

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari pubertas ke dewasa atau suatu proses tumbuh ke arah kematangan yaitu yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik.(Janiwarty & Pieter, 2013). Masa remaja terbagi atas tiga tahap yaitu masa remaja awal yaitu usia 11 tahun sampai 14 tahun, masa remaja pertengahan, usia 15 tahun sampai 17 tahun, masa remaja akhir, usia 18 tahun sampai 20 tahun. Masa pubertas yaitu ditandai dengan kematangan organ seksual untuk tercapainya kemampuan bereproduksi.Selain kematangan organ reproduksi perempuan akan mengalami perubahanfisik yaitu payudara dan pinggul membesar, tubuh bertambah tinggi, tumbuh rambut di ketiak dan kemaluan serta menstruasi. Setiap bulannya perempuan tentunya akan mengalami menstruasi, menstruasi merupakan perdarahan vagina secara berkala akibat terlepasnya endometrium uterus (Janiwarty dan Pieter, 2013).

Menstruasi terjadi pada perempuan berumur 12 atau 13 tahun, tetapi ada juga yang mengalaminya lebih awal, yaitu usia 8 tahun atau lebih lambat yaitu usia 18 tahun. Menstruasi akan berhenti dengan sendirinya pada saat wanita sudah berusia 40-50 tahun, yang dikenal dengan istilah menopause (Sukarni& Margareth, 2013). Masalah yang sering dirasakan remaja berkaitan dengan menstruasi adalah mengalami *dismenore*. *Dismenore* merupakan keluhan ginekologis yang paling umum dirasakan wanita dewasa remaja dan muda, *dismenore* terjadi karena endometrium dalam fase sekresi memproduksi prostaglandin (PGF-2 α) yang menyebabkan hipertonus dan vasokonstriksi pada miometrium sehingga mengakibatkan iskemia, disintegrasi endometrium, dan nyeri (Morgan & Hamilton, 2003; Wiknjosastro, 2007; hillard, 2006).

Dismenore yang dialami setiap individu berbeda-beda, karena sifat nyeri ini merupakan pengalaman yang tidak diinginkan yang dapat mempengaruhi

individu mengalami hal negatif tergantung pada intensitas, lokasi, kualitas dan durasi (Emmanuel dkk, 2013). Perbedaan persepsi dan reaksi nyeri individual, memunculkan intervensi yang kompleks bagi perawat untuk mengurangi ketidaknyamanan pasien (Kozier, Berman, & Snyder, 2010).

Dismenore dibagi menjadi dua, yaitu *dismenore* primer jika tidak ditemukan penyebab pasti yang mendasarinya biasanya terjadi sebelum mencapai usia 20 tahun, dan *dismenore* sekunder jika penyebabnya kelainan kandungan atau patologis, biasanya terjadi setelah umur 20 tahun (Winjosastro, 2008).

Penanganan *dismenore* masih sangat minim, dalam kehidupan masyarakat permasalahan tentang menstruasi masih dianggap yang tabu, padahal menstruasi adalah hal yang normal yang dialami oleh setiap wanita sehingga persepsi ini perlu diluruskan dan ini adalah tanggung jawab tenaga kesehatan. Upaya pencegahan *dismenore* telah dilakukan oleh sebagian banyak remaja namun tiada hasil yang memuaskan, hal ini karena pengetahuan para remaja tentang upaya pencegahan dan penanganan dalam mengatasi *dismenore* (Winjosastro, 2007).

Angka *dismenore* di dunia sangatlah besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami *dismenore*. Menurut WHO Di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan produktif tersiksa oleh *dismenore*. Menurut Calis (2011) di Amerika Serikat, diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dismenore*, dan 10-15% diantaranya mengalami *dismenore* berat yang menyebabkan wanita tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Di Indonesia angka kejadian *dismenore* terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder. Biasanya gejala *dismenore* primer terjadi pada wanita usia produktif 3-5 tahun setelah mengalami haid pertama dan wanita yang belum pernah hamil.

Hasil sensus Badan Pusat Statistik Jawa Tengah Tahun 2010, 11,78% adalah remaja dari jumlah penduduk 32.548.687 jiwa. Indonesia menempati urutan nomer 5 di dunia dalam hal jumlah penduduk, dengan remaja sebagai bagian dari penduduk yang ada. Propinsi Jawa Tengah pada tahun 2010

berpenduduk 32.548.687 jiwa. Sedangkan yang mengalami *dismenoreadi* propinsi Jawa Tengah mencapai 1.518.687 jiwa (Badan Pusat Statistik Jawa Tengah, 2010).

