

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada umumnya perempuan pada rentang usia antara 8-13 tahun akan mengalami menstruasi (haid) untuk pertama kalinya atau biasa disebut dengan *menarche*. Menstruasi merupakan fungsi fisiologis pada wanita dan merupakan proses katabolisme yang terjadi di bawah pengaruh hormone hipofisis dan ovarium (Benson, 2008). Dismenore merupakan gangguan yang paling sering dialami oleh perempuan dalam siklus menstruasi dengan ciri khas nyeri pada bagian perut dimulai pada hari pertama menstruasi atau 24 jam sebelum menstruasi dan bertahan hingga 36 jam (Hendrik, 2006).

Dismenore disebabkan oleh tingginya jumlah prostaglandin dalam endometrium, sehingga terjadi kontraksi pada myometrium, menyebabkan iskemi dan menimbulkan rasa nyeri (Morgan & Hamilton, 2009). Prevalensi dismenore cukup tinggi di dunia, sekitar 50% perempuan di dunia mengalami dismenore pada saat menstruasi. Hasil penelitian Wong dan Khoo (2009) 74,5% perempuan di Malaysia yang telah menarche menderita dismenore. Di India, ditemukan 65 % atau 119 dari 183 remaja dengan rentang usia 14-19 tahun menderita dismenore (Kumbhar, Mrudula, Sujana, Roja, Divya & Balkrishna, 2011). Sedangkan prevalensi dismenore di Indonesia menurut Proverawati (2009) diperkirakan sebesar 55% dari 49,2% perempuan dengan usia 10-19 tahun mengalami dismenore saat menstruasi. Dimana menurut

Depkes RI dalam Widyastuti, (2009) umur 10-19 tahun tersebut merupakan batasan usia remaja.

Disminore dibagi menjadi dua, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Disminore primer merupakan nyeri menstruasi tanpa ada gangguan pada alat genitalia. Sedangkan dismenore sekunder merupakan nyeri menstruasi karena adanya gangguan pada ginekologi, contohnya stenosis servitis uteri, salpingitis kronika, adenomiosis uteri, endometriosis, dan lain-lain (Prawirohardjo, 2008). Perempuan muda atau yang baru mengalami menstruasi ditemukan sekitar 50% dari mereka menderita dismenore primer. (Kristina, 2010).

Dismenore memiliki dampak bagi aktivitas perempuan dimana nyeri dismenore ini dapat membuat perempuan tidak bisa beraktivitas secara normal dan membutuhkan penanganan, adapun penanganan dismenore primer dibagi menjadi dua, yaitu secara farmakologi dan nonfarmakologi. Secara farmakologi, penggunaan analgesik dapat menurunkan nyeri secara efektif tetapi menimbulkan efek samping yang berbahaya, yaitu menimbulkan ketagihan dan gangguan gastrointestinal seperti nausea, dyspepsia, dan muntah-muntah (Potter & Perry, 2006). Secara nonfarmakologi penurunan dismenore terbagi atas jangka pendek dan jangka panjang. Jangka pendek, yaitu dengan terapi relaksasi perangsangan auditori murottal dan teknik *effleurage*. Terapi rangsangan auditori murottal adalah perangsangan pendengaran dengan bacaan ayat-ayat suci Al-Quran yang dikemas dalam bentuk *Motion Picture Experts Group Audio Layer3* (MP3). Ayat-

ayat suci Al-Quran mempunyai efek terapeutik bagi yang membaca dan yang mendengarkan, sedangkan massase atau pijatan pada abdomen (*effleurage*) merupakan pijatan yang memiliki tujuan sebagai teknik relaksasi (Bobak, Lowdermilk, Jensen, & Perry, 2005; Oken, 2004).

Adapun untuk jangka panjang, yaitu dengan pendidikan kesehatan terkait penanganan dismenore. Pendidikan kesehatan adalah pelayanan kesehatan yang merupakan gambaran dari peran perawat professional dalam upaya pencegahan penyakit dan merupakan promosi kesehatan yang telah dilakukan pada tahun 1959 oleh Florence Nightingale, dan dapat dilakukan di Rumah sakit ataupun di luar Rumah sakit (Nursalam & Efendi, 2008).

