

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi menurut *World Health Organization (WHO)* yaitu suatu keadaan fisik, mental dan sosial yang utuh, bukan hanya bebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala aspek yang berhubungan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya (Rohan dan Siyoto, 2013, h3). Sementara itu definisi yang lain menjelaskan kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan kesejahteraan fisik, mental, dan sosial secara utuh, tidak semata-mata terbebas dari penyakit atau kecacatan dalam segala hal yang berkaitan dengan sistem, fungsi dan proses reproduksinya (Lestari dan Ulfiana, 2011, h2).

Kesehatan reproduksi memiliki ruang lingkup yang cukup luas diantaranya yaitu kesehatan reproduksi remaja, meliputi kesehatan reproduksi laki-laki dan kesehatan reproduksi wanita. Laki-laki mencapai masa remaja mulai merasakan perubahan fisik, termasuk perubahan suara, munculnya alat kelamin sekunder, dan meningkatnya perkembangan jaringan otot. Perubahan-perubahan fisik ini seringkali diikuti dengan perubahan emosional dan perilaku. Sedangkan pada wanita terjadi haid, mulai berfungsinya ovarium, timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, perubahan badan yang cepat, dan perubahan psikis (Lucianawaty, 2010 disitasi oleh Agustiningrum, 2011, h1).

Haid merupakan proses alamiah yang terjadi pada perempuan. Haid yaitu perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya, remaja yang mengalami haid pertama kali pada usia 12 sampai 16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lainnya. Siklus haid normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya haid selama 2-7 hari. Remaja dapat memiliki berbagai masalah dengan haid seperti nyeri haid pada saat menstruasi (Kusmiran, 2014, h19).

Nyeri haid merupakan nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama haid. Nyeri haid timbul akibat kontraksi distritmia miometrium yang menunjukkan satu gejala atau lebih, mulai dari nyeri ringan sampai berat. Kontraksi yang sangat sering ini kemudian menyebabkan otot menegang. Ketegangan otot tidak hanya terjadi pada perut, tetapi juga otot-otot penunjang otot perut yang

terdapat dibagian punggung bawah, pinggang, panggul, dan paha hingga betis. Nyeri haid biasanya disertai dengan mual, muntah, diare, sakit kepala, emosi yang labil dan sampai pingsan (Proverawati dan Misroh, 2009, h85).

Angka kejadian nyeri haid di dunia sangat besar pada tahun 2011 rata-rata di Amerika Serikat prevalensi nyeri haid diperkirakan 45-90 %, nyeri haid menyebabkan seorang tidak hadir saat bekerja dan sekolah, sebanyak 13-51 % perempuan telah absen dan sedikitnya sekali 5-14 % persen berulang absen. Sementara itu sejumlah 1266 mahasiswa di Firat University, Turki sejumlah 45,3 % merasakan nyeri di setiap haid, 42,5 % kadang-kadang nyeri, dan 12,2 % tidak mengalami nyeri. Dalam studi epidemiologi di Amerika Serikat pada populasi remaja umur (12-17 tahun) di Amerika Serikat, prevalensi nyeri haid 59,7 %. Dan mereka yang mengeluh nyeri 12 % berat, 37 % sedang, dan 49 % ringan. Studi ini juga melaporkan bahwa dismenorea menyebabkan 14 % remaja putri sering tidak masuk sekolah (Anurogo dan Wulandari, 2011, h36).

Indonesia angka kejadian nyeri haid tahun 2010 sebesar 107.673 jiwa (64,25 %), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89 %) mengalami nyeri haid primer dan 9.496 jiwa (9,36 %) mengalami nyeri haid sekunder (Sulastri, 2013, h7). Sementara angka kejadian nyeri haid (dismenorea) di Jawa Tengah tahun 2008 sebanyak 54% remaja usia 15-21 tahun. Pada penelitian Kurniawati (2008) menyebutkan bahwa dismenorea mempengaruhi aktivitas siswi SMK Batik 1 Surakarta. Dari 85 siswi yang menjadi responden penelitian 61,7% di antaranya mengalami penurunan aktivitas sedangkan siswanya sebanyak 38,3% tidak mengalami penurunan aktivitas (Arfiana, 2014, h4).

Nyeri haid umumnya tidak berbahaya, namun seringkali merasa mengganggu pada remaja. Remaja yang mengalami nyeri haid akan berdampak kecemasan pada remaja. Kecemasan tersebut akan mempengaruhi terjadinya penurunan kecakapan dan ketrampilan siswa yang akan mempengaruhi terhadap penurunan aktifitas sekolah dan prestasi (Proverawati dan Misroh, 2009, h86).

Menurut penelitian Kurniawati & Kusumawati (2011) melaporkan bahwa 70,59 % pelajar di SMK Batik 1 Surakarta mengalami nyeri haid sehingga siswa tidak dapat melakukan aktivitasnya dengan maksimal selama haid. Dampak lain yang muncul apabila mengalami nyeri haid yaitu akan menurunkan kecakapan dan keterampilan serta akan menurunkan konsentrasi seseorang, selain itu siswa juga

tidak mengikuti kegiatan sekolah dan bila nyeri berlangsung dalam waktu yang lama maka akan mengakibatkan keadaan patologi seperti terjadinya endometriosis, radang panggul dan kelainan lainnya yang mengarah pada dismenore sekunder.

