

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar belakang

Masa remaja merupakan masa perkembangan dan transisi antara masa anak-anak menuju masa dewasa yang meliputi : perkembangan fisik, intelektual, emosional dan sosial. Usia remaja berlangsung antara 13-18 tahun (Utami, 2018). Pada masa remaja putri, akan mengalami masa pubertas yang ditandai dengan timbulnya menstruasi (Lestarina et al., 2017). Menstruasi adalah perdarahan periodik yang terjadi setelah siklus ovulasi akibat meluruhnya endometrium, dengan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Menstruasi dimulai 1 hari setelah ovulasi yang berupa darah, kelenjar dan sel karena tidak terjadi pembuahan (Prihatin, 2019). Saat mengalami menstruasi wanita sering mengalami beberapa gangguan, salah satunya adalah dismenore. Remaja yang mengalami dismenore aktivitas akan terganggu diantaranya tidak ikut pelajaran di kelas sebanyak 68%, tidak ikut aktivitas disekolah sebanyak 45%, hanya tiduran sebanyak 48% dan sulit berjalan sebanyak 65% dari 60 siswa (D. Kurniawati & Kusumawati, 2011).

Berdasarkan data World Health Organization tahun 2017 di Indonesia didapatkan kejadian dismenore sebesar 1.769.425 jiwa wanita yang mengalami dismenore dengan 10-16% mengalami dismenore berat (Syafriani et al., 2021). Di Jawa Timur angka kejadian dismenorea sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder (Syaiful & Naftalin, 2018). Setelah dilakukan studi pendahuluan dengan

metode wawancara petugas unit kesehatan sekolah di SMK Negeri 2 Boyolangu didapatkan sebanyak 223 remaja putri mengalami dismenore. Dampak dari dismenore yang dialami siswa yaitu pingsan, merasakan nyeri hebat, menangis kesakitan, akral dingin, pucat, jam pelajaran terganggu. Untuk mengurangi tingkat nyeri diberikan terapi non farmakologi dengan memberikan minyak aromaterapi dan untuk farmakologi diberikan ibu profen, paracetamol dan asam mefenamat. Siswa SMK negeri 2 Boyolangu selama ini belum pernah mendapatkan edukasi tentang penanganan dismenore dari puskesmas dan dinas kesehatan.

Dismenore merupakan nyeri perut yang disebabkan dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi (Larasati & Alatas, 2016). Rasa nyeri timbul bersamaan dengan permulaan menstruasi dan berlangsung beberapa jam sampai beberapa hari hingga mencapai puncak nyeri. Dismenore diklasifikasikan menjadi dua berdasarkan ada tidaknya kelainan yang menyertai yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah nyeri ketika menstruasi yang tidak didasari kondisi patologis, sedangkan dismenore sekunder merupakan nyeri haid yang didasari dengan kondisi patologis seperti ditemukannya endometriosis atau kista ovarium (Larasati & Alatas, 2016).

Dismenore yang dialami saat menstruasi dapat menimbulkan ketidaknyamanan pada wanita. Saat mengalami dismenore dapat mengakibatkan wanita tidak melakukan aktivitas dan mengharuskan untuk istirahat. Faktor resiko yang dapat mempengaruhi dismenore antara lain yaitu berusia dibawah 30 tahun, belum pernah melahirkan, memiliki riwayat

dismenore dalam keluarga, seorang perokok, masa puber saat usia 11 tahun ke bawah atau pubertas dini, mengalami pendarahan berat atau tidak normal selama menstruasi dan pendarahan menstruasi yang tidak teratur (Sisilawati & Riniasih, 2022). Penatalaksanaan dismenore dapat diatasi dengan teknik farmakologis maupun non farmakologis. Teknik farmakologis yaitu obat golongan NSAID (Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs) seperti Naproxen, Ibuprofen, Hydrocodone, Diclofenac, Acetaminofene, Meclofenamate Sodium dan Ketoprofen. Teknik secara non farmakologis bisa diatasi dengan *hot-pack* (kompres hangat), imajinasi terbimbing, akupuntur, distraksi, relaksasi dan *massage effleurage* (Nurfadilah, 2020).

Hot pack adalah tindakan memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan dan alat yang menimbulkan rasa hangat pada bagian tubuh tertentu yang memerlukannya (Vasra & Putri, 2021). Kompres hangat merupakan kebutuhan rasa nyaman dan mengurangi relaksasi pada otot (Mukarromah et al., 2019). Namun, penggunaan *hot pack* pada kondisi dismenorea terbilang masih jarang dilakukan, padahal penggunaan *hot pack* dapat mengurangi rasa nyeri dan juga kram (Anisa, 2015). Secara fisiologis, *hot pack* dapat menyebabkan dilatasi pembuluh darah yang mengakibatkan peningkatan sirkulasi darah.

