

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa perubahan atau peralihan dari anak-anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, psikologis, dan sosial. Masa remaja berlangsung dari usia 12 sampai 21 tahun, dengan pembagiannya yaitu masa remaja awal (12-15 tahun), masa remaja pertengahan (15-18 tahun), remaja akhir (18-21 tahun).

Masa remaja merupakan suatu proses transisi dari masa anak-anak menuju tahap dewasa yang ditandai dengan berubahnya perkembangan tubuh yang cepat. Masa remaja berhubungan dengan suatu fenomena fisik yang berhubungan dengan pubertas. Dimana pubertas merupakan suatu bagian penting dari masa remaja yang lebih menekankan proses biologis yang mengarah pada kemampuan reproduksi. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia. (Anurogo & Wulandari, 2011).

Menstruasi merupakan peristiwa pengeluaran darah, mukus, dan sel-sel epitel dari uterus secara periodik. Menstruasi umumnya terjadi dengan interval setiap bulan selama periode reproduksi, kecuali selama kehamilan dan menyusui, peristiwa ini biasanya tersupresi (Reeder, 2012). Panjang siklus menstruasi ialah jarak antara tanggal mulainya perdarahan dinamakan hari pertama siklus. Panjang siklus menstruasi yang normal dianggap sebagai siklus yang klasik ialah 28 hari, tetapi variasinya cukup luas, bukan saja antara beberapa wanita mempunyai siklus menstruasi antara 24 sampai 35 hari (Fitri, 2017). Perubahan yang biasa dihadapi perempuan saat mengalami menstruasi yaitu cemas, stress, depresi, dan biasanya di dampingi dengan gejala kejang-kejang menstruasi atau bahasa medisnya *dismenore* (Sukarni & Wahyu, 2013).

Beberapa penelitian menunjukkan angka kejadian *dismenore* yang cukup tinggi, salah satunya menunjukkan prevalensi sebesar 84,2% di Asia, di Asia Tenggara menunjukkan angka yang berbeda, Malaysia memperkirakan jumlah perempuan yang mengalami *dismenore* adalah 69,4% sedangkan di Thailand sebesar 84,2%. Berdasarkan data Departemen Kesehatan RI, angka kejadian *dismenore* di Indonesia sebesar 64,52%. Data hasil penelitian angka kejadian *dismenore* di Jawa Barat cukup tinggi, yaitu sebanyak 54,9% wanita mengalami *dismenore* (Arnis 2012, dalam jurnal keperawatan Aisyiyah, 2015). Nurhidayati (2011) melakukan penelitian di Cianjur menemukan bahwa prevalensi nyeri *dismenore* ringan yaitu sebesar 56,6% dan 43,3% mengalami *dismenore* berat. Data Puskesmas Cianjur Kota pada tahun 2020 terdapat 95 kasus *Dismenore* dari 11 desa yang mencakup wilayah kerja Puskesmas Cianjur Kota (Puskesmas Cianjur Kota, 2020).

Dismenore adalah rasa sakit atau nyeri hebat pada bagian bawah perut, tetapi dapat menyebar hingga ke punggung bagian bawah, pinggang, panggul, paha atas hingga betis yang terjadi saat perempuan mengalami siklus menstruasi. Nyeri biasanya berlangsung sesaat sebelum menstruasi, selama menstruasi, hingga berakhirnya siklus menstruasi. Nyeri yang terus menerus membuat penderitanya tidak bisa beraktivitas (Ratnawati, 2018).

Dampak buruk yang dapat ditimbulkan oleh *dismenore* salah satunya adalah tidak dapat menjalankan aktivitas mereka seperti biasa, selama 1-3 hari dalam sebulan. *Dismenore* menjadi penyebab pertama perempuan tidak mengikuti pelajaran di sekolah dan aktivitas sosial. Sebagian besar dampak *dismenore* yang dirasakan responden adalah menurunnya produktivitas yaitu sebesar 77,2%. *Dismenore* ini memang tidak terlalu bahaya tetapi selalu dialami oleh penderita tiap bulannya, sehingga merupakan penderitaan tersendiri bagi yang mengalaminya, dimana hal ini dapat menurunkan kualitas hidup perempuan.

Nyeri merupakan pengalaman sensorik dan emosional yang tidak menyenangkan akibat kerusakan jaringan, baik aktual maupun potensial,

atau yang digambarkan dalam bentuk kerusakan tersebut (Wiarso, 2017). Nyeri menstruasi muncul akibat kontraksi distriktik myometrium yang menampilkan satu gejala atau lebih, mulai dari nyeri yang ringan sampai berat di perut bagian bawah, bokong, dan nyeri spasmodik disisi medial paha (Anurogo & Wulandari, 2011).