Hasil penelitian yang dilakukan Suraya (2014) menunjukkan bahwa terdapat hubungan pendidikan kesehatan dalam peningkatan pengetahuan remaja putri terhadap penanganan dismenore. Sedangkan El Syakir (2014) mengatakan bahwa Al Qadhi melakukan penelitian bahwa dengan mendengarkan ayat suci Al-Qur'an dapat menimbulkan ketenangan jiwa dan penyembuhan penyakit hingga 97% bagi yang bisa berbahasa arab maupun tidak. Begitu pula dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurkhasanah & Fetrisia (2014) mendapatkan hasil bahwa terdapat pengaruh masase *effleurage* terhadap intensitas skala nyeri dismenore dengan didapatkan nilai rata-rata skala nyeri pre masase *effleurage* adalah 4,50 dan rata-rata skala nyeri post masase *effleurage* adalah 2,06.

Pada tanggal 4 Oktober 2016 peneliti melakukan studi pendahuluan di Asrama Putri UNISSULA dengan hasil didapatkan ada 34 remaja yang berumur

17-19 tahun yang mengalami dismenore pada hari pertama sampai dengan hari ketiga dengan skala nyeri ringan sampai berat. Sebagian dari Mahasiswi yang mengalami dismenore biasanya mengurangi nyeri dengan mengkonsumsi obat dan istirahat/tidur.

Berdasarkan fenomena yang didapatkan remaja memiliki kebiasaan menggunakan pengobatan secara farmakologis terhadap nyeri dismenore, pengobatan ini akan menyebabkan gangguan gastrointestinal seperti nausea, dyspepsia, dan muntah-muntah, sehingga peneliti ingin memberikan alternatif penanganan secara nonfarmakologi melalui pemberian paket mandiri remaja sehat (MANDAT) yang terdiri dari pendidikan kesehatan mengenai dismenore dan terapi teknik relaksasi dengan murottal Alqur'an dan teknik *effleurage*, sehingga pada penelitian ini, peneliti ingin mengetahui "Pengaruh paket MANDAT terhadap nyeri dismenore primer pada remaja putri di Asrama putri UNISSULA".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti pada tanggal 4 Oktober 2016 di Asrama Putri UNISSULA didapatkan ada 34 remaja yang berumur 17-19 tahun yang mengalami dismenore pada hari pertama sampai dengan hari ketiga dengan skala nyeri sedang sampai berat. Dismenore memiliki dampak bagi aktivitas perempuan dimana nyeri dismenore ini dapat membuat perempuan tidak bisa beraktivitas seperti biasanya secara normal dan dapat

menurunkan kualitas hidup dan produktivitas remaja. Sehingga perlu adanya penelitian yang menemukan alternative terapi yang efektif, efisien dan ekonomis untuk menurunkan nyeri dismenore tersebut, yaitu paket mandiri remaja sehat (MANDAT) yang terdiri dari pendidikan kesehatan mengenai dismenore primer, memperdengarkan murottal Al-Qur'an dan teknik *effleurage*. Berdasarkan uraian di atas, dapat dirumuskan masalah yaitu “apakah ada pengaruh paket MANDAT terhadap nyeri dismenore primer pada remaja putri di Asrama putri UNISSULA?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengidentifikasi pengaruh paket mandiri remaja sehat terhadap nyeri dismenore primer pada remaja putri di Asrama putri UNISSULA

2. Tujuan Khusus

- a. Diidentifikasinya karakteristik demografi responden (umur, pendidikan, dan pekerjaan).
- b. Diidentifikasinya nyeri dismenore primer sebelum perlakuan pada kelompok intervensi.
- c. Diidentifikasinya nyeri dismenore primer setelah perlakuan pada kelompok intervensi.
- d. Diidentifikasinya perbedaan nyeri dismenore primer sebelum dan sesudah perlakuan pada kelompok intervensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi pendidikan dan perkembangan ilmu keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai salah satu bahan literature bagi pendidikan dan perkembangan ilmu keperawatan berkaitan dengan penanganan disminore primer, salah satunya melalui paket MANDAT yang berisi pendidikan kesehatan mengenai disminore primer, murottal Al-Qur'an dan teknik *effleurage*.

2. Bagi pelayanan kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan untuk memberikan pendidikan kesehatan berkaitan dengan upaya penanganan disminore dan hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sarana bagi pelayanan kesehatan untuk melakukan penyuluhan kesehatan tentang penanganan disminore primer.

3. Bagi penelitian keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi dasar untuk penelitian selanjutnya khususnya yang mengangkat topik pendekatan paket salah satunya dengan paket MANDAT yang berhubungan dengan tingkat nyeri.