

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut WHO masa remaja merupakan periode peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa dari rentang usia 10-19 tahun. Pada masa ini terjadi perubahan-perubahan baik dari fisik, mental dan psikososial. (Eka Sarofah N, 2021). Pada remaja putri khususnya, awal dari masa ini ditandai dengan berfungsinya sistem reproduksi yaitu terjadinya menstruasi(menarche). Meskipun menstruasi merupakan hal fisiologis yang dialami seorang perempuan, namun terkadang dapat menimbulkan masalah, salah satunya nyeri menstruasi atau dismenore. Dismenore merupakan nyeri yang dirasakan dibawah perut yang terjadi sebelum dan saat menstruasi. Dismenore merupakan masalah yang paling umum dialami oleh seorang wanita termasuk remaja putri. Keluhan nyeri yang dirasakan seperti nyeri perut bagian bawah, kadang paha bagian dalam, nyeri punggung dsb(Akbar, *et al.*, 2020). Kondisi tersebut pada sebagian remaja putri sampai bisa memengaruhi aktifitas sehari-hari hingga seorang remaja putri harus beristirahat dan sampai tidak bisa mengikuti proses pembelajaran. Menurut kumalasari (2012) remaja putri yang mengalami nyeri haid dapat memberikan dampak berupa terganggunya aktivitas belajar dan juga mampu menurunkan konsentrasi karena nyeri yang dirasakan (IGA Karnasih, 2021).

Secara Global angka kejadian dismenore cukup tinggi dengan rata-rata lebih dari 50% wanita mengalami dismenore. Berdasarkan data remaja putri dengan

kejadian dismenore di Indonesia didapatkan data sebesar 64,5% yang terdiri dari 54,89% mengalami dismenore primer dan sebesar 9,36% mengalami dismenore sekunder (IGA Karnasih, 2021). Prevalensi kejadian dismenore primer pada remaja putri daerah Jember sebesar 69,5% dan sebesar 30,5% tidak mengalami dismenore (Sulistiyani, 2020).

Terjadinya dismenore ini karena adanya hormon prostaglandin yang menyebabkan peningkatan frekuensi kontraksi otot rahim sehingga menyebabkan nyeri dibawah perut. Ketika hormon prostaglandin dilepaskan dalam peredaran darah dalam jumlah berlebih maka timbul seperti diare, mual, muntah, dan karena terjadi pengeluaran sejumlah darah sehingga volume darah dalam tubuh yang biasanya mensuplai oksigen dan nutrisi keseluruhan tubuh akan berkurang sehingga menyebabkan pusing (Rini, *et al.*, 2022). Dismenore ada dua macam, yakni dismenore primer dan dismenore sekunder, nyeri yang muncul pada remaja/wanita tanpa adanya kelainan patologi organ reproduksinya dinamakan dismenore primer, sedangkan nyeri yang muncul jika ada kelainan pada organ reproduksinya dinamakan dismenore sekunder (Akbar, *et al.*, 2020).

Penanganan yang bisa diberikan untuk meredakan ketidaknyamanan dismenore ini ada dua cara yang bisa dilakukan yaitu dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Dalam penanganan farmakologi ini bisa diberikan obat-obatan *Non Steroidal Anti-Inflammatory Drugs (NSAIDs)* seperti ibuprofen, asam mefenamat, naproksen. NSAIDs ini bermanfaat untuk mencegah nyeri, jadi jika wanita akan segera menstruasi atau segera setelah perdarahan mulai, segera untuk minum obat

jenis ini karena mampu menghalangi sintesis prostaglandin (Muralitharan Nair, 2022). Penanganan non farmakologi yang bisa dilakukan antara lain latihan aerobik, tidur yang cukup baik sebelum dan selama menstruasi, kompres hangat, posisi knee chest, massage, guided imagery, latihan yoga dan relaksasi (Natassia, 2022).

Massage efflurage adalah suatu teknik pijat berupa sapuan panjang dan halus di sepanjang serat otot atau apapun itu yang dituju, pijat ini cenderung membuat rileks dan mengantuk (Davies, 2006). Kelebihan massage efflurage dari terapi yang lain yaitu sangat mudah dilakukan dengan cara pemijatan seperti usapan lembut, lambat dan panjang atau tidak putus-putus, dan tidak menggunakan alat khusus untuk melakukan. Teknik massage efflurage aman, mudah, tidak memerlukan banyak alat, tidak perlu biaya, tidak punya efek samping, dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain (Septika Yan, 2022) *Masase efflurage* akan mengurangi hipoksia pada jaringan sehingga terjadi peningkatan kadar oksigen di jaringan dan menyebabkan nyeri berkurang. Pemberian terapi *masase efflurage* juga dapat menyebabkan terjadinya pelepasan hormon endorfin sehingga ambang nyeri meningkat (Muhammad Amin, 2020). Dimana hormon endorfin ini neurotransmitter yang menghambat pengiriman rangsangan nyeri sehingga dapat menurunkan sensasi nyeri. Hal ini karena manfaat *massage efflurage* digunakan untuk menghangatkan jaringan, menenangkan sistem saraf dan mengendurkan otot yang tegang (Scheumann, 2007). Hal ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Amin,dkk tahun 2020 pada siswi di SMP Muhammadiyah Terpadu Kota Bengkulu dihasilkan ada pengaruh terapi

massage efflurage terhadap penurunan skala nyeri dismenore primer pada remaja putri.

