

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa yang sangat penting pada perkembangan seseorang. Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa pubertas ke masa dewasa. Seseorang dikatakan sudah memasuki masa remaja terletak pada usia 13 sampai 20 tahun. Selama periode ini mereka akan banyak mengalami perubahan baik secara biologis, psikologis, dan sosial budaya. Seiring dengan perkembangan biologis, pada masa ini akan terjadi kematangan organ-organ seksual, yang ditandai dengan datangnya menstruasi pada perempuan (Mazidah, 2022). Masalah yang dapat dialami remaja perempuan setiap bulannya pada saat menstruasi, salah satunya adalah dismenore. Dismenore merupakan salah satu masalah ginekologi yang sering dirasakan oleh remaja putri. Dismenore digambarkan sebagai nyeri menstruasi terjadi terutama di perut bagian bawah, tetapi dapat menyebar hingga ke punggung bagian bawah, pinggang, panggul, paha atas, hingga betis (Husnul Khotimah 2021). Nyeri mulai dirasakan pada beberapa jam sebelum keluarnya darah dari vagina, atau dapat juga dirasakan pada saat awal terjadinya menstruasi dan memuncak seiring dengan banyaknya aliran darah menstruasi selama hari pertama sampai kedua periode menstruasi (Gayatri, 2022). Setiap wanita mengalami pengalaman menstruasi yang berbeda-beda, sebagian wanita yang menstruasi tanpa keluhan, namun ada pula yang mengalami keluhan seperti mual muntah, dismenore, lemah dan

lesu yang dapat menghambat aktivitas. Dismenore menggambarkan keluhan nyeri atau kram perut yang menyakitkan menyebabkan ketidaknyamanan saat melakukan aktivitas fisik. Gejala dismenore setiap perempuan berbeda. Namun tanda dan gejala dismenore paling khas yaitu kram perut bagian bawah, punggung bawah hingga paha. Keluhan ini akan berdampak pada aktivitas sehari-hari baik di sekolah maupun di tempat kerja. Tidak sedikit penderita yang merasakan nyeri berat sehingga terpaksa meninggalkan aktivitasnya untuk beristirahat beberapa jam atau hari. Seringkali penderita mengatasi dismenore dengan mengkonsumsi obat pereda nyeri yang di jual bebas dipasaran tanpa tahu efek samping dari obat tersebut (Sari and Usman 2021).

Angka kejadian dismenore di dunia sangat tinggi. Menurut data WHO didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore dengan 10-15% mengalami dismenore berat. Rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami dismenore (Fibrila, 2023). Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder (Riskesdas, 2023). Berdasarkan data Dinas Kesehatan Kabupaten Sorong Papua Barat 2022 wanita usia 12-19 tahun yang mengalami dismenore jumlahnya yaitu 50-80%, dan cakupan ini masih terbilang tinggi (Dinkes, Kab. Sorong, 2023). Hasil wawancara yang dilakukan peneliti di SMA Guppi Salawati Kabupaten Sorong Papua Barat pada bulan September 2023, dari 10 responden terdapat 7 responden (70%)

yang mengalami dismenore dengan rentan usia 16-17 tahun. Nyeri dirasakan pada bagian perut hingga punggung bawah, merasa lemah, lesu dan memilih beristirahat serta mengkonsumsi obat pereda nyeri.

Secara nonfarmakologi yang dapat dilakukan dengan teknik akupresur. Akupresur dikenal sebagai salah satu metode terapi tradisional china untuk penyembuhan dismenore dengan menggunakan teknik memijat pada titik meridian bagian tubuh tertentu (Sarmanah Anggraini 2022). Akupresur adalah cara pijat berdasarkan ilmu akupunktur atau dapat juga disebut akupunktur tanpa jarum (Natalia et al. 2020). Salah satu titik yang dapat mengatasi dismenore adalah titik sanyinjiao. Titik sanyinjiao atau spleen 6 merupakan titik limpa dimana salah satu fungsi limpa adalah mengurangi nyeri saat haid. Pencegahan nyeri haid bisa dilakukan melalui pemijatan yang dilakukan searah jarum jam sebanyak 30 putaran selama tiga sampai dengan lima menit. Pada pemijatan yang perlu diperhatikan jangan terlalu keras dan membuat pasien kesakitan. Pemijatan yang benar harus dapat menciptakan sensasi rasa (nyaman, pegal, panas, gatal, perih, kesemutan, dan lain sebagainya), apabila sensasi rasa dapat tercapai maka di samping sirkulasi chi (energi) dan xue (darah) lancar, juga dapat merangsang keluarnya hormon endomorfine. Hormon endomorfine adalah sejenis morfin yang dihasilkan dari Pada tubuh untuk memberikan rasa tenang (Khamidah et al. 2022).

