

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu hal yang sering dialami perempuan dalam bidang ginekologi adalah dismenorea (Bakhtshirin, *et al.*, 2019). Dismenorea atau nyeri haid adalah gejala yang sering dialami oleh remaja putri maupun wanita muda pada saat menstruasi (Gerancher, 2018). Dismenorea dibagi menjadi dua, yaitu dismenorea primer yang merupakan nyeri haid tanpa adanya penyakit organ reproduksi, dan dismenore sekunder yang dikarenakan adanya kelainan ginekologi (Ra & Al-sheikh, 2018). Prevalensi angka kejadian dismenorea bervariasi, namun diperkirakan antara 50% hingga 90% wanita mengalami dismenorea (Gerancher, 2018). Dari hasil penelitian, di Indonesia angka kejadian dismenorea mencapai 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenora primer dan 9,36% dismenorea sekunder (Devi, 2018).

Dismenorea memiliki dampak dalam berbagai aspek kehidupan, antara lain terganggunya kehidupan sosial dengan keluarga dan teman, pekerjaan, aktivitas fisik, dan juga sekolah (Tridenti & Vezzani, 2018). Banyak remaja mengatakan terganggunya kegiatan sehari-hari mereka, seperti olahraga, kegiatan sosial, bahkan sampai tidak masuk sekolah akibat dismenorea yang mereka rasakan (Bitzer, 2015). Diperkirakan 30-60% remaja putri yang mengalami dismenorea 7-15% dari mereka tidak pergi ke sekolah atau bekerja karena mengalami nyeri haid (Devi, 2018).

Menurut Smith, (2018) dismenorea dapat diatasi dengan beberapa cara yaitu, farmakologi (NSAID, terapi hormon, dan terapi farmakologi lainnya), terapi non-farmakologi (kompres hangat, *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*, mengonsumsi sayuran, yoga, obat herbal, pijatan), serta operasi bedah. Terapi farmakologi menggunakan NSAID dan pil kombinasi paling sering digunakan untuk mengatasi dismenorea. Namun, konsumsi NSAID memiliki efek samping meningkatkan risiko kejadian trombotik kardiovaskuler dan gangguan saluran pencernaan seperti meningkatkan risiko perdarahan, ulserasi, dan perforasi lambung (Smith, 2018), sehingga perlu dilakukan alternatif terapi non farmakologi.

Beberapa penelitian telah dilakukan terkait alternatif terapi untuk mengatasi dismenorea. Rahnama *et al.*, (2012), mengemukakan bahwa terdapat perbedaan rasa nyeri yang signifikan pada remaja yang mengalami dismenorea setelah diberikan kapsul berisi 50 mg serbuk jahe. Hasil penelitian lain menemukan bahwa dengan mengonsumsi 40 mg coklat hitam bubuk perhari selama 3 hari pertama menstruasi dapat menurunkan tingkat dismenorea (Maharani, Pramono, & Wahyuni, 2017). Penelitian lain yang dilakukan oleh (Wagito, *et al.*, 2011) menunjukkan bahwa mengonsumsi vitamin E juga efektif untuk menurunkan tingkat dismenorea. Meskipun beberapa penanganan tersebut efektif untuk menurunkan dismenorea, namun hal tersebut kurang terjangkau bagi remaja karena diperlukan biaya untuk membeli atau sekedar untuk membuatnya. Sehingga, diperlukan penanganan lain yang lebih terjangkau dan efektif bagi remaja untuk mengatasi dismenorea, salah satunya yaitu dengan melakukan pijatan.

Pijatan dipercaya dapat meningkatkan aliran darah dan getah bening, mengurangi stres, dan merilekskan otot-otot yang berkontraksi (Azima *et al.*, 2015).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh (Baroroh, 2011), terdapat penurunan intensitas nyeri dismenorea yang signifikan pada subjek penelitian setelah diberikan *effleurage massage* selama 10 menit. Agustina (2016), membuktikan bahwa *effleurage massage aromatherapy jasmine* dapat menurunkan nyeri dismenorea, dari 15 orang (75%) yang merasakan nyeri sedang dan 5 orang (25%) merasakan nyeri berat, menjadi 11 orang (55%) dengan nyeri sedang dan 9 orang (45%) dengan nyeri ringan setelah diberikan perlakuan. Penelitian di Iran yang dilakukan oleh Bakhtshirin, *et al.*, (2019), mengemukakan bahwa subjek penelitian yang mereka teliti mengalami penurunan rata-rata intensitas dismenorea dari 7.36 menjadi 3.55, setelah diberikan *effleurage massage* dengan aroma terapi lavender.

Metode massage lain untuk menangani dismenorea adalah dengan *kneading*. Sumiati *et al.*, (2017), sebanyak 30 siswi yang mengalami dismenorea, dari 76,7% yang merasakan nyeri sedang dan 23,3% merasakan nyeri ringan menjadi 6,7% mengalami nyeri sedang dan 73,3% mengalami nyeri ringan setelah dilakukan *kneading massage*, sisanya tidak mengalami nyeri. *Effleurage* dan *kneading massage* terbukti dapat menurunkan tingkat nyeri dismenorea, namun efek kombinasi *effleurage* dan *kneading massage* belum diketahui secara pasti terhadap intensitas dismenorea pada remaja.

Berdasarkan ulasan tersebut di atas, perlu dilakukan penelitian untuk mengetahui pengaruh kombinasi *effleurage* dan *kneading massage* terhadap intensitas dismenorea pada remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada perbedaan pengaruh *effleurage*, *kneading*, dengan kombinasi *effleurage* dan *kneading massage* terhadap intensitas dismenorea pada remaja?

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh *effleurage*, *kneading*, dengan kombinasi *effleurage* dan *kneading massage* terhadap intensitas dismenorea pada remaja.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi intensitas dismenorea sebelum dan sesudah diberikan *effleurage*, *kneading*, dan kombinasi *effleurage* dan *kneading massage*
2. Menganalisis perbedaan pengaruh *effleurage*, *kneading*, dan kombinasi *effleurage* dan *kneading massage* terhadap intensitas dismenorea

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Dengan mengetahui pengaruh kombinasi *effleurage* dan *kneading massage* dapat menambah informasi bagi remaja mengenai cara lain untuk mengatasi dismenorea serta dapat dijadikan bahan kajian penelitian selanjutnya sebagai pengembangan ilmu pengetahuan khususnya di bidang kesehatan reproduksi remaja.

1.4.2 Praktis

1. Bagi Peneliti

Dapat menambah ilmu pengetahuan tentang cara lain yang lebih mudah, efisien, dan terjangkau untuk mengatasi dismenorea serta mengaplikasikan ilmu yang sudah didapat

2. Bagi Institusi

Dapat menjadi salah satu literatur pendukung untuk penelitian lebih lanjut dan bahan pertimbangan penelitian sejenis.

3. Bagi Subjek Penelitian

Memberikan pengetahuan baru bagi remaja putri bahwa ada cara lain yang lebih terjangkau, mudah dilakukan, hasil yang efektif, dan dengan efek samping yang sangat rendah untuk mengatasi dismenorea.

1.5 Risiko Penelitian

Penelitian ini tidak memiliki risiko yang dapat merugikan atau membahayakan subjek penelitian, baik risiko fisik, sosial, ekonomi, maupun psikologis.