan nyeri Dismenorea pada remaja.