Pemberian terapi *hot pack* berdasarkan prinsip perpindahan panas melalui cara konduksi. *Hot pack* ditempelkan pada daerah yang sakit untuk melancarkan sirkulasi darah dan menurunkan ketegangan otot sehingga akan menurunkan rasa nyeri pada wanita dengan dismenorea primer, karena pada wanita dengan dismenorea ini mengalami kontraksi uterus dan kontraksi otot

polos (Bachtiar et al., 2019). Kompres hangat biasanya dilakukan dengan meletakkan botol kosong berisi air hangat yang di balut sebuah kain sehingga menghasilkan panas dari botol dan terasa hangat di perut (Apriani, 2022).

Berdasarkan penelitian sebelumnya, prosedur terapi *hot pack* dilakukan dengan menggunakan botol atau WWZ (*Warm Water Zack*) berisi air hangat dengan suhu 40-45°C yang sudah dilapisi kain dan langsung ditempelkan ke daerah tubuh khususnya bagian perut. Pemberian kompres hangat dilakukan pada usia 18 tahun sampai 20 tahun selama 15-20 menit/hari dan intervensi dilakukan selama 4 hari. Hasil yang ditunjukkan setiap dilakukan intervensi yaitu responden merasa nyaman dan hangat pada bagian perutnya serta rasa nyeri perut menurun (Danar Azzahra & Eti, 2022).

Selain dengan menggunakan alat botol atau *warm water zack* terapi *hot pack* dapat dilakukan dengan menggunakan kantong karet air berisi air hangat dengan suhu 40°C. Kompres hangat dilakukan selama 2 hari, setiap intervensinya dilakukan selama 30 menit pada remaja usia 18 tahun sampai 21 tahun. Kantong karet air diletakan di atas bagian suprapubik dan perut bagian bawah atau area nyeri. Setelah dilakukan penerapan kompres hangat didapatkan nyeri dan kram perut bagian bawah sudah berkurang (Apriani, 2022).

Oleh karena itu, peneliti tertarik melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengurangi skala nyeri dismenore dengan terapi *hot pack* menggunakan media bantal penghangat elektrik berisi air hangat dengan suhu 40°C pada remaja putri dengan usia 16 tahun. Terapi *hot pack* dilakukan selama 1 hari dan dilakukan selama 30 menit. Alasan peneliti memilih intervensi pemberian

teknik non farmakologis dengan cara terapi *hot pack* karena terapi tersebut yang paling memungkinkan untuk dilakukan intervensi. Pemberian terapi relaksasi dikatakan tidak memungkinkan karena ketika diberikan intervensi kemungkinan terjadi kurang fokus selama diberikan instruksi. Untuk pemberian terapi *massage effleurage* peneliti tidak dapat memberikan intervensi karena intervensi tersebut dilakukan pemijatan pada area abdomen dan peneliti belum memiliki surat tanda registrasi. Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Terapi *Hot Pack* terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Boyolangu Tulungagung”

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis dapat menuliskan rumusan masalah “Bagaimanakah Pengaruh Pemberian Terapi *Hot Pack* terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenore pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Boyolangu Tulungagung?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian terapi *hot pack* terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada remaja putri di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Boyolangu Tulungagung.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi intensitas nyeri dismenore pada remaja sebelum dilakukan pemberian terapi *hot pack*.
2. Mengidentifikasi intensitas nyeri dismenore pada remaja sesudah dilakukan pemberian terapi *hot pack*.
3. Menganalisis pengaruh terapi *hot pack* terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada remaja putri di Sekolah Menengah Kejuruan Negeri 2 Boyolangu Tulungagung.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dapat memperkaya konsep atau teori yang menyokong perkembangan ilmu pengetahuan dalam bidang keperawatan maternitas, khususnya yang terkait dengan pemberian terapi *hot pack* untuk penurunan skala nyeri dismenore pada remaja.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi SMKN 2 Boyolangu

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi pada institusi terutama pada petugas unit kesehatan sekolah untuk nantinya dapat menerapkan terapi *hot pack* kepada siswa untuk penurunan skala nyeri dismenore di lingkungan SMKN 2 Boyolangu.

2. Bagi Poltekkes Kemenkes Malang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi bagi institusi yang berencana untuk melakukan penelitian pada topik yang terkait dengan judul penelitian di atas.

3. Bagi Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan sumber informasi bagi mahasiswa Program Studi Sarjana Terapan Keperawatan yang berencana untuk melakukan penelitian berikutnya khususnya di bidang keperawatan maternitas.

4. Bagi siswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan tentang cara mengatasi nyeri dismenore dengan menggunakan terapi *hot pack*.

5. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengalaman dan wawasan peneliti serta sebagai media untuk menerapkan ilmu yang telah didapatkan selama matakuliah maternitas