

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* dalam Sulistyorini (2017) Rata-rata insidensi atau prevalensi terjadinya *dismenore* pada wanita usia muda sekitar 16,8-81%. Prevalensi *dismenore* di Eropa antara 45-97%. Sedangkan prevalensi *dismenore* di Indonesia sebesar 60-70% dan 15% diantaranya mengalami nyeri yang berat umumnya pada usia remaja (Hestiantoro, 2012).

Alsaleem (2018) melaporkan salah satu universitas di Arab Saudi 70,6% mahasiswi dengan rentang usia 18-23 tahun mengalami *dismenore* dengan skala nyeri bervariasi. Dari 139 mahasiswi yang mengalami *dismenore*, 25 orang (18%) melaporkan mengalami nyeri dengan skala ringan, 65 orang (46,8%) nyeri skala sedang, dan 49 orang (35,2%) melaporkan nyeri dengan skala berat. Keluhan yang dialami mahasiswi beragam dengan keluhan yang paling banyak dilaporkan yaitu perubahan nafsu makan (53,8%), nyeri punggung (54,3%), mual (45,7%) dan perut kembung (43,1%) (Alsaleem, 2018).

Dismenore merupakan keluhan nyeri dan gangguan ginekologi yang paling banyak dilaporkan oleh kalangan remaja dan dewasa muda yang dialami wanita saat menstruasi. Wanita dengan rentang usia 17 – 24 tahun paling sering melaporkan kondisi *dismenore* (Proverawati and Misaroh,

2009; Lowdermilk, Perry and Cashion, 2013; Zakaria, Rahmawati and Zatri, 2015; Takhelchangbam *et al.*, 2021).

Nyeri dan rasa tidak nyaman selama menstruasi memberikan dampak yang mempengaruhi kualitas hidup wanita yang mengalaminya. Penelitian yang dilaksanakan oleh Bilir (2020) terhadap mahasiswi di salah satu universitas di Turki diperoleh hasil bahwa 56% mahasiswa mengalami gangguan dalam prestasi dan kinerja akademik.

Ghanghoriya (2018) meneliti prevalensi *dismenore* dan kualitas hidup mahasiswi keperawatan di Fakultas Kedokteran Universitas Netaji Subhash Chandra Bose. Dari penelitian tersebut diperoleh hasil bahwa 63,29% mahasiswi melaporkan tidak mengikuti perkuliahan akibat *dismenore* dan mengalami gangguan konsentrasi belajar, 31,64% mengatakan harus absen dari klinik tempat praktik, 51,89% memilih melakukan penarikan sosial, dan 7,59% memilih menggunakan obat-obatan untuk mengurangi nyeri. Penelitian yang dilakukan oleh Moon (2021) pada mahasiswi keperawatan di salah satu Universitas di Korea Selatan, diperoleh hasil yaitu nyeri menstruasi berkorelasi negatif dengan kinerja praktik klinis. Hal tersebut menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat nyeri yang dirasakan maka semakin rendah kinerja praktik klinis mahasiswi.

Dismenore dapat diatasi dengan penatalaksanaan yaitu manajemen nyeri secara farmakologis dan non-farmakologis. Adapun salah satu cara untuk menurunkan intensitas *dismenore* yaitu menggunakan *endorphin massage*. *Endorphin massage* merupakan pijatan atau sentuhan lembut menggunakan ujung jari yang dilakukan dimulai dari leher menuju punggung dengan arah pijatan menuju kedua sisi rusuk membentuk huruf V terbalik selama 10-15 menit. Pijatan ini dilakukan satu kali pada hari pertama atau kedua saat menstruasi. Pijatan ini menyebabkan keluarnya hormon *endorphin* yang bekerja menghambat transmisi nyeri (Azizah, Widyawati and Anggraini, 2011).

