

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan fenomena fisiologis yang lazimnya dialami setiap perempuan usia subur. Menstruasi sebagai indikator penting dalam kesehatan perempuan yang mencerminkan fungsi endokrin dalam tubuh (Karout, 2012). Menstruasi dapat diartikan sebagai pelepasan dinding *endometrium* yang ditandai dengan perdarahan secara siklik kecuali terjadi kehamilan (Aden, 2010). Pada fase awal menstruasi terjadi penurunan produksi *estrogen* dan *progesteron*, menyebabkan *vasokonstriksi* pembuluh darah, sehingga lapisan dalam rahim mengalami *iskemia* (Manuaba, 2009). Adanya *iskemia* ini dapat menimbulkan nyeri pada abdomen yang dapat menjalar ke daerah sekitarnya.

Nyeri yang dialami selama haid dikenal dengan istilah *dismenorea* (Ismail, 2015). *Dismenorea* merupakan nyeri selama haid dikarenakan meningkatnya *prostaglandin* yang menyebabkan terjadinya perubahan hormonal selama haid dan adanya pengaruh psikologis seperti stress dan cemas (Prawirohardjo, 2009). *Dismenorea* ini menjadi alasan umum bagi remaja maupun sebagai tingkat usia mengunjungi ginekolog atau pelayanan kesehatan terdekat. Prevalensi kejadian *dismenorea* di dunia sekitar 50-70% terutama di tahun pertama mereka mengalami haid (Esimai & Esan, 2010). Menurut *World Health Organization* (WHO) didapatkan data kejadian 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami *dismenorea*, 10-15% diantaranya mengalami *dismenorea* berat.

Penelitian di Jepang (2016) prevalensi *dismenorea* bervariasi antara 16% dan 91%, dengan sakit parah di 2% -29%. Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dismenorea* dan 10-15% diantaranya mengalami *dismenorea* berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Bahkan di perkirakan para perempuan di Amerika kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan

akibat *dismenorea* (Gumangsari, 2014). Di Indonesia angka kejadian *dismenorea* sebesar 64,25% yang terdiri dari *dismenorea* primer sebesar 54,89% dan *dismenorea* sekunder 9,36%. Menurut Santosa (2008) Indonesia *dismenorea* yang terjadi paling banyak adalah *dismenorea* primer. *Dismenorea* menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak hadir di sekolah dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari (Nurkhasanah & Fetrisia, 2014).

Ketika menstruasi, terdapat sebagian perempuan yang mengalami berbagai gangguan baik bersifat fisiologis maupun patologis (Anugoro & Wulandari, 2011). Secara fisiologis menstruasi tidak mengalami gangguan fungsi pada organ reproduksi atau organ sekitarnya tanpa mengganggu aktivitas normal seperti biasanya, sedangkan secara patologis dapat mengganggu aktivitas fisik maupun psikologis karena terdapat gangguan maupun penyakit dalam organ reproduksi dan sekitarnya (Utami, 2012). Data pengalaman menstruasi secara patologis memiliki dampak kesehatan seperti pusing, sakit kepala, kram karena kontraksi otot-otot halus pada rahim, merasa letih dan lemas. Selain itu ada juga yang mengalami kemarahan tak berujung pangkal, depresi, ketegangan, kegelisahan, hingga nyeri menstruasi yang hebat (Gumangsari, 2014).

Dismenorea ini dapat terjadi sebelum atau bersama-sama menstruasi. Sebagian besar terjadi pada hari pertama dan kedua dan akan berkurang derajat nyerinya setelah keluar darah yang cukup banyak. Adanya gejala seperti kram pada bagian perut bawah sampai ke paha dan punggung apabila sangat parah, berkeringat, takikardi, sakit kepala, mual, muntah, diare, dan *tremulousness* (Firdose, 2013).

Dismenorea yang dialami setiap individu berbeda, 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).

Mengurangi atau menghilangkan nyeri merupakan hal yang penting agar terhindar dari komplikasi nyeri yang menyiksa seperti mual, muntah, diare pusing bahkan sampai pingsan (Anugoro & Wulandari, 2011). Lazimnya bukan jumlah nyeri yang dialami perempuan yang perlu dipertimbangkan, akan tetapi upaya untuk mengurangi nyeri tersebut. Reseptor nyeri ditransmisikan melalui segmen saraf *spinalis* T11-12 dan saraf-saraf asesori torakal bawah serta saraf simpatik lumbal atas. Sistem ini berjalan mulai dari perifer melalui *medulla spinalis*, batang otak, thalamus dan kortek serebri (Cunningham, 2013).

