

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenorrhea sering kali menyerang sebagian besar perempuan. Dismenorrhea merupakan gejala, bukan penyakit yang berupa nyeri dibagian perut bawah. Dapat dirasakan sampai seputar panggul dan sisi dalam paha. Nyeri terasa pada hari pertama dan hari kedua. Gejala lainnya ketidak stabilan emosi, sakit kepala, tidak bergairah, dan nafsu makan menurun. Gejala fisik yang paling umum adalah ketidak nyamanan, nyeri, dan berkembang di daerah perut, rasa tertekan pada daerah kemaluannya dan disminore (Benson, 2009). Pada saat menstruasi terbagi keluhan atau masalah yang biasanya dialami seorang wanita namun masalah terbanyak adalah rasa tidak nyaman atau nyeri yang hebat, hal ini biasanya disebut disminore atau nyeri haid (Proverawati dan Misaroh, 2009).

Salah satu cara untuk mengurangi nyeri pada saat disminore secara non-farmakologi antara lain dengan teknik pemberian kompres air hangat dan dingin. Akan tetapi banyak remaja yang masih belum menggunakan teknik tersebut untuk dapat mengurangi nyeri yang dirasakan, hal ini terjadi karena mereka masih belum memahami tentang pelaksanaan pemberian kompres air hangat dan dingin, serta belum pernah ada yang mengajarkan mereka melaksanakan teknik relaksasi kompres hangat dan dingin.

Klien melaporkan prevalensi disminore di Amerika Serikat mencapai 59,7%. Mereka yang mengeluh nyeri, 12% berat, 37% sedang, dan 49% ringan. Studi ini melaporkan bahwa disminore menyebabkan 14% remaja sering tidak masuk sekolah (Sulistyo, 2013). Angka kejadian nyeri menstruasi sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan angka kejadian nyeri menstruasi sangat besar rata-rata lebih dari 50% distiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Indonesia angka kejadian prevalensi nyeri menstruasi bersekitar 55% di kalangan usia produktif di Amerika Serikat, klien melaporkan prevelensi disminore mencapai 59,7% dan di Swedia skitar 75% angka kejadian menstruasi berkisar 45-90% di kalangan wanita usia produktif dengan upaya penanganan disminore dilakukan 51,2% dengan terapi obat, 25% dengan relaksi 24,7% dengan distraksi atau penglihatan nyeri (Diati., 2008). Angka kejadian disminore di Jawa Timur mencapai 56% walaupun pada umumnya tidak berbahaya namun dirasakan mengganggu bagi wanita yang mengalaminya.

Menurut keterangan siswi di MTsN 3 Jombang Kec. Jombang Kota, Kab. Jombang bahwa di sekolah tersebut setiap bulanya selalu ada siswi ke UKS dan izin tidak mengikuti proses belajar karena mengalami disminore. Dan ada sebagian siswi yang mengalami disminorea masih ikut proses belajar di sekolah, akan tetapi siswi tersebut tidak dapat berkonsentrasi karena nyeri yang di rasakan. Jumlah siswi yang mengalami desminorea rata-rata perbulan sebanyak 62 siswi sekitar 6,65 %. Berdasarkan wawancara dengan 32 siswi (3,43 %) diantaranya mengatakan upaya penanganan disminore yang dilakukan adalah dengan mengoleskan minyak kayu putih pada daerah yang nyeri dan beristirahat serta

menunggu sampek nyeri yang dirasakan sampek hilang. Dan 30 siswi lainnya (3,22%) mengatakan minum obat analgesik seperti asam mefenamat, dan sebagian lagi hanya membiarkan tidak pernah melakukan penanganan karena terbatas mengenai informasi tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang menstruasi dan permasalahan, yaitu disminore.

Nyeri disminore jika tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan terapi secara farmakologis atau non farmakologis (Ningsih, 2011). Kompres hangat adalah pemberian rasa hangat untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau mbebaskan nyeri, mengurangi atau mencegah sepasme otot memberikan rasa hangat pada daerah tertentu (Wibowo, 2004). Manfaat pemberian kompres hangat untuk meningkatkan suhu kulit local, melancarkan sirkulasi darah menstimulasi pembuluh darah, mengurangi sepasme otot dan meningkatkan ambang nyeri, menghilangkan sensasi rasa nyeri, serta memberikan ketenangan dan kenyamanan (Sekim, 2007). Dalam kondisi rileks, tubuh menghentikan produksi hormone adrenalin dan semua hormon yang diperlakukan saat kita stress. Oleh karena hormone seks estrogen dan progesteron serta hormone setres adrenalin, diproduksi dari blok bangunan-bangunan kimiawi yang sama. Ketika kita mengurangi stres, berarti kita juga telah mengurangi produksi kedua hormone seks tersebut, dengan demikian kita dapat melihat pentingnya relaksasi untuk memberikan kesempatan bagi tubuh memproduksi hormon yang penting untuk mendapatkan haid tanpa rasa nyeri.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan perjalanan pada latar diatas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Adakah Perbandingan Efektivitas Kompres Hangat dan Dingin Terhadap Disminorhea pada Siswi MTsN 3 Jombang, Kabupaten Jombang, Tahun 2019?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui perbandingan efektivitas kompres hangat dan dingin pada disminorhea pada siswi MTsN 3 Jombang Kabupaten Jombang tahun 2019.

1.3.2 Tujuan khusus

1. Mengidentifikasi skala nyeri disminorhea sebelum dan sesudah diberikan kompres hangat pada siswi MTsN 3 Jombang Kabupaten Jombang tahun 2019.
2. Mengidentifikasi skala nyeri disminorhea sebelum dan sesudah diberikan kompres dingin pada siswi MTsN 3 Jombang Kabupaten Jombang tahun 2019.
3. Menganalisis efektifitas kompres hangat dan kompres dingin terhadap penurunan disminore pada siswi MTsN 3 Jombang Kabupaten Jombang tahun 2019.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai masukan dan informasi dalam rangka pengembangan program misalnya penyuluhan kepada masyarakat mengenai kompres hangat dan dingin dalam menurunkan skala disminorhea.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Memberikan informasi mengenai manfaat yang didapat dari kompres hangat dan dingin sebagai peredaran rasa nyeri untuk meningkatkan nyeri disminorhea.

1.4.3 Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman tentang kegunaan kompres hangat dan dingin sebagai terapi non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri disminorhea. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya terkait terapi non farmakologi dalam mengurangi nyeri disminorhea.

1.4.4 Bagi Peneliti Berikutnya

Penelitian ini dapat menjadi bahan referensi bagi peneliti selanjutnya tentang terapi lain untuk mengurangi nyeri disminorhea menggunakan kompres hangat dan dingin.