

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Kesehatan reproduksi menurut *World Health Organization* (WHO) yaitu suatu keadaan fisik, mental dan sosial yang utuh, tidak hanya bebas dari penyakit, kecacatan dalam semua aspek yang berkaitan dengan sistem reproduksi, fungsi serta prosesnya (Rohan dan Siyoto, 2013, h3). kesehatan reproduksi merupakan suatu keadaan yang terbebas dari berbagai penyakit yang berkaitan dengan semua aspek sistem reproduksi.

Kesehatan reproduksi remaja merupakan suatu keadaan yang terbebas dari penyakit yang menyangkut sistem reproduksi, fungsi dan prosesnya yang dimiliki oleh seorang remaja laki-laki maupun perempuan. Masa remaja terjadi ketika seseorang mengalami perubahan-perubahan struktur tubuh dari anak-anak menjadi dewasa (pubertas). Pada masa ini terjadi suatu perubahan fisik yang cepat disertai banyak perubahan, termasuk didalamnya pertumbuhan organ-organ reproduksi (organ seksual) untuk mencapai kematangan yang ditunjukkan dengan kemampuan melaksanakan fungsi reproduksi (Intan & Iwan, 2012, h16). Salah satu perubahan pada proses reproduksi dengan terjadinya menstruasi suatu keadaan sistem reproduksi yang telah terjadi kematangan seksual yang berkaitan dengan organ reproduksi. Menstruasi alamiah pada perempuan yang telah terjadi kematangan sistem reproduksi yang ditandai dengan perdarahan yang terus menerus dari uterus.

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 sering ini kemudian menyebabkan otot menegang. Ketegangan otot terjadi juga pada otot-otot penunjang otot perut yang terdapat dibagian punggung bawah, pinggang, panggul, dan paha hingga betis. Nyeri haid biasanya dengan mual, muntah, diare, sakit kepala, emosi yang labil dan sampai pingsan (Proverawati dan Misroh, 2009, h85).

Angka kejadian nyeri haid di Indonesia yang tahun 2010 sebesar (64,25 %), yang terdiri dari (54,89 %), mengalami nyeri haid primer dan (9,36 %) mengalami nyeri haid sekunder (Sulastri, 2013, h7). Angka kejadian nyeri haid di Jawa Tengah mencapai 56 %, karena kejadian nyeri haid merupakan kejadian alamiah yang terjadi

setiap bulan pada wanita (Fatmawati, 2016). Ciri nyeri haid pada masa remaja mulai terjadinya menstruasi pada perempuan yang terjadi kematangan organ reproduksi perempuan menimbulkan iritasi (rangsangan yang mengganggu), biasanya perempuan merasa sakit, mual- mual, cepat lelah dan berbagai emosi depresif.

Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda. Sebagian wanita mendapatkan menstruasi tanpa keluhan, namun tidak sedikit dari mereka yang mendapatkan menstruasi disertai keluhan berupa nyeri haid yang mengakibatkan rasa ketidaknyaman serta berdampak gangguan aktivitas, kecemasan, gangguan konsentrasi belajar seperti remaja tidak konsentrasi dalam menerima pelajaran, menurunnya prestasi belajar serta sering absen. (Rahayuningrum, 2016)

Nyeri haid dapat diatasi dengan farmakologis maupun non farmakologis. Secara farmakologis dapat diatasi dengan menggunakan obat-obatan analgesik sedangkan farmakologis dapat mengakibatkan timbulnya efek samping didalam tubuh jika dikonsumsi terlalu lama dan penggunaan jamu-jamu untuk mengobati nyeri haid dapat menimbulkan efek samping pada ginjal kita jika di konsumsi pada jangka panjang. Sedangkan penatalaksanaan non farmakologis dapat dilakukan dengan berbagai cara meliputi akupuntur, tindakan distraksi, teknik nafas dalam, imajinasi terbimbing, umpan balik biologis, terapi musik, massage effleurage dan kompres air hangat. Manajemen nyeri non farmakologis lebih aman digunakan karena tidak menimbulkan efek samping salah satu terapi non farmakologis menggunakan proses fisiologis dan salah satunya menggunakan Kompres air hangat dilakukan untuk memenuhi kebutuhan rasa nyaman, mengurangi atau membebaskan nyeri, mengurangi dan mencegah spasme otot dan memberikan rasa hangat pada daerah perut (Nida dan Defie,2016).