Pengendalian nyeri dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Dengan berkembangnya Ilmu Pengetahuan dan Teknologi (IPTEK) di masa sekarang, banyak ditemukan terapi komplementer dan holistik non farmakologis dikalangan keperawatan. Terapi non farmakologis yang dapat mengurangi *dismenorea* diantaranya hipnoterapi, akupunktur, relaksasi, massase. Terapi non farmakologis yang lain menurut penelitian Ningsih (2011) yaitu dengan terapi minum air putih dan *abdominal stretching exercise* untuk mengurangi *dismenorea*. Sedangkan menurut Woo & McEneaney (2010) menyebutkan ada teknik baru untuk mengatasi *dismenorea* yaitu dengan pemberian vitamin B₁, B₆, Vitamin E, magnesium dan omega 3, *exercise*, akupunktur dan pengobatan tradisional Cina. Selain itu disebutkan juga menurut penelitian Aryani & Sarwinanti (2013) efek dari terapi yoga yang dapat menurunkan *dismenorea*. Salah satu cara yang efektif untuk menangani *dismenorea* adalah relaksasi dalam bentuk pijatan tangan atau massase seperti *counterpressure* (Anugoro & Wulandari, 2011).

Counterpressure merupakan massase atau memijat dengan tekanan yang kuat yaitu meletakkan tumit tangan atau bagian datar dari tangan, atau dapat menggunakan bola tennis. *Counterpressure* ini dapat diberikan dengan gerakan lurus atau lingkaran kecil (Maryunani, 2010). Dengan memberikan teknik

counterpressure dapat menutup gerbang pesan nyeri yang akan dihantar menuju *medulla spinalis* dan otak, selain itu tekanan kuat yang diberikan ketika melakukan tehnik *counterpressure* dapat mengaktifkan senyawa *endorphin* sehingga transmisi dari pesan nyeri dapat dihambat yang dapat menyebabkan penurunan intensitas nyeri (Pasongli, 2014).

Hal ini didukung oleh penelitian Rejeki S (2014) yang melakukan penelitian tentang tingkat nyeri dan *prostaglandin-E2 (Pg-E2)* pada ibu inpartu kala I dengan tindakan *counterpressure* didapatkan hasil ada penurunan yang signifikan dari fase nyeri persalinan akut yang dilakukan tindakan *counterpressure* ($p=0.000$). Diperkuat oleh penelitian Gumangsari (2014) yang melakukan penelitian tentang pengaruh *massage counterpressure* terhadap penurunan tingkat nyeri haid pada remaja putri di SMA N 2 Ungaran didapatkan hasil dengan analisis uji *t-dependent* dengan ($p=0.000$) artinya ada perbedaan yang signifikan skala nyeri setelah dilakukan *counterpressure*.

Berdasarkan studi pendahuluan di Asrama Rusunawa Putri K. H. Sahlan Rosidji Universitas Muhammadiyah Semarang pada 30 September 2016, diketahui jumlah peserta didik 312 mahasiswa yang terdiri dari berbagai atau kumpulan prodi mahasiswa baru tahun 2016. Setelah dilakukan pengkajian jumlah mahasiswa *dismenorea* yaitu 170 mahasiswa atau 54,48%. Berdasarkan keterangan dari pengurus asrama, terkadang terdapat mahasantrinya yang mengeluh untuk ijin saat ada kegiatan rutinitas di asrama karena *dismenorea*. Bahkan terkadang ada yang meminta obat ke P3K asrama.

Berdasarkan uraian diatas, penulis merasa perlu meneliti tentang pengaruh *counterpressure* terhadap intensitas nyeri pada mahasiswa yang mengalami *dismenorea* di Rusunawa Putri K.H. Sahlan Rosidji Universitas Muhammadiyah Semarang.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah:

Apakah ada pengaruh *counterpressure* terhadap intensitas nyeri *dismenorea* pada mahasiswa di Rusunawa Putri K.H. Sahlan Rosidji Universitas Muhammadiyah Semarang?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui pengaruh *counterpressure* terhadap intensitas nyeri *dismenorea* pada mahasiswa di Asrama Putri K.H. Sahlan Rosidji Universitas Muhammadiyah Semarang.

2. Tujuan Khusus

Penelitian ini bertujuan untuk:

- a. Mendeskripsikan intensitas *dismenorea* sebelum diberikan terapi *counterpressure* pada mahasiswa di Rusunawa Putri K.H. Sahlan Rosidji Universitas Muhammadiyah Semarang.
- b. Mendeskripsikan intensitas *dismenorea* sesudah diberikan terapi *counterpressure* pada mahasiswa di Rusunawa Putri K.H. Sahlan Rosidji Universitas Muhammadiyah Semarang.
- c. Menganalisis perbedaan intensitas *dismenorea* sebelum dan sesudah diberikan terapi *counterpressure* pada mahasiswa di Rusunawa Putri K.H. Sahlan Rosidji Universitas Muhammadiyah Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Mahasiswa

Menambah pengetahuan mahasiswa yang mengalami *dismenorea* untuk mengatasi nyeri dengan manajemen nyeri non farmakologis *counterpressure*.