Upaya farmakologi pertama yang dapat dilakukan adalah dengan memberikan obat analgetik yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit. Obat-obatan paten yang beredar di pasaran antara lain novalgin, ponstan,

acetaminophen dan sebagainya (Martina Danta Sastriani, Oswati Hasanah, and Sri Wahyuni 2022). Upaya farmakologi kedua yang dapat dilakukan adalah dengan pemberian terapi hormonal. Tujuan terapi hormonal adalah menekan ovulasi, bersifat sementara untuk membuktikan bahwa gangguan yang terjadi benar-benar dismenorea primer. Tujuan ini dapat dicapai dengan memberikan salah satu jenis pil kombinasi kontrasepsi. Selain terapi farmakologi, upaya untuk menangani dismenorea adalah terapi non farmakologi (Hasanah, Yetti, and Wanda 2021). Terapi nonfarmakologi merupakan terapi alternatif-komplementer yang dapat dilakukan sebagai upaya menangani dismenorea tanpa menggunakan obat-obatan kimia. Tujuan dari terapi non farmakologi adalah untuk meminimalisir efek dari zat kimia yang terkandung dalam obat. Penanganan nyeri secara nonfarmakologi terdiri dari: terapi es dan panas, penjelasan dan nasehat, herbal, relaksasi. Pengobatan nonfarmakologi pada dismenorea dapat dilakukan berbagai cara seperti kompres hangat, masase, latihan fisik, dan terapi relaksasi seperti terapi akupunktur dan terapi akupresur (Julianti, Hasanah, and Erwin 2022). Pengobatan nonfarmakologi dapat dilakukan berbagai cara seperti kompres hangat, massage, latihan fisik, dan terapi relaksasi seperti terapi akupunktur dan terapi akupresur. Terapi akupresur secara empiris terbukti dapat membantu produksi hormon endorfin pada otak yang secara alami dapat membantu menawarkan rasa sakit saat menstruasi. Hal ini perlu diperhatikan, apabila tidak dilakukan tindakan yang tepat akan menyebabkan

ketidaknyamanan saat aktivitas fisik sehari-hari (Fibrila, Ridwan, and Widiyanti 2023).

Berdasarkan fenomena diatas maka peneliti terdorong untuk melakukan penelitain dengan judul “**Gambaran Dismenore Pada Remaja Putri di SMA Guppi Salawati Kecamatan Salawati Kabupaten Sorong Papua Barat**”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka Pada penelitian ini rumusan masalahnya adalah :

Bagaimana Gambaran Dismenore Pada Remaja Putri di Sma Guppi Salawati Kecamatan Salawati Kabupaten Sorong Papua Barat?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

Untuk mengetahui Gambaran Dismenore Pada Remaja Putri di Sma Guppi Salawati Kecamatan Salawati Kabupaten Sorong Papua Barat .

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Teoritis**

#### **1. Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini akan kami manfaatkan untuk tambahan informasi dan tambahan pengalaman kami selama penyusunan tugas akhir, dengan melakukan penyusunan

#### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan referensi Pada penelitian selanjutnya, karena teori yang digunakan adalah teori dari jurnal dan beberapa buku yang dapat dipakai rujukan untuk mengambil

keterangan teoritis tentang penanganan disminore menggunakan teknik non farmakologi.

#### 1.4.2 Praktis

##### 1. Bagi responden

Setelah membaca penelitian ini diharapkan responden dapat mengerti dan memahami bagaimana cara pengobatan saat disminorea, dengan cara pengobatan non farmakologi.

##### 2. Bagi Pihak Sekolah

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan sosialisasi tentang nyeri disminore pada siswa khususnya siswa putri yang notabnya mengalami disminorea agar siswa saay mengalami disminore dapat cepat tertangani dan tidak mengganggu aktivitas disekolah.