Hal ini perlu diperhatikan, apabila tidak dilakukan tindakan yang tepat akan menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas fisik sehari-hari. Keluhan ini sering berhubungan dengan ketidakhadiran berulang disekolah ataupun ditempat kerja, sehingga dapat mengganggu produktivitas (Sharma P, 2008). Dampak yang terjadi jika *dismenore* tidak ditangani adalah gangguan hidup sehari-hari (ADLs), *Retrograd menstruasi* (menstruasi yang bergerak mundur), infertilitas (kemandulan), kista pecah, perforasi rahim, dan IUD serta infeksi (Genie, 2009).

Berbagai macam cara pengobatan baik itu farmakologi maupun nonfarmakologi yang telah diteliti untuk mengatasi *dismenore*, pengobatan farmakologi yang sering digunakan sebagian besar wanita adalah golongan NSAIDs (*Nonsteroidal Anti-Inflamatori Drugs*) seperti asam mefenamat, ibuprofen, natrium niklofenat dan nefroxen. Proverawati dan Misaroh (2009). Upaya penanganan untuk mengurangi *dismenore* nonfarmakologis juga diperlukan untuk mengurangi nyeri salah satunya dengan menggunakan relaksasi, olah raga dan yoga (Asmadi, 2008).

Dari hasil wawancara yang didapat pada siswi SMP dapat diuraikan bahwa sebagian besar siswi mengalami nyeri saat menstruasi, sebagian mengatakan kadang-kadang nyeri dan siswi mengatakan kalau nyeri terkadang bisa mengganggu aktivitas sehari-hari. Berdasarkan fenomena diatas peneliti memandang hal ini penting untuk diteliti oleh karena itu peneliti memberikan kombinasi terapi yoga dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti ingin mengetahui “Adakah perbedaan sebelum dan sesudah diberikan kombinasi yoga dan aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 3 Semarang?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengidentifikasi perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah kombinasi yoga dengan aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 3 Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri sebelum diberikan kombinasi yoga dengan aromaterapi lavender di SMP Muhammadiyah 3 Semarang.
- b. Mendeskripsikan tingkat nyeri *dismenore* pada remaja putri sesudah diberikan kombinasi yoga dengan aromaterapi lavender di SMP Muhammadiyah 3 Semarang.
- c. Menganalisis tingkat nyeri pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan kombinasi yoga dengan aromaterapi lavender di SMP Muhammadiyah 3 Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang penanganan *dismenore* dan mengaplikasikanya dengan harapan nyeri yang dirasakan dapat berkurang.

2. Bagi Peneliti

Adanya penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang penanganan *dismenore*.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini mampu menambah kepustakaan, yang dapat dimanfaatkan oleh mahasiswa untuk meningkatkan pengetahuan mengenai penanganan *dismenore*.

4. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai refrensi dalam menambah wawasan keilmuan bagi peneliti selanjutnya guna memunculkan penelitian yang lebih lanjut dalam hal yang terkait, khususnya bidang Ilmu Keperawatan Maternitas.

E. Bidang Ilmu

Bidang ilmu dalam penelitian ini adalah Ilmu Keperawatan Maternitas.



F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Keaslian penelitian

No	Nama, Tahun & Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian
1.	Melda Friska Manurung (2015) dengan judul : <i>Efektivitas yoga terhadap nyeri dismenore pada remaja.</i>	Penelitian menggunakan penelitian kuantitatif dengan rancangan quasy experiment, melakukan pendekatan rancangan peneliti non-equivalent control group design.	Dapat disimpulkan bahwa yoga efektif dalam menurunkan nyeri <i>dismenore.</i>
2.	Erny Purnaningsih (2016) dengan judul : <i>Pengaruh senam yoga terhadap tingkat nyeri disminore pada remaja di smkn 1 karanganyar.</i>	Desain penelitian ini yaitu Pre Eksperimen dengan rancangan One Group Pre Te.st-Post Test.	Ada pengaruh yang signifikan senam yoga terhadap pengurangan rasa nyeri pada remaja yang mengalami nyeri <i>dismenore.</i>
3.	Yuni Purwati (2015) Dengan judul : <i>Pengaruh pemberian aroma terapi lavender terhadap tingkat nyeri disminorea pada siswi sma negeri 1 kasihan bantul Yogyakarta.</i>	Desain penelitian ini yaitu metode eksperimen (<i>experiment research</i>) dengan rancangan menggunakan pre-eksperimental design dengan metode time series design.	Ada pengaruh pemberian massage effuerage menggunakan aroma terapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri <i>dismenore.</i>