

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Remaja merupakan kelompok usia yang unik yang dapat dikatakan sebagai usia transisi, yaitu pada kelompok usia dewasa namun juga bukan kelompok usia anak. Batas usia muda adalah 12-17 tahun (Mokoginta et al., 2021). Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja berusia antara 10 dan 19 tahun. Masa remaja merupakan masa yang penting karena ditandai dengan perubahan hubungan fisik, psikis dan psikososial. Perubahan fisiologis kritis yang membawa individu menuju kematangan fisik dan biologis. Pada remaja perempuan perubahan yang terjadi seperti pertumbuhan payudara dan pinggul, penambahan panjang badan, tumbuhnya bulu ketiak dan kemaluan serta menstruasi (Wulanda et al., 2020).

Menstruasi adalah perubahan fisiologis secara berkala pada tubuh wanita yang dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Menstruasi terjadi akibat luruhnya lapisan rahim (endometrium) yang mengandung banyak darah. Menstruasi adalah keluarnya darah secara teratur dari rahim wanita. Menstruasi juga merupakan tanda bahwa rahim sudah matang dan siap untuk pembuahan. Menstruasi berlangsung rata-rata enam hari dan darah yang dikeluarkan saat menstruasi sekitar 50-100 ml (Mokoginta et al., 2021).

Wanita terkadang merasakan sakit saat menstruasi. Rasa sakit yang dirasakan bisa berbeda-beda pada setiap wanita. Rasa sakit yang dirasakan mulai dari sakit perut seperti ditusuk, mulas, kaki lemas hingga pingsan. Kondisi ini disebut dismenorea (Salsabila et al., 2022).

Dismenorea dibagi menjadi dua yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer adalah nyeri haid yang berasal dari kram rahim yang disebabkan oleh kontraksi rahim dan melepasnya dinding rahim akibat peningkatan prostaglandin. Sedangkan dismenorea sekunder merupakan salah satu penyebab atau gejala suatu penyakit

genitalia seperti endometriosis, kista, kanker (Novryanthi & Nurhayati, 2021). Di Indonesia angka kejadian dismenorea yaitu 107.673 jiwa (64,25%) yang terdiri dari 59,671 jiwa (54,89%) mengalami dismenorea primer dan 9,496 jiwa (9,36%) mengalami dismenorea sekunder (Meinika & Andriani, 2022).

Hampir semua wanita mengalami dismenorea hingga 90%, masalah ini mengganggu setidaknya 50% wanita selama masa reproduksi dan 60-85% selama masa remaja, menyebabkan banyak absen dari sekolah dan kantor. Menurut data *World Health Organization* (WHO) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenorea. Diseluruh dunia prevalensi dismenorea telah dilaporkan sebesar 25% hingga 97% (rata-rata 50%) dan hampir 20% kasus terjadi rasa sakit yang sangat mengganggu. Walaupun begitu angka kejadian dismenorea di Indonesia tidak setinggi negara lain.

Menurut Kemenkes RI tahun 2016 prevalensi remaja putri di Indonesia yang mengalami kejadian nyeri haid sekitar 55% (Wulanda et al., 2020). Data Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) tahun 2017 menunjukkan bahwa Jawa Barat memiliki jumlah gangguan menstruasi tertinggi, yaitu 82% (Haqiqi, 2019). Berdasarkan data penelitian angka kejadian dismenorea di Jawa Barat cukup tinggi yaitu 54,9% wanita mengalami dismenorea, dimana 24,5% mengalami dismenorea ringan, 21,28% mengalami dismenorea sedang dan 9,36% mengalami dismenorea berat.

Gejala dismenorea bisa berupa mual, muntah, diare, kram, sakit perut mirip kolik. Beberapa wanita bahkan mengalami pingsan yang cukup parah, keadaan ini muncul dengan intensitas berat sehingga menyebabkan penderita mengalami kelumpuhan aktivitas untuk sementara (Novryanthi & Nurhayati, 2021). Akibat dari dismenorea adalah berkurangnya rasa nyaman, berkurangnya aktivitas, gangguan tidur, hilangnya nafsu makan, gangguan pergaulan dan kesulitan berkonsentrasi dalam bekerja dan belajar. Gejala dismenorea juga ditandai dengan nyeri hebat sebelum atau selama menstruasi. Hal tersebut memaksa penderitanya untuk istirahat dari

pekerjaan atau kesehariannya selama beberapa jam atau hari (Octaviani et al., 2019). Nyeri juga mempengaruhi keadaan emosi (Wulanda et al., 2020).

Upaya penanganan dismenorea dapat dilakukan dengan dua cara, yakni, dengan pengobatan farmakologis dan non-farmakologis. Pengobatan farmakologis dismenorea biasanya menggunakan obat-obatan yang mengurangi nyeri haid. Obat-obatan tersebut termasuk pereda nyeri (penghilang rasa sakit) yang termasuk dalam golongan obat anti inflamasi non steroid seperti paracetamol, ibuprofen dan obat penghilang rasa sakit lainnya, tetapi obat ini bersifat adiktif dan memiliki kontra indikasi seperti hipersensitivitas (Novryanthi & Nurhayati, 2021).

