

BAB V

PEMBAHASAN

Hasil pengkajian oleh penulis dilakukan pada saat ibu datang ke TPMB Linda Timor Ynti, S.Tr. Keb, Bdn. pada tanggal 26 Maret 2025 pukul 14.00 WIB. Nn. M datang ke klinik dengan keluhan merasa nyeri pada perut bagian bawah, Nyeri punggang, nyeri pada payudara, lemas, mual setiap kali menstruasi hari pertama sampai hari ketiga. Hasil pemeriksaan tanda-tanda vital dalam batas normal dan pemeriksaan menggunakan *Skala Nyeri Numeric Rating Scale* didapati pasien mengalami disminore primer dengan Tingkat nyeri (6).

Salah satu faktor penyebab dismenorea adalah akibat tingginya jumlah prostaglandin dalam endometrium sehingga menyebabkan kontraksi miometrium dan menyebabkan pembuluh darah menyempit iskemia menyebabkan nyeri (Kurniati, 2019). Hormon Prostaglandin secara langsung mengatur inflamasi pada jaringan uterus yang menyebabkan dismenorea . Prostaglandin mengirim sinyal yang menyebabkan otot polos termasuk otot polos pembuluh darah berkontraksi dan berrelaksasi. Prostaglandin meningkatkan aktivitas uterus dan menyebabkan efek perangsang nyeri pada serabut saraf terminal.

Prostaglandin meningkatkan aktivitas uterus dan menyebabkan efek perangsang nyeri pada serabut saraf terminal. Peningkatan kadar Prostaglandin dan peningkatan sensitivitas miometrium menghasilkan tekanan intrauterin sampai 400 mmHg, menyebabkan kontraksi miometrium yang intens. Berdasarkan hal tersebut, disimpulkan bahwa Prostaglandin yang diproduksi uterus berperan dalam menimbulkan hiperaktivitas miometrium. Kontraksi miometrium yang disebabkan oleh Prostaglandin akan mengurangi aliran darah, sehingga megakibatkan iskemia sel miometrium sehingga menimbulkan nyeri seperti kram yang sering disebut dengan nyeri dismenorea (Wahyuni et al., 2024).

Riwayat mestruasi terhadap kondisi pasien dengan disminore primer, pasien selalu merasakan nyeri haid saat menstruasi, kurangnya mengkonsumsi sayur, Tidur tidak teratur, jarangnya minum tablet fe dan nyeri yang dirasakan biasanya berlangsung selama tiga hari. Oleh karena itu perencanaan asuhan yang diberikan adalah edukasi mengenai mengkonsumsi makanan yang sehat, edukasi konsumsi

tablet fe, edukasi aktifitas fisik seperti olahrga, isitahat yang cukup, dan pemberian kompres hangat jahe merah.

Penulis kemudian menilai dengan lembar NRS pada Nn. M untuk menilai intensitas nyeri yang sedang dirasakan oleh Nn. M, sehingga penulis mengetahui posisi dimana dan batas intensitas nyeri yang dialami Nn. M. Apakah termasuk kategori nyeri ringan, nyeri sedang atau nyeri berat. Nn. M mengatakan rasa nyeri saat menstruasi mulai mengganggu aktivitas dan perlu mendapat perhatian.

Pelaksanaan asuhan kebidanan yang dilaksanakan pada Nn. M tanggal 26 maret 2025 sampai 28 maret 2025 khususnya untuk meningkatkan kesadara pasien akan pentingnya menerapkan pola makan sehat berdasarkan dengan isi piringku untuk menjaga keseimbangan hormonal. Edukasi pentingnya konsumsi tablet fe agar pasien tidak mudah terserang anemia. Anjurkan pasien untuk melakukan aktifitas fisik seperti olahraga ringan karena tubuh melepaskan hormon endorphin yang mengurangi rasa sakit yang dirasakan. Memberikan kompres hangat jahe merah, karena Jahe merah merupakan salah satu obat alternatif untuk menurunkan dismenore karena jahe sama ektifnya dengan asam mefenamat dan ibuprofen (Arisandy dkk., 2023).

Menurut penelitian Apriyanti (2024) Kompres jahe dapat meredakan rasa sakit selain itu juga kompres jahe adalah salah satu terapi Pereda nyeri karena di dalam jahe terkandung zat alami yaitu oleoresin yang terdiri dari zingeron, gingerol, dan shogaol. Jahe memiliki sifat anti inflamasi dan antioksidan yang tinggi sehingga proses biokimia dalam tubuh untuk meredakan inflamasi selain itu jahe memiliki rasa panas, hangat dan aromatik yang membuat pembuluh darah melebar sehingga meningkatkan efek nyeri dan relaksasi otot yang kemudian menghilangkan sensasi nyeri.

Setelah melakukan infom consent dengan pasien, pasien mengatakan bersedia untuk melakukan kompres hangat jahe merah pada perut yang terasa nyeri. Setelah itu, mempersiapkan alat dan bahan, kemudian mulai mengajari pasien melakukan kompres hangat jahe merah selama 20 menit. Menganjurkan pasien untuk melakukan kompres hangat jahe merah pada saat nyeri haid.

Pada kunjungan pertama Nn. M mengatakan bahwa ia merasakan nyeri perut bagian bawah, nyeri punggung, nyeri pada payudara, mual, terasa lemas, kemudian dilakukannya kompres hangat jahe merah selama 20 menit sehingga didapati penurunan skala nyeri dari skor 6 menjadi 5.

