

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dismenore adalah nyeri sebelum atau selama menstruasi bersifat sekunder atau primer disebabkan oleh peningkatan hormon prostaglandin mengakibatkan otot uterus berkontraksi. Dismenore dibagi ada 2, adalah dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah nyeri haid tanpa ditemukan adanya patologi pada panggul. Sedangkan dismenore sekunder yaitu nyeri haid yang berhubungan dengan tanda patologis di alat genitalia, contohnya perlekatan panggul atau *irritable bowel syndrome*, endometriosis, adenomiosis, stenosis serviks, mioma uteri, dan penyakit radang panggul (Bobak, 2010 ; Prawirohardjo & Hanifa, 2011).

Tingginya prevalensi nyeri menstruasi di dunia sangat tinggi. Rata-rata $\geq 50\%$ perempuan yang mengalami nyeri menstruasi di setiap negaranya. Amerika 60% mengalami angka kejadian menstruasi dan 72% berada Swedia. Sementara Indonesia diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang mengalami nyeri selama menstruasi. Prevalensi nyeri menstruasi 45–95% pada perempuan usia produktif, yaitu usia 15-49 (Banlitbangkes Kemenkes RI, 2013). Sedangkan Malaysia, prevalensi dismenore pada remaja 62,3% (Anurogo & Wulandari, 2011).

Nyeri haid bisa disertai dengan kram, rasa mual, diare, dan muntah, sakit seperti kolik di perut. Kurang lebih perempuan mengalaminya sampai

pingsan. Kejadian ini muncul cukup hebat sehingga menyebabkan pasien dismenore mengalami “kelumpuhan” aktivitas sementara (Saryono, 2009). Dismenore dapat diatasi dengan terapi non-farmakologi dan farmakologi. Terapi farmakologi untuk mengurangi nyeri dismenore seperti terapi hormonal, obat-obatan analgetik, Terapi Obat *Nonsteroid Antiprostaglandin*, obat yang paling sering digunakan adalah indometasin, ibuprofen dan naproksen. Sedangkan terapi non farmakologi berupa kompres hangat, terapi relaksasi dengan mendengarkan musik, olahraga, dan terapi spiritual (Anurogo & Wulandari 2011).

Terapi murottal merupakan salah satu pendekatan terapi spiritual untuk meningkatkan kondisi relaks pada pasien. Terapi ini menurut Anwar (2010) memiliki efek rileks pada tubuh disebabkan oleh unsur meditasi, relaksasi dan autosugesti yang ada di dalamnya. Rasa tenang memiliki respon emosi positif yang berefek pada persepsi yang positif. Persepsi positif yang ada dari murottal surat Ar Rahman berikutnya menstimulasi hipotalamus akan melepaskan hormon endorphen. Hormon ini membuat seseorang merasa bahagia. Hormon tersebut juga dapat distimulasi melalui terapi warna (Mustamir, 2009).

Terapi warna atau *chromatherapy* adalah terapi yang didasarkan pada pernyataan bahwa setiap warna berisi energi-energi penyembuh. Di bidang kedokteran, terapi warna menurut Kusuma 2010 (dalam Sawitri & Nurhesti, 2013) digolongkan untuk pengobatan dengan gelombang elektromagnetik atau *electromagnetic medicine*. Salah satu warna yang mampu digunakan dan

ada efek positif, adalah warna hijau. Warna hijau bisa menjadikan rileks, stress menurun, dan meredakan emosi. Selain itu, kelebihan terapi warna dengan terapi lainnya bahwa terapi warna bisa membuat syaraf-syaraf dari indera visual seseorang ketika menangkap warna disalurkan langsung ke otak dan individu kemudian merefleksikan warna tersebut dengan nyaman (Wijayanto & Vera 2013).

Peran perawat sebagai *Counselor* (konselor), perawat bisa membantu pasien untuk mengatasi tekanan psikologis, dan membangun hubungan interpersonal yang baik dapat meningkatkan perkembangan individu yang didalamnya diberikan dukungan intelektual dan emosional (Mubarak & Nur C,2009). Sedangkan peran perawat sebagai perawat maternitas, care provaider berperan saat memberikan asuhan keperawatan, salah satunya dengan memberikan intervensi pada remaja untuk mengurangi nyeri desminore.