Kompres air hangat diharapkan dapat meningkatkan rekaksasi otot-otot dan mengurangi nyeri akibat spasme atau kekakuan serta memberikan rasa hangat lokal. Pada umumnya panas cukup berguna untuk pengobatan. Panas meredakan iskemia dengan menurunkan kontraksi dan meningkatkan sirkulasi. Kompres hangat tidak akan melukai kulit karena terapi kompres hangat tidak masuk jauh ke dalam jaringan (Rusman, 2014).

Penelitian Fitriainingsih (2018) yang melakukan penelitian tentang pengaruh kompres hangat terhadap rasa nyeri persalinan kala I fase persalinan fase akhir diaktif di BPM kota Cirebon. Hasil penelitian yang diperoleh bahwa dilakukan teknik kompres air hangat terdapat 30 responden yang mengalami nyeri rata-rata nyeri kala I saat

persalinan dengan perubahan rentan skala nyeri yaitu skala sedang dan skala berat. Hasil ini menunjukkan bahwa ada perubahan teknik kompres air hangat terhadap perubahan nyeri pada persalinan.

Fenomena yang ada di masyarakat nyeri haid dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan sebagian besar remaja di masyarakat 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 studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 7 Maret 2017 dengan melakukan wawancara kepada 20 orang kelas X SMA Negeri 1 Wedi Klaten, 14 siswi mengalami nyeri haid, sedangkan 6 siswi tidak mengalami nyeri haid. Gejala yang dirasakan yaitu nyeri pada perut, pegel-pegel di punggung, badan terasa lemas, pusing, yang mengakibatkan siswi tidak mampu beraktivitas maupun berkonsentrasi dalam belajar, yang ijin ada dua siswi tidak masuk sekolah. Sebagian besar siswi tersebut yang mengalami nyeri haid dengan melakukan penanganan dengan minum obat (30 %) minum jamu (30 %) tidur dan hanya dibiarkan (40 %) masing masing siswi mengalami nyeri haid pada hari 1-2 dan cara penanggulangannya berbeda-beda. Dari masalah tersebut penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh kompres air hangat terhadap tingkat nyeri haid di SMA Negeri 1 Wedi Klaten.

B. Rumusan Masalah

Prevalensi nyeri haid di Indonesia (64.25 %) perempuan usia reproduksi mengalami nyeri haid. Nyeri haid timbul akibat kontraksi disritmia miometrium yang menampilkan nyeri ringan sampai berat. Hasil survey yang dilakukan oleh peneliti dengan wawancara dari 20 siswa di SMAN 1 Wedi Klaten di dapatkan 14 siswi mengalami nyeri haid, sedangkan 6 siswi tidak mengalami nyeri haid. Gejala yang di rasakan yaitu nyeri pada perut, pegel-pegel di punggung, mual, muntah, badan terasa lemas dan pusing yang mengakibatkan siswi tidak mampu beraktivitas maupun berkonsentrasi dalam belajar, yang ijin ada 2 siswi tidak masuk sekolah. sebagian besar siswi tersebut yang mengalami nyeri haid dengan melakukan penanganan dengan minum obat (30 %), minum jamu (30 %), tidur dan hanya dibiarkan saja (40%), untuk itu perlu tindakan yang efektif untuk meminimalkan nyeri haid. Tindakan efektif untuk meminimalkan nyeri haid salah satunya secara non farmakologis yaitu dengan tindakan kompres air hangat

Berdasarkan latar belakang maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut: “Adakah pengaruh kompres air hangat terhadap tingkat nyeri haid di SMAN 1 Wedi Klaten”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengetahui pengaruh kompres air hangat terhadap tingkat nyeri di SMAN 1 Wedi Klaten

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden umur, IMT, Stress.
- b. Mengetahui tingkat nyeri nyeri haid pada kelompok eksperimen
- c. Mengetahui tingkat nyeri nyeri haid pada kelompok kontrol
- d. Menganalisis nyeri pada kelompok eksperimen
- e. Menganalisa nyeri pada kelompok kontrol
- f. Menganalisa pengaruh kompres air hangat terhadap tingkat nyeri

D. Manfaat Penelitian

1. Ilmu pengetahuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti empiris tentang kompres air hangat untuk menerapkan intervensi keperawatan mandiri.