Nyeri haid dapat diatasi dengan farmakologis maupun non farmakologis. Secara farmakologis dapat diatasi dengan menggunakan obat-obatan analgesik. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologis terhadap nyeri dapat dilakukan dengan berbagai cara meliputi akupunktur, tindakan distraksi, teknik nafas dalam, imajinasi terbimbing, umpan balik biologis, terapi musik, masase dan kompres hangat. Manajemen nyeri non farmakologis lebih aman digunakan karena tidak menimbulkan efek samping seperti obat-obatan karena terapi non farmakologis menggunakan proses fisiologis dan salah satunya menggunakan *massage effleurage* (Rohani, 2011, h3).

Massage Effleurage adalah suatu gerakan dengan menggunakan seluruh permukaan tangan melekat pada bagian abdomen yang digosok dengan ringan dan menenangkan (Trisnowiyanto, 2012 disitasi oleh Setyaningsih, 2013, h3). Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. Usapan *massage effleurage* abdomen menstimulasi serabut di kulit akan membuat nyaman pada saat kontraksi uterus sehingga memperlancar peredaran darah ke uterus dan memblok implus nyeri bisa berkurang. *Massage Effleurage* merupakan teknik masase yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain. (Ekowati, 2011 disitasi oleh Parulian 2014, h2).

Penelitian Parulian, Sitompul, Oktrifiana (2014) yang melakukan penelitian tentang Pengaruh Teknik *Effleurage Massage* terhadap Perubahan Nyeri pada Ibu Post Partum di Rumah Sakit Sariningsih Bandung. Hasil penelitian yang diperoleh bahwa setelah dilakukan teknik *effleurage massage* terdapat 20 ibu post partum mengalami rata-rata nyeri kontraksi uterus dengan perubahan rentang skala nyeri yaitu pada skala 1–5. Hasil ini menunjukkan bahwa ada pengaruh teknik *massage effleurage* terhadap perubahan nyeri pada ibu post partum.

Fenomena yang ada di masyarakat nyeri haid dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan sebagian besar remaja dimasyarakat yang mengalami nyeri haid mereka melakukan pencegahan dengan minum obat anti nyeri yang dibeli dari

apotek, minum jamu, istirahat atau tidur serta ada juga yang dibiarkan saja karena mereka tidak tahu.

Hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 29 Maret 2017 dengan melakukan wawancara kepada 30 siswa kelas X di SMA Muhammadiyah 1 Klaten, 21 siswa mengalami nyeri haid, sedangkan 8 siswa tidak mengalami nyeri haid dan 1 siswa belum haid. Gejala yang dirasakan yaitu nyeri pada perut, pegel-pegel di punggung dan kaki, mual muntah, badan terasa lemas dan pusing yang mengakibatkan siswa tidak mampu beraktivitas maupun berkonsentrasi dalam belajar, serta ada pula yang ijin tidak masuk sekolah. Sebagian besar siswa tersebut yang mengalami nyeri haid dengan melakukan penanganan dengan minum obat (44%), minum jamu (26%), tidur dan hanya dibiarkan (30%). Masing-masing siswa mengalami nyeri haid pada hari 1-2 dan cara penanggulangnya berbeda-beda. Dari masalah tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Terapi *Massage Effleurage* terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Klaten”.

B. Rumusan Masalah

Prevalensi nyeri haid di Indonesia 64,25 % perempuan usia reproduksi mengalami nyeri selama haid. Nyeri haid timbul akibat kontraksi distritmia miometrium yang menampilkan nyeri ringan sampai berat. Hasil survey yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara dari 30 siswa di SMA Muhammadiyah 1 Klaten, di dapatkan 21 siswa mengalami nyeri haid, sedangkan 8 siswa tidak mengalami nyeri haid dan 1 siswa belum haid. Gejala yang dirasakan yaitu nyeri pada perut, pegel-pegel di punggung dan kaki, mual muntah, badan terasa lemas dan pusing yang mengakibatkan siswa tidak mampu beraktivitas maupun berkonsentrasi dalam belajar, serta ada pula yang ijin tidak masuk sekolah. Sebagian besar siswa tersebut yang mengalami nyeri haid dengan melakukan penanganan dengan minum obat (44%), minum jamu (26%), tidur dan hanya dibiarkan (30%). Untuk itu perlu tindakan yang efektif untuk meminimalkan nyeri haid. Tindakan efektif untuk meminimalkan nyeri haid salah satunya secara non farmakologi yaitu dengan tindakan *massage effleurage*.