Intervensi keperawatan yang digunakan dalam penatalaksanaan nyeri berupa farmakologi dan non-farmakologi. Tindakan farmakologi berupa obat seperti obat anti-inflamasi nonsteroid (*Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs*, NSAID). Sedangkan tindakan non-farmakologi berupa teknik relaksasi yang dilakukan antara lain relaksasi otot progresif, relaksasi musik, dan relaksasi aromaterapi (Rosdahl & Kowalski, 2014).

Aromaterapi adalah pengobatan komplementer yang menggunakan bahan berbentuk cairan yang terbuat dari tanaman dan mudah menguap, dikenal sebagai minyak esensial dan senyawa aromatik lainnya yang dapat mempengaruhi jiwa, emosi, fungsi kognitif, dan kesehatan seseorang. Beberapa jenis aromaterapi yang populer seperti aromaterapi *tea tree*, melati, *lavender*, *pappermint*, ylang-ylang dan lemon (Putri & Amalia, 2019).

Lemon mengandung 2,5% minyak atsiri, vitamin C, hesperidin, dan glikosida flavanon, musilago dan kalsium oksalat (Sukardiman, 2020). Lemon (*cytrus*) *essential oil* (EO) dikenal sebagai penghilang stres alami. Menghirup lemon *essential oil* (EO) menyebabkan efek anti-stres dengan memodulasi aktivitas serotonin (5-HT) dan dopamin (DA) (Ramadan, 2019). Dalam aromaterapi minyak esensial lemon memiliki berbagai macam kegunaan, salah satunya lemon memberikan rasa hangat dan bermanfaat bagi secara fisik dan psikologis (Najib, 2012).

Berdasarkan penelitian Vita Febriyanti tahun (2021) menyatakan bahwa aromaterapi lemon (*cytrus*) berpengaruh terhadap skala nyeri *dismenore*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Susi Suwanti tahun (2017) juga menyatakan bahwa ada pengaruh aromaterapi lemon (*cytrus*) terhadap penurunan nyeri menstruasi.

Berdasarkan permasalahan di atas maka penulis tertarik untuk mengambil kasus nyeri *dismenore* dan menjadikannya sebagai landasan penulisan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Aplikasi Pemberian Aromaterapi Lemon (*Cytrus*) Terhadap Nyeri Akut *Dismenore* Pada Remaja Putri Di Wilayah Kerja Puskesmas Cianjur Kota”

1.2 Tujuan

Tujuan dari Karya Tulis Ilmiah ini adalah untuk dipahami dan diaplikasikan pemberian aromaterapi lemon (*cytrus*) terhadap nyeri akut *dismenore* pada pasien remaja putri.

1.3 Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah dengan cara :

1.3.1 Observasi

Penulis melakukan pengamatan langsung kepada pasien.

1.3.2 Wawancara

Penulis menanyakan langsung kepada pasien terkait masalah yang dialami pasien.

1.3.3 Studi Literatur

Penulis mencari sumber dari jurnal, buku, laporan penelitian, dan juga media massa.

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1.4.1 Teoritis

Memberikan informasi dan pemecahan masalah dalam keperawatan khususnya tentang asuhan keperawatan maternitas pada pasien yang mengalami nyeri *dismenore*.

1.4.2 Praktisi

1.4.2.1 Bagi Puskesmas Cianjur Kota

Digunakan sebagai informasi Puskesmas Cianjur Kota dalam bidang pengembangan dan peningkatan mutu pelayanan di masa yang akan datang khususnya pelayanan pada klien yang mengalami nyeri *dismenore*.

1.4.2.2 Bagi Perawat

Menambah ilmu pengetahuan dan keterampilan dalam penanganan kasus nyeri *dismenore* pada remaja putri dengan menggunakan aromaterapi lemon (*cytrus*).

1.4.2.3 Bagi Institusi Pendidikan

Untuk menambah referensi menggunakan aromaterapi lemon (*cytrus*) untuk menurunkan nyeri *dismenore*.

1.4.2.4 Bagi Klien dan Keluarga

Keluarga dapat melakukan tindakan mandiri terapi relaksasi dengan pemberian aromaterapi lemon (*Cytrus*) terhadap klien remaja putri yang mengalami nyeri *dismenore*.

1.2.3.5 Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat meningkatkan wawasan, keterampilan dalam melakukan asuhan keperawatan pada remaja putri dalam memberikan tindakan terapi relaksasi dengan pemberian aromaterapi lemon (*Cytrus*).