2. Profesi keperawatan

Mengembangkan ilmu keperawatan khususnya Peran perawat sebagai edukasi dan pemberi pelayanan keperawatan di masyarakat.

3. Sekolah

Diharapkan dapat melakukan kegiatan pada program sekolah untuk memberikan informasi kepada siswa tentang penatalaksanaan nyeri haid dengan tindakan non farmakologi

4. Peneliti

Mendapatkan pengalaman yang tidak ternilai dan menerapkan ilmu serta digunakan sebagai dasar penelitian selanjutnya

E. Keaslian Penelitian

1. Fitriana (2016) “Perbandingan pemberian relaksasi utogenik dan aroma terapi terhadap penurunan tingkat nyeri haid pada siswi di MTs NW Samawa Sumbawa Barat“ penelitian ini menggunakan metode penelitian pra eksperimen dengan rancangan *pre–pos test design two group*. Teknik sampel yang digunakan adalah *accidental sampling* sebanyak 30 responden. Tingkat nyeri responden sebelum diberikan perlakuan pemberian aromaterapi dan relaksasi outogenik nyeri ringan prekuensi 13 orang (43,3), nyeri sedang prekuensi 17 orang (56,7), Teknik pengumpulan data berupa lembar wawancara dan observasi data . analisa data menggunakan *uji t-tets* hasil penelitian menunjukkan nilai $p\ value = 0,00$; $\alpha = 0,05$ untuk pemberian aroma terapi. Hal ini menunjukkan bahwa relaksasi autogenik mempunyai pengaruh terhadap penurunan nyeri haid bila dibandingkan dengan pemberian aroma terapi pada remaja putri di MTs NW Samawa Sumbawa Besar.
2. Agustina (2016) “Pengaruh pemberian *effleurage massage* aromatherapy jasmine terhadap tingkat dismenore pada mahasiswi keperawatan semester IV di Universitas ‘ Aisyiyah Yogyakarta“ penelitian ini menggunakan metode pre eksperimen dengan metode *one group pre test-post test*. Teknik sampel yang digunakan adalah *purposive sampling* dengan jumlah 20 responden. Teknik pengambilan data menggunakan formulir observasi *visual scale* (VAS). Analisa data menggunakan uji *paired t-test* hasil penelitian tingkat dismenore pada mahasiswi keperawatan semester IV di Universitas ‘ Aisyiyah Yogyakarta memiliki selisih rata-rata sebelum dan setelah diberikan *effleurage massage* aromatherapy jasmine yaitu hasil uji statistik dengan menggunakan *paired t-test*, diperoleh nilai $p\ value = 0,000$; $\alpha = 0,05$
3. Hapsari (2013) “Efektivitas teknik relaksasi nafas dalam dan metode pemberian coklat terhadap penurunan intensitas dismenore pada remaja putri di SMK Swagaya 2 Purwokerto“ penelitian ini menggunakan metode *quasi-eksperimental design* (eksperimen semu). Teknik pengambilan sampel yang digunakan *purposive sampling* dengan 30 responden, analisa data menggunakan uji *paired t-test*. Hasil penelitian penurunan nilai rata rata nyeri sebelum dan sesudah dilakukan teknik relaksasi nafas dalam sebesar 2,400 sedangkan metode pemberian coklat sebesar 1,733. Hasil uji *paired t-test* $p = 0,000$; $\alpha = 0,05$. Nilai korelasi teknik relaksasi nafas dalam > nilai korelasi metode pemberian coklat.

Penelitian yang akan dilakukan dengan pengaruh kompres air hangat terhadap tingkat nyeri haid di SMAN 1 Wedi Klaten desain penelitian *quasi-eksperimen* dengan metode *non equivalent with control group* teknik pengambilan sampel *purposive sampling* pengumpulan data dengan melakukan observasi data,