

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa pubertas menandai akhir masa kanak-kanak dan merupakan suatu awal dari masa remaja, Masa pubertas bagi anak perempuan ditandai dengan menstruasi awal (*Menarche*) (Ninawati & Kuryadi, J. 2006). *Dysmenorrhea* atau menstruasi yang menimbulkan nyeri merupakan salah satu masalah ginekologi yang paling umum dialami wanita dari berbagai tingkat usia sampai dapat mengganggu aktifitas sehari-hari. *Dysmenorrhea* adalah gangguan fisik pada wanita yang sedang menstruasi berupa gangguan nyeri/kram perut. Kram tersebut terutama dirasakan di daerah perut bagian bawah menjalar ke punggung atau permukaan dalam paha (Marlina, R. Rosalina & Purwaningsih, P. 2013). *Dysmenorrhea* adalah sakit saat menstruasi sampai dapat mengganggu aktifitas sehari-hari. Hampir semua perempuan mengalami rasa tidak nyaman selama haid, seperti rasa tidak enak di perut bagian bawah dan biasanya juga disertai rasa mual, pusing, bahkan pingsan. Dengan demikian, istilah *dysmenorrhea* hanya digunakan jika nyeri haid demikian hebatnya sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau aktivitas rutinnnya sehari-hari selama beberapa jam atau beberapa hari (Anurogo, 2011). Nyeri haid atau *dysmenorrhea* merupakan nyeri kejang otot (spasmodik) di perut bagian bawah dan menyebar ke sisi dalam paha atau bagian bawah pinggang yang menjelang haid atau selama haid akibat kontraksi otot rahim. Keluhan nyeri haid bisa ringan, sedang sampai

berat dan berubah keluhan ke seluruh tubuh antara lain muntah, mual, lelah, sakit daerah bawah pinggang, cemas, tegang, pusing dan bingung (Harmanto, 2006).

Angka kejadian *dysmenorrhea* didunia sangat besar. Rata – rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami *dysmenorrhea*. Di Amerika angka prosentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang nyeri selama menstruasi. Angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif (Atikah, 2009). Angka kejadian *dysmenorrhea* primer di Indonesia adalah sekitar 54,89%, sedangkan sisanya adalah penderita dengan tipe sekunder (Atikah, 2009). Di Jawa Timur angka kejadian *dysmenorrhea* sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dysmenorrhea* primer dan 9,36% *dysmenorrhea* sekunder (Info Sehat 2010). Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang di ambil di SMP PGRI 1 Surabaya pada tanggal 6 Februari 2015 dalam proses pengambilan data awal telah dilakukan sesi wawancara terhadap remaja putri di SMP PGRI 1 Surabaya di peroleh total sebanyak 75 remaja putri, dengan kategori yang tidak mengalami nyeri sebanyak 35 remaja putri (46%), remaja putri dengan kategori mengalami nyeri setiap bulannya sebanyak 40 remaja putri (53%), dan yang bersedia untuk dijadikan responden 30 remaja putri (75%).

Dysmenorrhea adalah nyeri selama menstruasi yang disebabkan oleh kejang otot uterus (Sylvia A Price, 2005). Penyebab nyeri haid bisa bermacam-macam bisa karena suatu proses penyakit atau stres yang berlebihan, tetapi penyebab tersering nyeri haid diduga karena terjadinya ketidakseimbangan hormonal. Nyeri tersebut dirasakan didaerah perut bagian bawah, tetapi menjalar

ke punggung atau permukaan dalam paha. Pada kasus berat disertai mual, muntah, diare, pusing bahkan pingsan (Hendrik, 2006). Secara umum nyeri haid muncul akibat kontraksi distrimik miometrium yang menampilkan satu gejala atau lebih, mulai dari nyeri yang ringan sampai berat di perut bagian bawah, bokong, dan nyeri spasmodic di sisi medial paha. Selain itu, adanya hiperaktivitas dari uterus, endotelin, prostaglandin, vasopressin, dan kerusakan saraf perifer dapat menyebabkan *dysmenorrhea* (Nurchasanah, 2009). Terdapat beberapa faktor yang menyebabkan nyeri haid adalah faktor psikis, faktor endokrin karena prostaglandin yang rendah didalam darah sehingga merangsang hiperaktivitas uterus, faktor kanalis servikalis yang menimbulkan nyeri. Sedangkan faktor eksternal yang mempengaruhi nyeri yaitu lingkungan, umur, kelelahan, kebudayaan, makna nyeri, ansietas, pengalaman sebelumnya, dan gaya coping (Perry, Potter, 2005).

Untuk mengurangi nyeri *dysmenorrhea* pada remaja putri sangat perlu dilakukan tindakan farmakologis dan non farmakologis dapat dilakukan dengan terapi, misalnya kompres hangat jahe yaitu kompres hangat jahe dapat meredakan iskemia dengan menurunkan kontraksi uterus dan melancarkan pembuluh darah sehingga dapat meredakan nyeri dengan mengurangi ketegangan, melebarkan pembuluh darah, menstimulasi sirkulasi darah, dan mengurangi kekakuan. Selain itu, kompres hangat jahe juga berfungsi menghilangkan sensasi rasa sakit merangsang pengeluaran endorphin, dan menghambat transmisi impuls nyeri ke otak dengan teori *gate control* (Perry dan Potter, 2010).

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui “Apakah kompres hangat jahe berpengaruh terhadap derajat nyeri menstruasi (*dysmenorrhea*) pada remaja putri” ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui apakah ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe terhadap derajat nyeri menstruasi (*dysmenorrhea*).

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi derajat nyeri menstruasi yang timbul sebelum pemberian kompres hangat jahe pada remaja putri.
- b. Mengidentifikasi derajat nyeri menstruasi yang timbul sesudah pemberian kompres hangat jahe pada remaja putri.
- c. Membandingkan perubahan derajat nyeri menstruasi sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat jahe pada remaja putri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat memberikan terapi komplementer dalam mengurangi derajat nyeri menstruasi dengan tindakan pemberian kompres hangat jahe.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Mendapatkan pengalaman baru dan mampu mengelola pasien nyeri *dysmenorrhea* dengan terapi komplementer kompres hangat jahe.

b. Bagi Remaja Putri

Agar remaja putri dapat menerapkan dan menambah kompres hangat jahe sebagai alternatif untuk mengurangi derajat nyeri menstruasi, Menurunkan angka absensi (meninggalkan pelajaran), Mencegah rasa mual, pusing dan pingsan akibat *dysmenorrhea*.

c. Bagi Program Studi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberi informasi baru bagi institusi pendidikan, dan juga sebagai data penunjang untuk peneliti selanjutnya.