

BAB 5

PEMBAHASAN

5.1 Nyeri Saat Dysmenorrhea Sebelum Dilakukan Kompres Hangat Jahe

Berdasarkan hasil penelitian di SMP PGRI 1 Surabaya dari 30 responden dengan menggunakan lembar observasi deskriptif verbal untuk menilai derajat nyeri menstruasi yang dialami oleh remaja putri di dapatkan hasil yaitu sebelum dilakukan perlakuan sebagian besar mengalami nyeri sedang sebanyak 20 orang (67%) dan nyeri berat sebanyak 4 orang (13%). Nyeri yang dialami remaja sebagian besar nyeri sedang. Dari hasil penelitian yang didapat bahwa umur *menarche* lebih awal responden adalah 11-12 tahun sebanyak 16 orang (53%).

Hal ini sesuai dengan teori Bare dan Smeltzer, (2002) yang menyatakan bahwa derajat nyeri menstruasi dipengaruhi oleh berbagai macam faktor resiko seperti umur (*menarche*) yang lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan sehingga timbul nyeri ketika menstruasi, lama menstruasi lebih dari normal (7 hari) menimbulkan adanya kontraksi uterus terjadi lebih lama mengakibatkan uterus lebih sering berkontraksi dan semakin banyak prostaglandin yang dikeluarkan. Produksi prostaglandin yang berlebihan menimbulkan rasa nyeri, sedangkan kontraksi uterus yang terus menerus menyebabkan suplai darah ke uterus berhenti dan terjadi nyeri menstruasi, belum pernah hamil dan melahirkan dimana perempuan hamil biasanya mengalami alergi yang berhubungan dengan saraf yang menyebabkan adrenalin mengalami penurunan, serta menyebabkan leher rahim melebar sehingga nyeri haid berkurang bahkan hilang, mengkonsumsi alkohol

karena alkohol merupakan racun bagi tubuh kita dan hati bertanggung jawab terhadap penghancur estrogen untuk disekresi oleh tubuh. Fungsi hati terganggu karena adanya konsumsi alkohol yang terus menerus, maka estrogen tidak bisa disekresi dari tubuh, akibatnya estrogen dalam tubuh meningkat dan dapat menimbulkan gangguan pada pelvis, merokok dapat meningkatkan lamanya menstruasi.

Berdasarkan hasil observasi angka kejadian *dysmenorrhea* tinggi karena responden mengalami menarche pada usia dini dan lama menstruasinya rata rata lebih dari 1 minggu. Nyeri yang diakibatkan menstruasi selama ini responden hanya mengkonsumsi obat anti nyeri yang memiliki banyak efek samping dan seseorang akan mengalami resistensi, responden belum pernah melakukan terapi non farmakologi, kompres hangat jahe diharapkan dapat menjadi terapi komplementer dalam menurunkan nyeri saat *dysmenorrhea*.

5.2 Nyeri Saat Dysmenorrhea Setelah Dilakukan Kompres Hangat Jahe

Berdasarkan hasil penelitian di SMP PGRI 1 Surabaya, dari 30 responden dengan menggunakan skala nyeri numerik untuk menilai derajat nyeri menstruasi yang dialami oleh remaja putri di dapatkan hasil yaitu sesudah dilakukan perlakuan sebagian besar mengalami nyeri ringan sebanyak 19 orang (63%), 11 orang (37%) mengalami nyeri sedang dan tidak ditemukan responden yang mengalami nyeri berat. Dengan diberikan intervensi kompres hangat jahe selama nyeri berlangsung maka nyeri *dysmenorrhea* dapat berkurang, hal ini dikarenakan jahe memiliki kandungan enzim siklo oksigenase sehingga dapat menurunkan kadar prostaglandin dan leukotriena, kompres hangat jahe dapat meredakan

iskemia dengan menurunkan kontraksi uterus dan melancarkan pembuluh darah sehingga dapat meredakan nyeri dengan mengurangi ketegangan.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Susanti (2014) yang menyatakan Nyeri menstruasi tersebut dapat diatasi dengan pemberian terapi kompres hangat jahe. kompres hangat jahe memiliki kandungan enzim siklo oksigenasi yang 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. Pelaksanaan terapi komplementer dengan menggunakan kompres hangat jahe dilakukan selama nyeri *dysmenorrhea* berlangsung setiap kali menstruasi. Untuk mencapai keberhasilan dengan menggunakan terapi komplementer kompres hangat jahe ini dapat memperlihatkan penurunan skala nyeri *dysmenorrhea* dari skala nyeri berat ke sedang dan dari skala nyeri sedang ke skala nyeri ringan.