Aromaterapi adalah metode relaksasi yang menggunakan minyak essensial dalam pelaksanaannya yang bermanfaat untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi, dan spirit seseorang. Minyak aromaterapi lavender memiliki efek relaksasi maupun perangsang, menenangkan kecemasan dan depresi, karena kandungan linalool dan linalil asetat pada minyak lavender mampu sebagai tonik untuk sistem saraf dan dapat menstimulasi respon imunitas tubuh (Natassia, 2022). Setelah pijatan, terjadi peningkatan lepasnya hormone endorfin sehingga terjadilah peningkatan ambang nyeri serta rasa sakit yang dirasakan berkurang (Hikmah 2018). Pada penelitian yang sudah dilakukan oleh Vitrianingsih tahun 2019 pada siswi SMK Negeri 1 Depok dihasilkan ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap skala nyeri dismenore.

Dari hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan pada bulan Agustus 2022 terhadap 20 mahasiswi Tingkat 1A Kelas Reguler, melalui wawancara tentang dismenore yang pernah dirasakan saat menstruasi diperoleh bahwa yang mengalami dismenore setiap bulan didapatkan 15 orang (75%), dan 5 orang (25%) mengalami dismenore jarang setiap bulannya. Selanjutnya berdasarkan pernyataan yang disampaikan responden dalam upaya menangani dismenore banyak macam cara yang dilakukan seperti kompres hangat, minum rebusan kunyit dan asam, minum susu dsb.

Berdasarkan uraian diatas penanganan ketidaknyamanan dismenore dengan terapi nonfarmakologi menggunakan *massage efflurage* dan *massage efflurage* menggunakan essensial oil aromaterapi lavender hasilnya dari masing-masng intervensi ada perubahan skala nyeri yang terjadi. Dari hal ini peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai perbedaan perubahan intensitas dismenore dengan pemberian intervensi *massage efflurage* dan *massage efflurage* menggunakan minyak essensial oil aromaterapi lavender sehingga peneliti mengambil judul penelitian “Perubahan Intensitas Dismenore Melalui Pemberian *Massage Efflurage* dan *Massage Efflurage* Aromaterapi Lavender pada Mahasiswi Tingkat 1 A di Kampus 1 Poltekkes Kemenkes Malang”.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada Perubahan Intensitas Dismenore melalui Pemberian *Massage Efflurage* dan *Massage Efflurage* Aromaterapi Lavender di Mahasiswi Tingkat 1 A di Kampus 1 Poltekkes Kemenkes Malang?.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui perubahan intensitas dismenore melalui pemberian *massage efflurage* dan *massage efflurage* aromaterapi lavender di mahasiswa tingkat 1 A di kampus 1 Poltekkes Kemenkes Malang.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas dismenore sebelum *massage efflurage* pada mahasiswa tingkat 1 A

- b. Mengidentifikasi intensitas dismenore sesudah *massage efflurage* pada mahasiswa tingkat 1 A
- c. Mengidentifikasi intensitas dismenore sebelum *massage efflurage* menggunakan minyak aromaterapi lavender pada tingkat 1 A
- d. Mengidentifikasi intensitas dismenore sesudah *massage efflurage* menggunakan minyak aromaterapi lavender pada tingkat 1 A
- e. Menganalisis perubahan intensitas dismenore sesudah dilakukan *masssage efflurage*
- f. Menganalisis perubahan intensitas dismenore sesudah dilakukan *massage efflurage* menggunakan minyak aromaterapi lavender
- g. Menganalisis perubahan penurunan intensitas dismenore antara *massage efflurage* dan *massage efflurage* menggunakan minyak aromaterapi lavender.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menjadi sumber informasi dan referensi dalam ilmu kebidanan khususnya terapi nonfarmakologis yang dapat digunakan untuk mengatasi dismenore pada remaja putri.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Tempat penelitian

Penelitian ini dapat digunakan untuk menyelesaikan permasalahan yang terjadi pada remaja putri yang mengalami dismenore di tempat

penelitian sehingga diharapkan dengan terapi non farmakologis ini dapat mengalami penurunan nyeri dismenore.

b. Bagi Institusi

Sebagai bahan informasi mengenai penurunan nyeri dismenore pada remaja putri melalui *massage efflurage* dan *massage effluerage* aromaterapi lavender

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan *massage efflurage* dan *massage efflurage* aromaterapi lavender pada remaja yang mengalami dismenore.