Ada beberapa metode untuk menangani nyeri menstruasi atau dismenore. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Sri & Praditiana (2011) tentang Senam Dismenore Berbasis Ar-Rahman terhadap penurunan nyeri dengan hasil yaitu setelah dilakukan intervensi terjadi perubahan tingkat nyeri menjadi nyeri ringan sebanyak 11 responden atau dengan persentase 81,0% dari total 17 responden.

Pada tanggal 6 Oktober 2017 peneliti melakukan studi pendahuluan di Asrama Putri UNISSULA dengan hasil didapatkan ada 38% (3) remaja dari 8 remaja berumur 17-21 tahun yang mengalami dismenore mulai sebelum hari

pertama menstruasi dengan skala nyeri ringan sampai sedang. Sebagian dari mahasiswi(1) yang mengalami dismenore biasanya mengurangi nyeri dengan mengonsumsi obat mefenamat, diminum 1x sehari dan mahasiswi(2) mengurangi nyeri dengan istirahat atau tidur, namun tindakan tersebut kurang efektif untuk menurunkan nyeri dismenore.

Berdasarkan fenomena yang didapatkan remaja memiliki kebiasaan menggunakan pengobatan secara farmakologi terhadap nyeri dismenore, pengobatan ini akan menyebabkan gangguan gastrointestinal seperti nausea, dyspepsia, dan muntah-muntah, sehingga peneliti ingin memberikan alternatif penanganan secara nonfarmakologi melalui kombinasi terapi warna hijau dengan murottal qur'an terhadap nyeri dismenore pada remaja putri di Asrama putri UNISSULA. Berdasarkan fenomena di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Efektivitas kombinasi terapi warna hijau dengan murottal Al-qur'an surat Ar-rahman terhadap nyeri dismenore primer"

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 6 Oktober 2017 peneliti melakukan studi pendahuluan di Asrama Putri UNISSULA dengan hasil didapatkan ada 3 remaja dari 8 remaja yang berumur 17-21 tahun yang mengalami dismenore pada sebelum hari pertama sampai hari pertama dengan skala nyeri ringan sampai sedang. dismenore memiliki dampak bagi aktivitas perempuan. Nyeri dismenore membuat

perempuan tidak mampu beraktivitas seperti biasanya secara normal dan dapat menurunkan kualitas hidup dan produktivitas remaja.

Berdasarkan latar belakang di atas, bisa dirumuskan masalah yaitu “Bagaimanakah efektivitas kombinasi terapi warna hijau dengan murottal Al-qur’an surat Ar-rahman terhadap nyeri dismenore primer di asrama putri UNISSULA?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektivitas kombinasi terapi warna hijau dengan murottal Al-qur’an surat Ar-rahman terhadap nyeri dismenore primer pada remaja putri di Asrama putri UNISSULA.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya karakteristik demografi responden (umur) yang mengalami nyeri dismenore primer di Asrama Putri UNISSULA.
- b. Diketuainya nyeri desminore sebelum diberikan terapi warna hijau dan murottal Al-Qur’an Surat Ar-Rahman pada responden yang mengalami nyeri dismenore primer di Asrama Putri UNISSULA.
- c. Diketuainya nyeri dismenore primer setelah diberikan terapi warna hijau dan murottal Al-Qur’an Surat Ar-Rahman pada responden yang mengalami nyeri desminore primer di Asrama Putri UNISSULA.
- d. Diketuainya perbedaan nyeri dismenore primer sebelum dan sesudah diberikan kombinasi terapi warna hijau dan murottal Al-

Qur'an Surat Ar-Rahman pada responden yang mengalami nyeri dismenore primer di Asrama Putri UNISSULA .

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi pelayanan kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai efektivitas kombinasi terapi warna hijau dengan Murottal Al-qur'an surat Ar-rahman terhadap nyeri dismenore primer

2. Bagi institusi pendidikan keperawatan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai penelitian di institusi keperawatan terhadap efektivitas kombinasi terapi warna hijau dengan Murottal Al-qur'an surat Ar-rahman terhadap nyeri dismenore primer

3. Bagi masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai seberapa besar sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan nyeri desminore, sehingga dapat mengetahui efektivitas kombinasi terapi warna hijau dengan Murottal Al-qur'an surat Ar-rahman terhadap nyeri dismenore primer.