Berdasarkan hasil observasi terdapat 17 orang yang mengalami perubahan nyeri setelah dilakukan kompres hangat jahe dan 13 responden yang tidak mengalami perubahan karena responden tidak melakukan tindakan sesuai prosedur yang diajarkan oleh peneliti, responden melakukan kompres hangat jahe hanya sebentar (kurang dari 20 menit).

5.3 Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Jahe Terhadap Perubahan Derajat Nyeri Menstruasi

Hasil sebelum dilakukan kompres hangat jahe nyeri ringan sebanyak 6 orang, nyeri sedang sebanyak 20 orang, nyeri berat sebanyak 4 orang dan setelah dilakukan intervensi di dapatkan data nyeri ringan sebanyak 19 orang, nyeri

sedang sebanyak 11 orang, nyeri berat 0 dan yang tidak mengalami perubahan sebanyak 13 orang. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah 3 kali diberikan intervensi (1 hari sekali) dan dilakukan remaja putri setiap nyeri berlangsung. Hal ini diperkuat dengan hasil uji statistik *Wilcoxon Signed Rank Test* pemberian kompres hangat jahe terhadap perubahan derajat menstruasi remaja putri didapatkan nilai signifikan $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ berarti H_0 ditolak dan H_1 diterima yang artinya ada pengaruh pemberian kompres hangat jahe dengan perubahan derajat nyeri menstruasi. Hal ini dikarenakan jahe memiliki kandungan enzim siklo oksigenase sehingga dapat menurunkan kontraksi uterus.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang lakukan Susanti (2014) yang menyatakan Nyeri menstruasi tersebut dapat diatasi dengan pemberian terapi kompres hangat jahe. kompres hangat jahememiliki kandungan enzim siklo oksigenasi yang 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. Pelaksanaan terapi komplementer dengan menggunakan kompres hangat jahe dilakukan selama nyeri dysmenorrhea berlangsung setiap kali menstruasi. Untuk mencapai keberhasilan dengan menggunakan terapi komplementer kompres hangat jahe ini dapat memperlihatkan penurunan skala nyeri *dysmenorrhea* dari skala nyeri berat ke sedang dan dari skala nyeri sedang ke skala nyeri ringan.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa kompres hangat jahe dapat mengurangi derajat nyeri menstruasi pada remaja putri di SMP PGRI 1 Surabaya karena di dalam jahe terdapat kandungan enzim siklo oksigenasi yang 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 endorfin, dan menghambat transmisi impuls nyeri ke otak dengan teori *gate control* (Perry dan Potter, 2010).

Kompres hangat jahe merupakan suatu perlakuan yang diberikan kepada remaja yang mengalami nyeri dengan cara pemberian satu kali sehari selama nyeri berlangsung. Dari hasil analisa setelah diberikan kompres hangat jahe, derajat nyeri menstruasi mengalami perubahan sebanyak 17 orang, dari responden yang mengalami nyeri berat menjadi nyeri sedang sebanyak 4 orang, nyeri sedang menjadi ringan sebanyak 13 orang sedangkan nyeri ringan tetap tidak mengalami perubahan sebanyak 6 orang (20%) karena didalam kandungan jahe tersebut terdapat kandungan enzim siklo oksigenasi yang dapat meredakan iskemia dengan menurunkan kontraksi uterus dan melancarkan pembuluh darah sehingga dapat mempengaruhi perubahan derajat nyeri yang dialami oleh responden.