

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Remaja merupakan proses seseorang mengalami perkembangan semua aspek dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Peralihan masa kanak-kanak menjadi dewasa sering disebut dengan masa pubertas. Masa pubertas merupakan masa dimana remaja mengalami kematangan seksual dan organ reproduksi yang sudah mulai berfungsi. Masa pematangan fisik pada remaja wanita ditandai dengan mulainya haid (Fakhrurrazi, 2019).

Menstruasi adalah perubahan fisiologi dalam tubuh wanita dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi yang terjadi secara berkala (Fitira, 2016). Jenis-jenis gangguan menstruasi terdiri dari gangguan umum dan gangguan yang harus diwaspadai. Gangguan yang harus diwaspadai yaitu perdarahan menstruasi yang berlangsung lama selama 3 bulan berturut-turut, dan sama sekali tidak mengalami menstruasi saat usia reproduksi. Sedangkan gangguan menstruasi umum terdiri dari sindroma pra menstruasi, menstruasi darah menggumpal, menstruasi terlambat, menstruasi tidak teratur atau tidak lancar, nyeri dismenorea (Haryono, 2016).

Dismenorea atau nyeri haid adalah suatu masalah yang sering dikeluhkan remaja saat menstruasi, hal ini dikarenakan dapat menyebabkan terganggunya aktivitas (Kurnaesih & Masnilawati, 2018). Ketidakbebasan akan sesuatu hal yang dilakukan dikarenakan rasa nyeri dibawah perut membuat remaja tidak bisa beraktivitas dengan bebas. Nyeri yang dirasakan

remaja putri berdampak pada emosional, kecemasan, ketegangan dan kegelisahan (Tri Novadela et al., 2019).

Dismenorea dapat mempengaruhi proses pembelajaran di sekolah akibatnya banyak remaja putri yang malas masuk sekolah dan bisa terjadi penurunan konsentrasi belajar sehingga materi pembelajaran yang diberikan tidak bisa diterima dengan maksimal oleh remaja putri tersebut (Abubakar et al., 2020).

Angka kejadian nyeri pada wanita menstruasi didunia masih tinggi rata-rata sebesar 50% (Kristianti et al., 2018). Menurut WHO (World Health Organization) tahun 2018 bahwa 90% remaja wanita yang mengalami dismenorea dengan prevalensi dismenorea berat sebanyak 10-15%. Persentase remaja yang mengalami dismenorea di Indonesia sebesar 64,25% atau sebanyak 107.673 jiwa, yang mana 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenorea primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenorea sekunder (Tri Novadela et al., 2019).

Klasifikasi dismenorea yaitu, dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer merupakan nyeri menstruasi yang terjadi tanpa disertai adanya penyakit tertentu (Zeru & Muluneh, 2020). Dismenorea sekunder ialah nyeri menstruasi yang terjadi akibat adanya penyakit atau gangguan pada sistem reproduksi, contohnya endometriosis, fibroid rahim, adenomiosis, dan infeksi. Penyebab terjadinya dismenorea primer ialah zat kimia tubuh yang tidak seimbang, terutama antara prostaglandin dan asam

arakidonat (Mukhoirotin et al., 2020). Kedua zat kimia tersebut berperan dalam mengontrol kontraksi pada dinding rahim (Yunianingrum et al., 2018).

Pada wanita yang mengalami dismenorea primer, kadar prostaglandin (PGF $2\alpha$ ) terlalu tinggi sehingga kontraksi yang dirasakan wanita yang menstruasi sangat kuat. Kontraksi yang sangat kuat pada dismenorea primer membuat pembuluh darah tertekan sehingga dapat menghentikan suplai darah dan oksigen ke otot-otot serta jaringan rahim. Jadi nyeri pada menstruasi dikarenakan otot-otot kekurangan suplai oksigen (Mukhoirotin et al., 2020).

Sekitar 70-90% kasus nyeri haid, terjadi saat usia remaja dan dapat menimbulkan konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan. Dampak dari konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan akan mempengaruhi kecakapan dan keterampilannya. Dismenorea menyebabkan aktivitas belajar dalam pembelajaran bisa terganggu, konsentrasi menjadi menurun, sehingga materi yang diberikan selama pembelajaran yang berlangsung tidak bisa ditangkap oleh siswi yang sedang mengalami dismenorea (Handayani & Syahadat, 2018). Oleh sebab itu dismenorea pada remaja perlu mendapat perhatian dari orang tua, teman dan guru dengan memberikan informasi penanganan yang tepat, baik secara farmakologis atau non farmakologis.

Tata laksana untuk mengatasi nyeri dismenorea primer dapat dilakukan dengan dua cara yaitu farmakologis dan non farmakologis. Cara farmakologis menekankan penggunaan obat-obatan seperti Nonsteroid Anti-Inflammatory Drugs (NSAID), kontrasepsi oral, cyclooxygenase Inhibitors dan terapi suplemen seperti vitamin E, B1, B6 dan golongan mikronutrien lain untuk

mengatasi nyeri menstruasi (Rishel & Friadi, 2019). Namun penggunaan terapi farmakologis dapat menyebabkan ketergantungan bagi orang yang mengkonsumsi dan memiliki kontraindikasi yaitu resiko tinggi insufisiensi ginjal, perdarahan atau perforasi gastrointestinal, ulkus peptik (tukak lambung) dan hipersensifitas (Kaur et al., 2020).