Melihat sifat adiktif dari obat-obat penahan sakit, perawat memiliki peran dalam menangani dismenorea. Peran perawat adalah memperhatikan masalah kesehatan reproduksi remaja, dengan memberikan perhatian khusus pada kualitas hidup remaja putri yang menderita dismenorea. Perawat juga berperan dalam promosi kesehatan berupa penyuluhan kesehatan terkait pencegahan dan pengobatan dismenorea kepada remaja putri agar remaja dapat mencegah dismenorea misalnya dengan program olahraga teratur minimal tiga kali per hari dalam seminggu (Dewi et al., 2018). Perawat dapat menyarankan pengobatan non-farmakologis untuk meredakan nyeri dismenorea.

Pengobatan non-farmakologis dapat dilakukan untuk mengatasi kram menstruasi salah satunya yaitu dengan aromaterapi. Aromaterapi adalah cara untuk menyembuhkan tubuh atau mengobati penyakit dengan menggunakan minyak esensial. Aromaterapi mempengaruhi kerja otak yaitu saraf penciuman yang berhubungan langsung dengan hipotalamus, bagian otak yang mengontrol sistem kelenjar, yang mengatur hormon yang mempengaruhi fungsi tubuh dan memfasilitasi kerja limbik terkait sistem ke dalam aliran darah (Mokoginta et al., 2021).

Aromaterapi memiliki berbagai jenis wewangian yang terdiri atas wangi tumbuhan atau bunga. Salah satu aromaterapi yang dapat digunakan adalah aromaterapi lavender. Kandungan utama dalam aromaterapi

lavender adalah *linalool acetate*, dimana *linalool acetate* melemaskan dan merilekskan sistem saraf dan otot yang mengalami ketegangan, sedangkan linalool berperan sebagai relaksan dan sedative. Sehingga aromaterapi lavender berguna untuk meningkatkan kondisi fisik dan psikologis. Secara fisik baik digunakan untuk mengurangi rasa sakit, sedangkan secara psikologis dapat menenangkan pikiran, mengurangi ketegangan dan kecemasan, serta memberikan ketenangan. Bau dari aromaterapi lavender akan meningkatkan gelombang-gelombang alfa di dalam otak dan dapat membantu tubuh untuk merasa rileks sehingga dapat mengurangi nyeri haid (Christiana & Jayanti, 2020).

Penggunaan lilin aromaterapi lavender untuk digunakan sebagai Pereda nyeri dismenorea telah dibuktikan oleh beberapa penelitian. Pertama, hasil penelitian Mokoginta et al., (2021) ditemukan bahwa siswi mengalami penurunan dismenorea primer secara keseluruhan akibat nyeri dapat diatasi dengan pemberian lilin aromaterapi lavender, tanpa obat pereda nyeri. Penelitian kedua dilakukan oleh Meinika & Andriani (2022) dimana remaja yang mengalami nyeri dismenorea sedang hingga berat menurun setelah mahasiswi diberikan aromaterapi lavender. Tingkat nyeri mahasiswi menurun menjadi tidak nyeri, nyeri ringan, dan nyeri sedang. Penelitian ketiga oleh Salsabila et al., (2022) terlihat bahwa setelah diberikan aromaterapi lavender secara inhalasi, rata-rata tingkat intensitas nyeri menstruasi responden menurun menjadi tingkat sedang, ringan bahkan tidak mengalami nyeri.

Penulis melakukan studi awal dan diperoleh hasil bahwa terdapat data kejadian dismenorea pada remaja putri di Cikole Kota Sukabumi. Dari hasil kuesioner terhadap 21 responden, didapatkan data 20 orang mengalami dismenorea dan satu orang tidak mengalami dismenorea. Hasil menunjukkan tujuh orang mengalami dismenorea ringan, 13 orang mengalami dismenorea sedang, dan satu orang mengalami dismenorea berat. Sehingga dapat disimpulkan bahwa di daerah Cikole ini terdapat fenomena dismenorea pada remaja putri saat menstruasi. Berdasarkan uraian tersebut penulis tertarik untuk melakukan “Aplikasi Pemberian Lilin

Aromaterapi Lavender Untuk Mengurangi Nyeri Akut Dismenorea Pada Remaja Putri”.

## **B. Tujuan Penulisan**

### 1. Tujuan Umum

Tujuan umum dalam penulisan ini untuk mengetahui bagaimana pengaplikasian lilin aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri dismenorea pada remaja putri.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mampu mendeskripsikan pengkajian pada pasien dengan nyeri.
- b. Mampu menetapkan diagnosa pada pasien dengan nyeri.
- c. Mampu menyusun dan melaksanakan intervensi keperawatan pada pasien dengan nyeri.
- d. Mampu melakukan asuhan keperawatan pada pasien dengan nyeri.
- e. Mampu melakukan implementasi pada pasien dengan nyeri.
- f. Mampu melakukan evaluasi pada pasien dengan nyeri.
- g. Mampu mengaplikasikan pemberian lilin aromaterapi lavender untuk pasien dengan nyeri.

## **C. Manfaat Penulisan**

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai sumbangan ilmu pengetahuan khususnya keperawatan untuk dapat memberikan wawasan baru mengenai aplikasi pemberian lilin aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri dismenorea pada remaja putri sehingga dapat digunakan sebagai bahan perbaikan maupun peningkatan wawasan dan pengetahuan mengenai materi keperawatan maternitas.

### 2. Manfaat Praktis

Hasil dari pengaplikasian terapi ini berguna untuk remaja putri karena dapat memberikan relaksasi serta mengurangi nyeri akibat dismenorea tanpa mengakibatkan efek samping yang membahayakan.