

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses alami yang terjadi pada remaja perempuan yang ditandai dengan adanya pendarahan teratur setiap bulan. Dalam siklus menstruasi remaja sering mengalami perubahan emosional dan kram perut yang disebut dalam istilah *dysmenorrhea* merupakan nyeri pada saat menstruasi yang ditandai dengan rasa sakit yang tajam (Sam & Kanaan, 2019).

Disminore (Nyeri haid) merupakan salah satu keluhan yang sering dialami wanita muda. Disminore merupakan menstruasi yang disertai rasa sakit yang hebat dan Kram (Kasdu, 2005). Disminore adalah rasa nyeri pada perut bagian bawah selama menstruasi. Rasa nyeri dapat disertai perasaan kram, mual, muntah, diare dan pusing. Disminore merupakan masalah umum dan dapat mempunyai dampak produktivitas wanita menurun, 50 % Wanita yang menstruasi mengalami dismenore dan sekitar 10 % nya mengalami gejala yang hebat sehingga tidak dapat melakukan aktifitas atau harus beristirahat di tempat tidur (Hacker & Moore, 2001).

Menurut World Health Organization (WHO), didapatkan kejadian sebesar 1.769,425 jiwa (90%) wanita mengalami dismenore dan 10%-15% diantaranya mengalami dismenore berat, sehingga mengakibatkan timbulnya keterbatasan aktivitas yang dikeluhkan oleh 15% remaja perempuan yang

mengalami dismenore. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif (Proverawati & Misaroh, 2009). Sedangkan di Jawa Tengah sendiri angka kejadian Dismenore mencapai 56%.

Nyeri haid jika tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan secara farmakologis atau non farmakologis (Anurogo, 2011). Secara farmakologi dengan pemberian obat-obat analgesik. Sedangkan secara nonfarmakologi rasa nyeri haid bisa dikurangi dengan istirahat yang cukup, olah raga yang teratur (terutama berjalan), pijatan, yoga, dan pengompresan dengan air hangat di daerah perut (Manan, 2011).

Pemberian kompres hangat merupakan salah satu tindakan mandiri. Kompres hangat adalah memberikan rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah tertentu (Uliyah & Hidayat, 2009). Pengaruh kompres hangat yang memberikan efek hangat pada bagian tubuh yang dapat menyalurkan oksigen pada pembuluh darah yang ada di uterus sehingga tidak menghambat aliran darah. Pemberian kompres hangat pada daerah tubuh akan memberikan sinyal kehipotalamus melalui sum-sum tulang belakang. Ketika reseptor yang peka terhadap panas hipotalamus di rangsang, sistem efek mengeluarkan sinyal yang memulai

berkeringat dan vasodilatasi perifer. Perubahan ukuran pembuluh darah di atur oleh pusat vasomotor pada medulla oblongata dari tangkai otak, di bawah pengaruh hipotalamik bagian anterior sehingga terjadi vasodilatasi pada pembuluh darah yang nantinya akan meningkatkan aliran darah ke jaringan penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel di perbesar dan pembuangan dari zat-zat diperbaiki yang dapat mengurangi rasa nyeri haid primer yang di sebabkan suplai darah ke endometrium kurang (Indriyani, Sari, & Sarinengsih, 2012).

Ada beberapa penelitian terkait dengan masalah ini diantaranya penelitian yang pernah dilakukan oleh Ulfa Husna Dhirah dan Aris Natri Sutami 2019 tentang Efektifitas Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Dismenore pada remaja putri di SMAS Inshafuddin Banda Aceh tahun 2019, menyatakan bahwa kompres hangat dapat menurunkan nyeri menstruasi (Dismenore) dengan tingkat signifikat $<0,05$. Hal ini diperkuat dengan penelitian yang dilakukan oleh Eka Rahmadhayanti, Rahmalia Afriyani dan Annisa Wulandari 2017 tentang Pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan derajat nyeri haid pada remaja putri di SMA Karya Ibu Palembang 2017, menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang mengalami penurunan dismenore setelah diberikan kompres hangat dengan $p : 0,0001$. Selain itu pula penelitian yang dilakukan oleh Shinta Kristianti, Triatmi Andri Yanuarini dan Lailatul Khusna 2017 tentang Kompres Hangat Aromaterapi Lavender pada remaja putri yang mengalami dismenore di Pondok Pesantren AL-Ma'aruf kota Kediri 2017, menunjukkan bahwa sesudah di berikan kompres hangat aromaterapi lavender sebagian

besar responden mengalami penurunan tingkat derajat nyeri dismenore dengan tingkat signifikat $<0,05$.

Hasil wawancara di Desa Sembung terdapat 3 orang remaja yang mengalami dismenore. Terdapat 2 remaja yang mengalami dismenore mengatasinya dengan istirahat dan 1 orang lainnya mengalami dismenore hanya dibiarkan saja. Sedangkan untuk penanganan dismenore dengan kompres hangat tidak pernah dilakukan.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis merasa tertarik untuk melakukan Pengelolaan Nyeri Dismenore dengan Fokus Intervensi Kompres Hangat di Desa Sembung Cepiring Kendal.

B. Rumusan Masalah

Bagaimanakah Studi Kasus Pengelolaan Nyeri Dismenore dengan Fokus Intervensi Kompres Hangat di Desa Sembung Cepiring Kendal?

C. Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan umum

Untuk menganalisis pengelolaan nyeri dismenore dengan fokus intervensi kompres hangat.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi terjadinya Dismenore pada remaja
- b. Mempelajari pengelolaan kompres hangat
- c. Menganalisis hasil pengelolaan kompres

D. Manfaat Studi Kasus

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan serta menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang nyeri Dismenore

2. Manfaat praktis

a. Bagi Istitusi Pendidikan

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat memberikan masukan dalam melakukan kegiatan belajar tentang kompres hangat mengatasi nyeri dismenore pada remaja.

b. Bagi Masyarakat

Hasil karya tulis ilmiah ini dapat memberikan informasi, ilmu baru dan meningkatkan pengetahuan masyarakat tentang pengelolaan nyeri dismenore.

c. Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil karya tulis ini dapat digunakan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan dalam meningkatkan perhatian terhadap program kesehatan remaja khususnya tentang dismenore.