Oleh karena itu, diperlukan penanganan secara nonfarmakologis atau terapi komplementer yang memiliki sedikit efek samping. Cara yang pertama yaitu menggunakan kompres hangat. Kompres hangat adalah pengompresan yang dilakukan dengan menggunakan botol yang berisi air panas yang di bungkus dengan kain atau handuk yaitu secara konduksi dimana terjadi pemindahan panas dari botol berisi air panas 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 sebagai metode terapi non farmakologi yang sangat efektif untuk mengurangi nyeri haid (dismenore) atau kejang otot (Proverawati, A dan Misaroh, 2019).

Berdasarkan jurnal penelitian yang dilakukan oleh chelda ernita dan rika yulendasari tahun 2022 dengan judul perbandingan efektivitas kompres hangat dan dingin terhadap penurunan skala nyeri dismenorea pada remaja putri usia 12-15 tahun di SMPN 13 PESAWARAN , Hasil evaluasi yang didapatkan adanya perbedaan efektivitas antara kompres hangat dan dingin yang menunjukkan bahwa adanya perbedaan skala nyeri. Dalam penurunan nyeri yang signifikan terjadi pada pasien dengan kompres hangat sedangkan

pada pasien yang dilakukan kompres dingin hanya satu pasien yang mengalami penurunan. Dapat disimpulkan bahwa kompres hangat lebih efektif dibandingkan dengan kompres dingin.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep terdapat siswi dari kelas VIII. Peneliti melakukan observasi dan wawancara terhadap siswi dengan sampel 13 responden. Berdasarkan wawancara dan observasi kepada 13 siswi tersebut dan didapatkan hasil 8 siswi mengalami nyeri ringan sampai dengan nyeri sedang 2 diantaranya nyeri berat dan 3 diantaranya tidak mengalami nyeri saat menstruasi sebagian siswi yang mengalami nyeri haid atau dismenorea ada yang memilih untuk minum obat anti nyeri dan sebagiannya memilih untuk rebahan atau istirahat, ada juga yang menggunakan minyak kayu putih, mereka tidak mengetahui cara penanganan menggunakan kompres hangat . Mereka paling sering menangani nyeri haid atau dismenorea dengan di diamkan saja ataupun menerapkan metode farmakologi seperti meminum obat nyeri yang dipercaya meringankan nyeri tanpa mengetahui efek samping dari obat tersebut yang dapat menimbulkan ketergantungan terhadap obat.

Dengan adanya masalah yang ditemukan di SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep, menunjukkan bahwa masih kurangnya informasi siswi mengenai penanganan dismenorea menggunakan metode sederhana, salah satunya metode kompres hangat, peneliti tertarik untuk memberikan edukasi serta melakukan penelitian mengenai penggunaan kompres hangat untuk

mengurangi nyeri haid atau dismenorea pada siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep.

Berdasarkan latar belakang tersebut , maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Gambaran Nyeri Haid Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat Pada Siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik ingin meneliti: bagaimana gambaran nyeri haid sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat untuk mengurangi nyeri haid pada siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui karakteristik responden yang mengalami nyeri haid pada siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa lerep.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui gambaran nyeri haid sebelum diberikan kompres hangat pada siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep.
- b. Untuk mengetahui gambaran nyeri haid setelah diberikan kompres hangat pada siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep.
- c. Untuk mengetahui gambaran nyeri haid sebelum dan setelah diberikan kompres hangat pada siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep.

#### **D. Manfaat**

Setelah dilakukan penelitian gambaran nyeri haid sebelum dan setelah diberikan kompres hangat pada siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep diharapkan dapat memberikan manfaat untuk :

1. Bagi Siswi SMP

Diharapkan dengan hasil penelitian ini dapat menjadi rujukan atau contoh bagi remaja putri saat nyeri haid tiba dapat menjadikan hasil temuan ini untuk meminimalisir nyeri yang dirasa dengan melakukan terapi kompres hangat.

2. Bagi Ilmu Kebidanan

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi sumbangsih ilmu kebidanan nyeri pada siswi-siwi dengan pemberian kompres hangat dalam mengatasi nyeri haid.

3. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai acuan penelitian, sehingga dapat digunakan dalam penelitian selanjutnya dengan memperbaiki beberapa hal yang masih kurang.

#### **E. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian tentang gambaran nyeri haid sebelum dan setelah diberikan kompres hangat pada siswi- siswi yang dilakukan di SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep .

1. Lingkup Masalah

Lingkup masalah dari penelitian ini adalah gambaran nyeri haid sebelum dan setelah diberikan kompres hangat pada siswi SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep

2. Lingkup Subjek

Subjek dari penelitian ini yaitu siswi SMP Kls VIII A,B dan C yang mengalami nyeri haid atau dismenorea.

3. Lingkup Tempat dan Waktu

Penelitian ini akan dilaksanakan di SMP Negeri 6 Ungaran Desa Lerep