

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Keadaan saat ini banyak remaja putri mengalami disminore, yang sering menyebabkan remaja putri pergi kedokter untuk konsultasi, tapi mereka memilih pengobatan instan seperti mengkonsumsi obat-obatan untuk meredakan nyeri, apabila setiap bulan nya terus menerus mengonsumsi obat-obatan tersebut tidak baik karena akan menjadi ketergantungan, dan mereka juga mengatakan bahwa rasa nyeri haid ini sangat mengganggu aktivitas sehari-hari pada remaja, seperti mereka tidak pergi ke sekolah, aktivitas belajar dalam pembelajaran terganggu, sulit berkonsentrasi karena nyeri yang dirasakan serta tidak menjalankan aktivitas sehari-hari seperti biasanya.

Dampak yang terjadi jika dismenorea tidak ditangani adalah gangguan aktifitas hidup sehari-hari, seperti pusing, sakit kepala, kram karena kontraksi otot-otot halus pada rahim, merasa letih dan lemas, selain itu juga ada yang mengalami kemarahan tak berujung pangkal, depresi, ketegangan, dan kegelisahan. Ada juga dampak lainnya seperti, Retrograd menstruasi (menstruasi yang bergerak mundur), infertilitas (kemandulan), kehamilan ektopik, kista, dan infeksi (Andrews, 2009).

Menurut data dari WHO (*world health organization*) pada tahun 2012 didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami dismenore dengan 10-15% mengalami dismenore berat. Di Amerika serikat angka persentase terjadinya dismenore pada remaja sekitar 60% dan diswednia

sebesar 72%. Berdasarkan data angka kejadian dismenore di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi.

Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari dismenore primer sebesar 54,89% dan dismenore sekunder 9,36%. Karena kondisi di Indonesia banyak perempuan yang mengalami dismenore tidak melaporkan dirinya ke dokter atau tenaga kesehatan sehingga pendataan tentang dismenore tidak bisa diklasifikasikan. Rasa meremehkan inilah yang menyebabkan penderita penyakit tertentu sampai saat ini belum bisa dipastikan secara mutlak (Dito Anu'rogo, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian sentra kawala muda lampung (SKALA) bekerja sama dengan crisis children center (CCC) tahun 2014 terhadap 300 remaja putri didapati 224 orang (74,6%) remaja mengatakan sering mengalami gejala nyeri perut pada saat menjelang dan menstruasi berlangsung. Dari 224 remaja tersebut 127 orang (56,7%) mengalami nyeri dismenore dan 97 orang (43,3%) mengalami nyeri premenstruasi sindrom (SKALA & CCC, 2014).

Hasil survey perkumpulan keluarga berencana Indonesia (PKBI) cabang Tanggamus 2012, Disminore merupakan urutan pertama keluhan yang sering dialami wanita, sebesar 65,3% selain siklus menstruasi yang tidak teratur, prevalensi disminore lebih tinggi dari kelompok usia remaja 10-20 tahun sebesar 71,4%.

Berdasarkan hasil Penelitian yang dilakukan Mariza Elvira (2017) dengan judul pengaruh pijat endorphine terhadap skala nyeri pada siswi SMA

yang mengalami disminore, Hasil penelitian ini didapatkan  $p = 0,004$  ( $p < 0,05$ ), artinya ada perbedaan signifikan antara pijat endorphine terhadap skala nyeri disminore. kemudian penelitian yang dilakukan oleh andriyan kurnia pangastuti (2011), dengan judul pengaruh massage terhadap nyeri haid pada remaja, terdapat pengaruh signifikan tingkat nyeri haid antara sebelum diberikan massage dengan sesudah diberikan massage. Pemberian massage dapat menurunkan tingkat nyeri haid.

Penelitian yang dilakukan oleh asri rahayu (2017) dengan judul pengaruh endorphine massage terhadap rasa sakit disminore pada mahasiswi, Hasil penelitian menunjukkan bahwa nyeri disminore sebelum diberikan endorphine massage ada pada kategori nyeri sedang yaitu sebanyak 21 orang (55,3%). Nyeri setelah diberikan endorphine massage ada pada kategori nyeri ringan yaitu sebanyak 22 orang (57,9%) hasil tersebut menunjukkan bahwa endorphine massage dapat menurunkan nyeri disminore.

Dysmenorrhea merupakan suatu fenomena simtomatik meliputi nyeri abdomen, kram dan sakit punggung. Gejalanya seperti mual dan diare dapat terjadi sebagai gejala dari menstruasi. Disminore juga merupakan masalah terbesar bagi remaja putri, nyeri dapat diatasi dengan berbagai alternatif, bukan hanya farmakologis, tetapi non farmakologis juga. Secara farmakologis dapat diatasi dengan obat-obatan analgesik, sedangkan secara non farmakologis dapat diatasi dengan bimbingan antisipasi, kompres panas dan dingin, stimulasi saraf elektrik . transkutan (TENS), distraksi, relaksasi, imajinasi terbimbing, hipnosis, akupuntur, umpan balik biologis, dan endorphine massage.