Pada kunjungan ke dua melakukan evaluasi kunjungan pertama dengan hasil nyeri disminore sudah berkurang, Nn. M mengatakan nyeri disminore yang dirasakan telah berkurang stelah melakukan kompres hangat jahe merah selama 20 menit, Nn. M tidak mengalami kesulitan dalam melakukan kompres hangat jahe merah Nn. M senang dan tertarik untuk melakukan kompres hangat jahe merah Kembali. Kemudian menganjurkan Nn. M untuk melakukan kompres hangat jahe merah pada perut yang terasa nyeri serta melakukan olahraga ringan, istirahat yang cukup, dan mengkonsumsi tablet fe sehingga pada kunjungan ke dua di dapati penurunan skala nyeri dari skor 5 menjadi 4.

Pada kunjungan ketiga melakukan evaluasi pada kunjungan kedua dengan hasil nyeri pada perut dan punggung yang dirasakan sudah teratasi dan sudah bisa melakukan aktivitas dengan baik. Pada hari ke tiga dilakukan kompres hangat jahe merah Kembali selama 20 menit selain itu Nn. M juga melakukan olahraga ringan, meminum tablet fe, dan cukup istirahat sehingga pada kunjungan ke tiga ini di dapati penurunan skala nyeri dari skor 4 menjadi 2.

Penulis melakukan penatalaksanaan penggunaan kompres hangat jahe merah terhadap Nn. M selama 3 hari dengan setiap kunjungannya Nn. M melakukan kompres hangat jahe merah pada area perut yang terasa nyeri selama kurang lebih 20 menit lalu penulis melakukan penilaian intensitas disminore dengan lembar observasi skala nyeri numerik. Dari hasil penerapan selama 3 hari tersebut didapatkan, pada kunjungan pertama nyeri punggung skala nyeri 6, deskripsi nyeri sedang karena Nn. M mengatakan rasa nyeri pada area punggung, perut, payudara, mual, dan lemas mulai mengganggu aktivitas dan perlu mendapat perhatian. Nn. M diminta untuk melakukan kompres hangat jahe merah secara rutin kurang lebih selama 20 menit selama 3 hari. Dilakukan penerapan hari pertama kompres hangat jahe merah nyeri disminore di batas skor 5, kemudian dilakukan Kunjungan kedua untuk mengevaluasi hasil kompres hangat jahe merah dalam waktu 2 hari yaitu di dapat nyeri disminore di batas skor 4 deskripsi nyeri

ringan dalam skala ukur numerik yaitu Nn. M mengatakan nyeri perut masih sedikit mengganggu, tetapi masih bisa menjalani aktivitas sehari-hari. pada Kunjungan ketiga, yaitu di hari ke 3 di dapat evaluasi nyeri disminore yang di alami di batas skor 2 deskripsi nyeri ringan dalam skala numerik yaitu Nn. M mengatakan nyeri perut hampir tidak terasa tetapi tidak mengganggu aktivitas, Nn. M sudah bisa mengerjakan aktivitas dengan normal. hasil evaluasi melakukan kompres hangat jahe merah dari hari ke 1–3 didapati penurunan selama 3 hari 1 skor. Dapat disimpulkan Nn. M mengalami penurunan nyeri dalam setiap rentan waktu 3 hari yaitu 1 skor. Hasil penelitian yang telah dideskripsikan diatas diperoleh bahwa skala tingkat nyeri Nn. M sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat jahe merah di PMB Linda Timor Yanti, S.Tr.Keb Bdn., pada kondisi sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah skala nyeri disminore pada Nn. M sebesar 6 dengan deskripsi nyeri sedang setelah dilakukan intervensi selama 3 hari sehingga skala nyeri mengalami penurunan menjadi 2 dengan deskripsi nyeri ringan.

Dengan dilakukan asuhan ini telah sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Napu, dkk (2023) setelah dilakukan terapi kompres air jahe terdapat 35 responden, dismenorea setelah pemberian terapi kompres air jahe terbanyak tidak ada nyeri sebanyak 23 remaja sedikit nyeri sebanyak 9 remaja, nyeri sedang sebanyak 2 remaja sedangkan nyeri berat 1 remaja. Hasil setelah pemberian terapi kompres air jahe menunjukkan bahwa dismenorea sebelum dan sesudah menggunakan uji statistik *Wilcoxon* dengan tingkat kepercayaan 95% ($\alpha = 0.005$) terdapat perbedaan yang ditunjukkan dengan nilai sig $0.000 < 0.05$. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima yang berarti ada pengaruh nyeri dismenorea primer sebelum dan sesudah terapi kompres air jahe terhadap penurunan dismenorea pada remaja.

Berdasarkan dari ketiga kunjungan yang telah dilakukan penulis terhadap Nn. M, dapat disimpulkan bahwa pemberian kompres hangat jahe merah dapat mengurangi rasa nyeri disminore, dengan membuktikan berkurangnya nyeri disminore melalui skala nyeri. Pada kasus ini tidak ditemukan kesenjangan antar teori dan praktik. Oleh karena itu, penulis menyarankan kepada tenaga Kesehatan bahwa kompres hangat jahe merah dapat digunakan sebagai salah satu terapi untuk menurunkan nyeri disminore.