Berdasarkan latar belakang di atas dapat dimunculkan pertanyaan penelitian sebagai berikut “Apakah ada pengaruh Terapi *Massage Effleurage* terhadap Penurunan Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 1 Klaten ?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi *massage effleurage* terhadap penurunan nyeri haid.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden yaitu umur, *menarche* dan IMT.
- b. Mengetahui nyeri haid responden sebelum dan sesudah dilakukan *massage effleurage* pada kelompok eksperimen.
- c. Mengetahui nyeri haid responden pada kelompok kontrol.
- d. Menganalisis pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan nyeri haid pada kelompok eksperimen.

D. Manfaat Penelitian

1. Ilmu Pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris tentang terapi *massage effleurage* dalam menurunkan nyeri pada remaja putri khususnya remaja yang mengalami nyeri haid.

2. Peneliti

Mendapatkan pengalaman yang tidak ternilai dan dapat menerapkan ilmu yang peneliti dapatkan yaitu tentang pengaruh terapi *massage effleurage* terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai acuan bagi peneliti berikutnya bahwa teknik mengatasi nyeri dapat dilakukan dengan cara lain.

3. Profesi keperawatan

Mengembangkan ilmu keperawatan khususnya kesehatan reproduksi pada remaja, yaitu mengatasi nyeri haid yang timbul pada saat haid dapat di atasi dengan tindakan mandiri perawat, salah satunya dengan *massage effleurage* yang mudah, terjangkau dan bermanfaat dengan mensosialisasikan *massage effleurage* melalui program UKS.

4. Sekolah

Diharapkan dapat memberikan informasi kepada siswa tentang penatalaksanaan nyeri haid dengan tindakan non farmakologi yaitu terapi *massage effleurage* yang lebih aman dan mudah.

E. Keaslian Penelitian

1. Marlinda, Rosalina, Purwaningsih, (2013) dengan judul “Pengaruh Senam *Disminorea* Terhadap Penurunan *Disminorea* Pada Remaja Putri Di Desa Sidoharjo Kecamatan Pati”. Penelitian ini menggunakan rancangan eksperimen semu dengan desain penelitian *non equivalent control group design*. Populasi pada penelitian ini adalah remaja putri yang mengalami *dismenore* yang berjumlah 42 orang. Sampel yang diambil 15 orang untuk masing - masing kelompok kontrol dan perlakuan. Teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Alat pengumpulan data menggunakan lembar observasi senam *dismenore* dan lembar observasi skala nyeri. Hasil penelitian *p-value* sebesar 0,041 dan karena *p-value* $0,041 < (0,05)$, maka H_0 ditolak yang berarti ada pengaruh senam *dismenore* terhadap penurunan *dismenore* pada remaja putri di Desa Sidoharjo Kecamatan Pati.
2. Wahyuni, Wahyuningsih, (2015) dengan judul “Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Kala 1 Fase Aktif Pada Ibu Persalinan Di RSUD Muhammadiyah Delanggu Klaten”. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *quasy eksperimen* dengan rancangan *one group pretest-posttest tanpa kelompok kontrol*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah dengan *non probability sampling* dengan metode *purposive sampling* sebanyak 28 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar observasi skala nyeri NRS. Analisa data menggunakan uji *paired T-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri responden pada kelompok sebelum diberikan *massage effleurage* pada rata-rata 5,11 dan setelah diberikan *massage effleurage* rata-rata 2. Hasil analisis data selanjutnya didapatkan hasil statistik signifikan $p < 0,000; = 0,05$. Simpulan *massage effleurage* berpengaruh untuk menurunkan nyeri persalinan kala I fase aktif pada ibu bersalin di bangsal bersalin RSUD Muhammadiyah Delanggu Klaten.

3. Dahlan, Syahminan, (2016) dengan judul “Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid (Disminorea) Pada Siswi SMK Perbankan Simpang Haru Padang”. Jenis penelitian ini *pra-eksperimen one group pre-post test*. Pengumpulan data telah dilakukan pada bulan April – Mei 2015. Populasi pada penelitian ini siswi SMK Perbankan Simpang Haru Padang yang mengalami dismenorea. Sampelnya 16 responden teknik pengambilan dengan secara *purposive sampling*. Data dianalisis menggunakan *paired t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nyeri responden sebelum diberikan kompres hangat adalah 5.60 dengan standar deviasi 1.549, rata-rata nyeri responden setelah diberikan kompres hangat adalah 2.62 dengan standar deviasi 1.204, terdapat perbedaan yang bermakna sebelum dan setelah dilakukan kompres hangat dengan $p = 0,000$ dimana $p < 0,05$. Kompres hangat dapat menurunkan tingkat nyeri dismenorea pada siswi SMK Perbankan Simpang Haru Padang.

Penelitian yang akan dilakukan dengan desain penelitian *quasi eksperimen* dengan pendekatan *non-equivalent control group*. Teknik pengambilan sampel dengan *purposive sampling*. Pengumpulan data dengan melakukan pencatatan data secara langsung kepada remaja pada dua kelompok. Data akhir dalam penelitian ini di analisis dengan menggunakan uji *Mann Whitney Test*.