Endorphine massage merupakan teknik sentuhan serta pemijatan ringan, yang pertama kali dikembangkan oleh constance palinsky yang digunakan untuk mengelola rasa sakit. Teknik ini dapat menormalkan denyut jantung dan tekanan darah,serta meningkatkan kondisi rileks dan nyaman. Riset membuktikan bahwa teknik ini meningkatkan pelepasan endorphine dan oksitosin (Aprillia,2011). Endorphine massage juga merupakan salah satu metode non farmakologis yang dianggap efektif dalam menurunkan nyeri/rasa sakit,karna endorphine adalah hormone yang alami yang diproduksi oleh tubuh manusia maka dari itu endorphine adalah penghilang rasa sakit yang terbaik.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan di tiga sekolah yaitu SMAN 1 Gunung Alip didapat angka kejadian disminore sebesar (34 %) yaitu 19 siswi yang mengalami disminore dari 55 Siswi, di SMAN 1 Air Nanningan terdapat (32 %) yaitu 20 siswi yang mengalami disminore dari 62 siswi, dan di SMAN 1 Talang Padang didapatkan angka kejadian dismenore paling besar sebanyak (43 %) yaitu 90 siswi yang mengalami dismenore dari 211 siswi.

Data dari UKS terdapat sebanyak (40%) yaitu 8 siswi dari 20 siswi kelas XII yang berobat ketika mengalami disminore.Hampir (50%) siswi kelas XII di SMA N 1 Talang Padang mengalami nyeri pada saat menstruasi.Kebanyakan dari siswi yang mengalami disminore mengaku pernah sampai tidak masuk sekolah atau memilih beristirahat di UKS saat mengalami disminore. Berdasarkan paparan diatas peneliti tertarik untuk meneliti “ Pengaruh Endorphine Massage terhadap penurunan dismenore

pada remaja putri di kelas XII di SMA N 1 Talang Padang 2020.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan data diatas,terdapat sebanyak (43 %) yaitu 90 siswi yang mengalami dismenore dari 211 siswi di SMA N 1 Talang Padang. Rumusan masalah dari penelitian ini adalah Adakah Pengaruh Endorphine Massage terhadap Penurunan Dismenore pada remaja putri kelas XII di SMAN 1 Talang Padang 2020?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Diketahui Pengaruh Endorphine Massage terhadap Penurunan Dismenore pada remaja putri kelas XII di SMAN 1 Talang Padang 2020.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat nyeri haid (*disminore*) sebelum Endorphine Massage pada remajaputri kelas XII di SMA N 1 Talang Padang 2020
- b. Diketahui tingkat nyeri haid (*disminore*) setelah Endorphine Massage pada remaja putri kelas XII di SMA N 1 Talang Padang 2020
- c. Diketahui pengaruh Endorphine Massage terhadap penurunan dismenore pada remaja putri kelas XII di SMA N 1 Talang Padang 2020

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Teoritis

Sebagai bahan informasi bagi tenaga kesehatan maupun mahasiswa, dan sebagai sumber informasi bagi para remaja agar lebih mengetahui tentang nyeri haid (disminorea) serta pengenalan tentang cara mengatasi nyeri haid dengan endorphine massage..

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Instansi pendidikan

Sebagai salah satu bahan acuan untuk menambah referensi dalam bidang kesehatan reproduksi wanita dan di jadikan bacaan bagi mahasiswa.

#### b. Bagi SMA N 1 Talang Padang

Sebagai salah satu tambahan informasi dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan menjadi bahan agar remaja putri di SMA 1 Talang Padang dapat mengetahui cara mengatasi disminorea dengan endorphine massage bagi remaja putri.

#### c. Bagi Peneliti

Sebagai sarana pengembangan ilmu dan mendapatkan pengalaman dalam melaksanakan penelitian serta dapat di diterapkan dalam ilmu kesehatan khususnya manajemen nyeri secara non-farmakologis untuk menurunkan dismenore.

#### d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai salah satu bahan acuan untuk memperdalam pengetahuan tentang endorphine massage dalam mengatasi nyeri haid (dismenorea) dan sebagai pengembangan penelitian lebih lanjut tentang mengatasi nyeri haid dengan cara non farmakologi dalam bidang kesehatan reproduksi wanita.

#### **E. Ruang Lingkup**

Penelitian ini dilakukan di SMA N 1 Talang Padang pada anak remaja yang mengalami dismenore. Penelitian ini menggunakan metode *Pre ekperiment* dengan rancangan *One group pretest-posstest*. Subjek yang digunakan adalah remaja putri kelas XII yang mengalami dismenore. dengan topik penelitian pengaruh Endorphine Massage, Objek penelitian ini adalah terhadap penurunan dismenore. penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Endorphine Massage terhadap penurunan dismenore pada remaja putri kelas XII di SMA N 1 Talang Padang 2020.