

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja yaitu masa dimana peralihan dari masa anak-anak menuju ke masa dewasa, yang telah meliputi semua perkembangan yang dialami sebagai bekal atau persiapan menuju masa dewasa, masalah ini di mulai pada usia 12 dan berakhir pada usia 18 sampai 21 tahun dengan ditandai dengan perubahan fisik, emosional. Perubahan fisik dengan bertumbuhnya payudara, pinggul mulai membesar kemudian perubahan *hormone* yang tidak stabil ditandai dengan timbulnya jerawat mulai membesar.

Masa remaja adalah masa yang di tandai oleh adanya perubahan fisik, emosional, psikis, Masa remaja antara usia 10-19 tahun, adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi pada manusia, dan sering disebut masa pubertas menurut (Setiyaningrum, 2015). Salah satu ciri yang menandai masa pubertas perempuan adalah menstruasi (Nur, 2011). Angka kejadian PMS cukup tinggi, yaitu hampir 75% wanita usia subur di dunia mengalami PMS. Pada wanita indonesia yang mengalami gejala premenstrual syndrome cukup tinggi yaitu 80-90% dan kadang-kadang gejala tersebut sangat berat dan mengganggu kegiatan sehari-hari (pudiasutik, 2012).

Menstruasi adalah suatu proses siklus alami yang terjadi pada wanita sehat di masa pubertas hingga masa menopause (Verawaty & Rahayu, 2012). Menstruasi datang setiap bulan pada usia reproduksi, banyak wanita yang mengalami ketidaknyamanan fisik, atau merasa tersiksa saat menjelang atau selama haid berlangsung (Wirawan, 2010). *Dismenore* adalah rasa sakit pada masa menstruasi yang cukup parah hingga bisa mengganggu aktivitas sehari-hari. Rasa sakit *Dismenore* bisa bermacam-macam, mulai dari rasa sakit yang tajam, tumpul,

berdenyut, mual, terbakar atau menusuk dan biasanya bersamaan dengan menorragia (Verawaty & Rahayu, 2012).

Dismenore merupakan masalah menstruasi yang sangat sering dialami oleh remaja putri ketika mereka memasuki masa pubertas. Mahmudiono (2011). Gejala dismenorea yang mengganggu aktivitas sehari-hari pada remaja menurut (Rohmawati, 2014), gejala *Dismenore* yang sering dirasakan sangat khas yaitu muncul keluhan nyeri perut atau kram perut yang dapat menjalar ke pinggang yang disertai rasa letih, rasa mual, muntah, sakit kepala, diare dan sebagainya. Saguni, madianung & masi (2013).

Menurut WHO (2012) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore dengan 10-15% mengalami *Dismenore* berat. Prevalensi rata-rata di Asia kurang lebih sekitar 84,2% dengan spesifikasi 68,7% terjadi di Asia Timur laut, 74,8% di Asia Timur Tengah, dan 54,0% di Asia Barat laut. Prevalensi di negara-negara Asia Tenggara juga berbeda, angka kejadian di Malaysia mencapai 69,4%, Thailand 84,2% dan di Indonesia angka kejadian dismenore 64,25% terdiri dari 54, 89% *Dismenore primer* dan 9,36% dismenore sekunder. (Menurut penelitian oleh Sari 2015). Di Indonesia lebih banyak perempuan yang mengalami dismenore tidak melaporkan atau berkunjung ke dokter. Dikatakan 90% perempuan Indonesia pernah mengalami *Dismenore* menyatakan bahwa 54-89% remaja usia 14-19 tahun di Indonesia tahun 2011 mengalami masalah *Dismenorea*. (Gumangsari, 2014). Berdasarkan hasil penelitian Arnis pada tahun 2012, angka kejadian *Dismenore* di Jawa Barat cukup tinggi, hasil penelitian didapatkan kejadian sebanyak 54,9% wanita mengalami dismenore.

Berdasar kan penelitian yang di lakukan oleh Nurhidayati pada tahun 2013 pernah melakukan penelitian di Cianjur menemukan bahwa prevalensi nyeri *Dismenore* ringan cukup tinggi, yaitu sebesar 56.6% dan 43,3% lainnya mengalami dismenore berat (Nurhidayati 2013). Dipuskesmas Cidaun remaja putri yang

mengalami *DISMENORE* diperkirakan sekitar 45% dikarenakan kebanyakan mengkonsumsi makanan yang tidak baik dan kurang sehat.

Dismenore dapat dikurangi dengan tindakan farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan dengan tindakan farmakologi diantaranya dengan minum obat anti nyeri, seperti asetaminofen, asam mefenamat, aspirin, dan lain-lain. Pengobatan non-farmakologi untuk mengurangi nyeri *dismenore* diantaranya relaksasi, hipnoterapi, akupuntur dan lain-lain. Salah satu cara yang efektif untuk mencegah nyeri *Dismenore* ini adalah relaksasi dalam bentuk pijatan tangan atau *massase* (Gumangsari, 2014).

