

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Sebagian besar perempuan pasti mengalami masa remaja atau pubertas. Perubahan secara biologis yang terjadi pada remaja putri yaitu mulainya remaja mengalami menstruasi. Dengan menstruasi menandakan bahwa normalnya fungsi hormonal seseorang wanita selama masa menstruasi otak melepaskan hormon LH (*luteinizing hormone*) fungsi LH sendiri yaitu nantinya akan mematangkan sel telur yang ada di dalam ovarium seorang wanita dan apabila sel telur tersebut tidak di buahi selama kurang lebih 28 hari maka akan meluruh sehingga terjadi menstruasi (Rejeki,2008).

Menstruasi adalah perubahan fisiologis yang terjadi dalam tubuh manusia atau sering juga di artikan perdarahan periodik akibat meluruhnya dinding rahim (*endometrium*) yang banyak mengandung pembuluh darah, setelah siklus ovulasi yang dipengaruhi oleh hormon reproduksi yang dimulai 1 hari setelah ovulasi yang berupa darah, kelenjar, dan sel karena tidak terjadi pembuahan (Sibangiang, dkk, 2010). Menstruasi biasanya berlangsung selama tiga sampai tujuh hari dan pada kenyataanya banyak remaja putri yang mengalami gangguan saat menstruasi salah satunya adalah nyeri atau disebut dismenore.

Dismenore atau juga dikenal menstrual cramps adalah rasa nyeri yang di rasakan saat menstruasi, biasanya terjadi kram perut dan remaja mengeluh nyeri di bagian perut sehingga tidak sedikit dari wanita yang harus

meninggalkan pekerjaannya karena nyeri tersebut dan biasanya di barengi rasa mual, sakit kepala, emosi yang berlebihan dan merasa ingin pingsan (Mansjoer, 2003). Sedangkan menurut (Utama, 2008) nyeri haid timbul akibat pembentukan prostaglandin yang berlebihan sehingga terjadi vasodilatasi peredaran darah, pembuluh arteri dan vena mengembang sehingga darah haid lebih mudah dikeluarkan dan menimbulkan kram pada abdomen. Bahkan angka kejadian nyeri haid di dunia sangat besar pada tahun 2011 rata-rata di Amerika Serikat prevalensi nyeri haid diperkirakan 45-90 %, sementara itu penelitian di firat University di Turki sebanyak 1266 mahasiswa dan 45,3% merasakan nyeri tiap haid atau menstruasi, 42,5% kadang-kadang nyeri, dan 12,2% tidak mengalami nyeri. Di Indonesia 90% perempuan Indonesia mengalami dismenorea tidak sedikit wanita di Indonesia yang saat mengalami dismenorea berkujung ke dokter (Anurogo & Wulandari, 2011). Menurut Yetti (2005), berdasarkan penelitiannya pada remaja kelas VIII di SLTP 12 Semarang, di dapatkan dari 53 siswi yang mengalami dismenore sebanyak 35 siswi (66,0%).

Nyeri haid sendiri dapat di bedakan menjadi dua yaitu nyeri haid primer dan nyeri haid sekunder. Nyeri haid primer timbul sejak pertama dan akan pulih sendiri dengan jalannya waktu. Tepatnya saat lebih stabil hormon tubuh atau perubahan posisi rahim setelah menikah dan melahirkan. Nyeri haid ini normal, namun dapat berlebihan bila di pengaruhi oleh faktor psikis dan fisik, seperti stress, shock, penyempitan pembuluh darah, penyakit yang menahun, kurang darah, dan kondisi tubuh yang menurun. Tetapi gejala ini tidak

membahayakan bagi tubuh (Indriyani Diyan, 2013). Sedangkan nyeri haid sekunder yaitu jika ada penyakit bawaan dari lahir seperti infeksi rahim, kista/polip, tumor sekitar kandungan, kelainan kedudukan rahim yang dapat mengganggu organ dan jaringan di sekitarnya.

Upaya penanganan dismenore saat ini sudah bervariasi seperti seperti terapi farmakologis biasanya para wanita memilih *analgetic* karena mudah di dapat di apotik-apotik, dan juga obat-obatan penghambat prostaglandin seperti *aspirin*, *venasitin*, dan *asam mefenamat*. Serta manajemen non farmakologi bisa dengan relaksasi, hipnosis diri, atau *massage* yang salah satunya *effleurage* (Potter & Perry, 2005).

Massage effleurage adalah teknik pijatan dengan menggunakan jari-jari dan telapak tangan digosok ringan gerakan melingkar searah di beberapa bagian tubuh. *Massage effleurage* bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, menghangatkan otot abdomen, dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental (Trisnowiyanto, 2012). *Effleurage* merupakan aplikasi dari *Gate Control Theory*. Sebagai teknik relaksasi, *Effleurage* mengurangi ketegangan otot dan mencegah terjadinya hipoksia.

Hasil penelitian Walin (2015) di dapatkan tingkat intensitas dismenore sebelum diberikan perlakuan ada 9 (42,8%) responden mengalami nyeri sedang dan 12 (57,2%) mengalami nyeri berat. Setelah diberikan perlakuan *massage Front Effleurage* ada penurunan tingkat intensitas nyeri yaitu dari nyeri sedang 5 (23,8%) menjadi 16 (76,2) dan tidak ada responden yang mengalami nyeri berat. Berdasarkan uraian masalah tersebut penulis tertarik

untuk melakukan pembuktian pemberian *massage Effleurage* terhadap penurunan intensitas dismenore pada remaja putri di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang, karena di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang banyak mahasantri yang sering alfa dalam kegiatan mengaji atau kegiatan lainnya dikarenakan dismenore.

B. Tujuan

Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore pada remaja putri di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang.

Tujuan Khusus

1. Mengetahui skala nyeri yang di alami remaja putri Rusunawa Putri Universitas Muhammadiyah Semarang saat dismenore sebelum dilakukan *massage effleurage*.
2. Mengetahui skala nyeri yang di alami remaja putri di Rusunawa putri universitas Muhammadiyah Semarang saat dismenore sesudah dilakukan *massage effleurage*.
3. Mengetahui perlakuan pemberian *massage effleurage* terhadap intensitas penurunan dismenore pada remaja putri di Rusunawa putri Universitas Muhammadiyah Semarang.

C. Manfaat penulisan

1. Bagi Peneliti

Menambah wawasan serta pengalaman yang lebih tentang dismenore dan kaitannya dengan diberikannya *massage effleurage*.

2. Bagi Institusi Pendidikan Keperawatan

Manfaat bagi institusi pendidikan keperawatan yaitu hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan cara pencegahan ketika terjadi dismenore.

3. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan salah satu informasi tentang bagaimana cara menurunkan nyeri saat dismenore sehingga tidak mengganggu kegiatan aktivitas harian.