2. Bagi Peneliti selanjutnya

Informasi yang terdapat dalam penelitian ini dapat dijadikan sumber data dan pengetahuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin meneliti tentang manajemen nyeri non farmakologis.

3. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan referensi untuk pembaca terutama mahasiswa Universitas Muhammadiyah Semarang tentang pengaruh *counterpressure* terhadap intensitas nyeri *dismenorea*.

4. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tenaga kesehatan tentang penanganan nyeri non farmakologis dalam mengelola nyeri *dismenorea* untuk meningkatkan pelayanan kesehatan dan derajat kesehatan yang optimal.

E. Bidang Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam bidang Ilmu Keperawatan Maternitas

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul	Nama Peneliti/ Tahun	Desain Penelitian	Variabel	Hasil Penelitian
1	Pengaruh <i>Massage Counter Pressure</i> terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMA N 2 Ungaran Kabupaten Semarang tahun 2014	Ni Made Gita Gumangsari, 2014	<i>Quasy Experimental</i> (eksperimen semu) dengan pendekatan <i>non equivalent time control grup design</i>	Variabel bebas: <i>Massage Counter Pressure</i> Variabel Terikat: Penurunan Tingkat Nyeri	Terdapat pengaruh yang signifikan <i>Massage Counter Pressure</i> terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMA N 2 Ungaran Kabupaten Semarang tahun 2014, dengan nilai $p=0,000$ ($p<0,05$)
2	Efektifitas <i>Counterpressure</i> terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Kala I Fase Aktif Persalinan Normal di Rumah Sakit Advent Manado	Seri Pasongli, Maria Rantung, Ellen Pesak, 2014	<i>One Grup PreTest-PostTest</i>	Variabel bebas: <i>Counterpressure</i> Variabel terikat: Intensitas Nyeri	Massase <i>Counterpressure</i> efektif dilakukan untuk menurunkan intensitas nyeri kala I fase aktif persalinan normal dengan uji t berpasangan $p=0.000$ ($p<0.05$)
3	Pengaruh <i>Massase Efflurage</i> terhadap Penurunan Intensitas Skala Nyeri <i>Dismenorea</i> pada Siswi kelas IX MTS N 1 Bukittinggi tahun 2014	Siti Nurkhasanah, wiwit Fetrisia, 2014	<i>Quasi Experiment</i> dengan rancangan <i>One Group Pre-test – Post-test Design</i>	Variabel Bebas: <i>Massase Efflurage</i> Variabel Terikat: Intensitas Skala Nyeri	Ada Pengaruh <i>Massase Efflurage</i> terhadap Penurunan Intensitas Skala Nyeri <i>Dismenorea</i> pada Siswi kelas IX MTS N 1 Bukittinggi tahun 2014 dengan nilai $P = 0.000$ ($p = 0,05$),
4	The Development of an Coping Education Program for Menstrual Distress and its evaluation on University women Dysmenorrhoea: Pain Relief strategies among a Cohort of	Nayoung Choi, 2015	<i>Quasi Experiment</i> dengan rancangan <i>One Group Pre-test – Post-test Design</i> Non Experiment dengan tujuan penelitian	Variabel Bebas: Edukasi Koping Variabel terikat: Kesulitan menstruasi dan evaluasi Variabel: Strategi	Program coing education dapat efektif untuk kesulitan menstruasi, pengetahuan koping dan perilaku pada mahasiswa perawat di universitas dengan nilai $t=-3,27$ ($p=0,18$) Temuan menunjukkan bahwa rata-rata usia responden adalah 22

No	Judul	Nama Peneliti/ Tahun	Desain Penelitian	Variabel	Hasil Penelitian
5	Undergraduates in Nigeria	Emmanuel A, Achma G, Gimba SM, Mafuyai MJ, Afoi BB, Ifere I.O, 2013	deskriptif	Nyeri	tahun dan sebagian besar (70,6%) dari responden mengalami sakit sedang atau berat saat menstruasi. Sebuah hipotesis nol diuji pada tingkat signifikan 0,05 menunjukkan bahwa hubungan antara usia dan intensitas nyeri tidak signifikan. Sebagian besar (51%) dari responden melaporkan bahwa dismenorea membatasi kegiatan mereka.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Gumangsari (2014) terletak pada variabel terikatnya yaitu intensitas nyeri. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Pasongli, Rantung dan Pesak (2014) terletak pada tema yang akan diambil atau masalah yang diambil yaitu *dismenorea*. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian Nurkhasanah dan Fetrisia (2014) pada variabel bebasnya yaitu *counterpressure*.