Massage adalah tindakan penekanan oleh tangan pada jaringan lunak biasanya otot tendon atau ligamen tanpa menyebabkan pergeseran atau perubahan posisi sendi guna menurunkan nyeri menghasilkan relaksasi dan atau meningkatkan sirkulasi.(noni,2010) jenis jenis massage yang dapat menurunkan skala nyeri massage *efflurage*(menggosok), *petrisage*(memijat-mijat), *vibration*(menggetarkan), *friction* (menggerus),*tapotement*(memukul). menurut ArdhiMardiyanto,2015

Endorphin massage adalah suatu metode sentuhan ringan yang pertama kali dikembangkan oleh Constance Palinsky dan digunakan untuk mengelola rasa sakit. Teknik sentuhan ringan juga membantu menormalkan denyut jantung dan tekanan darah. Teknik sentuhan ringan ini mencakup pemijatan ringan yang bisa membuat bulu-bulu halus di permukaan kulit berdiri. Sejumlah penelitian membuktikan bahwa teknik ini meningkatkan pelepasan hormon endorphin dan oksitosin yang berfungsi untuk mengurangi rasa sakit (Aprillia, 2010).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh asri rahayu (2017) dalam jurnal utama pengaruh *endorphin massage* terhadap rasa sakit *disminor* pada maha siswi jurusan kebidanan poltekes kemenkes tasik malaya menunjukkan bahwa nyeri *Dismenore* sebelum diberikan *massage endorphin* ada pada kategori nyeri sedang yaitu sebanyak 21 orang (55,3%) nyeri *disminor* setelah diberikan message

endorphin ada pada kategori nyeri ringan yaitu sebanyak 22 orang (57,9%) hasil uji wilcoxon menunjukkan bahwa korelasi antara dua variable adalah sebesar - 5.414 dengan signipikasi sebesar 0,000 berdasarkan hasil tersebut dapat di simpulkan bahwa endorphin massage dapat menurunkan nyeri *DISMENORE*.

Oleh karena itu ,penulis tertarik untuk meelakukan penelitian tentang “Aplikasi Pijat *Endorphine* Terhadap Perubahan Skala Nyeri *DISMENORE*” diwilayah Kerja Puskesmas Cidaun Kabupaten Cianjur.

1.2 Tujuan Karya Tulis Ilmiah

Berdasarkan uraian tersebut tujuan penelitian untuk memahami dan mengaplikasikan aplikasi pijat endorphine terhadap nyeri akut *DISMENORE* di wilayah kerja Puskesmas Cidaun Kabupaten Cianjur

1.3 Pengumpulan Data

Metode pengumpulan data yang digunakan peneliti adalah dengan cara

- 1.3.1 Observasi : melakukan pengamatan langsung kepada pasien
- 1.3.2 Wawancara : menanyakan langsung kepada pasien terkait masalah yang dialami pasien
- 1.3.3 Studi litelature ; mencari sumber dari jurnal, buku, laporan penelitian, dan juga media massa

1.4 Manfaat Karya Tulis Ilmiah

- 1.4.1 Manfaat teoritis
Hasil penelitian dapat digunakan sebagai sumbangan bagi ilmu pengetahuan khususnya keperawatan untuk dapat memberikan wawasan baru tentang Aplikasi Pijan Endorphine Terhadap Perubahan Skala Nyeri Disminore sehingga dapat digunakan sebagai bahan perbaikan maupun peningkatan pengetahuan.
- 1.4.2 Manfaat praktis
 - 1.4.2.1 Bagi perawat

Terapi ini diharapkan dapat memberikan referensi baru bagi peayanan asuhan keperawatan dirumahsakit untuk mengelola pasien dengan Nyeri Dismenore

1.4.2.2 Bagi Puskesmas

Memberikan tambahan ilmu pengetahuan baru yang dapat lebih dikembangka lagi untuk menangani masalah nyeri disminore

1.4.2.3 Bagi pasien

Hasil dari pemberian terapi ini sangat berguna untuk pasien karena dapat menurunkan skala nyeri *dismenore* tanpaadanya resiko efek samping yang membahayakan pasien danmudah dilakukan

1.4.2.4 Bagi institusi pendidikan

Sebagai bahan masukan untuk kegiatan proses belajar mengajar mengenai terapi pijat endorphine terhadap perubahan skala nyeri *dismenore*. Serta sebagai bahan bacaan menambah wawasan bagi mahasiswa UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SUKABUMI yang berkaitan dengan terapi pijat endorphine terhadap perubahan skala nyeri.

1.4.2.5 Bagi peneliti

Peneliti dapat meningkatkan pengalaman belajar dalam meningkatkan pengetahuan peneliti.