Endorphin merupakan hormon alami seperti morfin yang dimiliki manusia dan memiliki banyak manfaat yaitu mengatur produksi hormon pertumbuhan dan seks, dan meningkatkan sistem kekebalan tubuh. *Endorphin* juga bekerja bersama dengan reseptor sedatif untuk mengurangi stress dan menghilangkan rasa sakit. Reseptor ini diproduksi pada bagian *spinal cord* (simpul saraf tulang belakang hingga tulang ekor) (Aprillia and Ritchmond, 2011; Azizah, Widyawati and Anggraini, 2011).

Sejumlah penelitian membuktikan bahwa teknik ini dapat mengurangi *dismenore*. Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu (2017) meneliti tentang pengaruh *endorphin massage* terhadap *dismenore* pada mahasiswi jurusan kebidanan diperoleh hasil nilai p-value sebesar 0,000, hal tersebut menunjukkan bahwa terdapat pengaruh *endorphin massage* terhadap *dismenore*. Penelitian lain yang dilakukan oleh Rahmawati (2020)

diperoleh hasil bahwa *endorphin massage* berpengaruh terhadap penurunan nyeri *dismenore* dengan nilai p-value 0,000.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilaksanakan pada Oktober 2021, diperoleh hasil dari 40 mahasiswi, 31 diantaranya mengalami *dismenore* dengan intensitas skala nyeri 1-8. Mahasiswi mengatakan mengatasi nyeri tersebut dengan tidur, kompres air hangat dan minum jamu. Belum ada mahasiswi yang menggunakan terapi *endorphin massage* untuk mengurangi *dismenore*, Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh *Endorphin Massage* terhadap *Dismenore* Mahasiswi Jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas *dismenore* mahasiswi jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas *dismenore* mahasiswi jurusan Keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya karakteristik responden *dismenore* pada mahasiswi jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta berdasarkan intensitas *dismenore*
- b. Diketuainya intensitas nyeri *dismenore* pada mahasiswi jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sebelum dan setelah diberikan perlakuan pada kelompok intervensi
- c. Diketuainya intensitas nyeri *dismenore* pada mahasiswi jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sebelum dan setelah diberikan perlakuan pada kelompok kontrol
- d. Diketuainya perbedaan intensitas nyeri *dismenore* pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol

D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini pada keperawatan maternitas, untuk mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas *dismenore* pada mahasiswi jurusan keperawatan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat sebagai bahan kajian keperawatan maternitas terutama tentang pengaruh terapi alternatif dalam mengurangi nyeri *dismenore*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja Putri

Penelitian ini dapat digunakan sebagai salah satu metode nonfarmakologis yang dapat dipilih untuk mengurangi *dismenore*.

b. Jurusan Keperawatan

Standar Operasional Prosedur *endorphin massage* diharapkan menjadi perhatian dalam kurikulum jurusan keperawatan sebagai bahan pembelajaran dalam mata kuliah keperawatan maternitas.

c. Penelitian selanjutnya

Bahan pertimbangan bagi peneliti selanjutnya mengenai perlunya pengembangan penelitian terkait pengaruh *endorphin massage* terhadap intensitas *dismenore*.

F. Keaslian Penelitian

1. Rahayu (2017) dalam penelitian “Pengaruh *Endorphin Massage* terhadap Rasa Sakit Dismenore pada Mahasiswi Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2017”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimental dengan desain penelitian *pra eksperimen* dengan rancangan penelitian *One Group Pretest-Posttest*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi jurusan kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya yang menderita *dismenore* setiap bulan tanpa menggunakan pengobatan untuk mengurangi nyeri.

Teknik pengambilan sampel yang digunakan yaitu *Total Sampling*. Hasil penelitian menunjukkan rata-rata tingkat nyeri sebelum diberikan intervensi *endorphin massage* sebesar 5,28 dan rata-rata tingkat nyeri setelah diberikan *endorphin massage* sebesar 2,86, dari hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa terdapat penurunan tingkat *dismenore* setelah diberikan intervensi *endorphin massage*.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu variabel penelitian yaitu *endorphin massage* dan tingkat *dismenore*. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak populasi, teknik sampling, lokasi dan waktu penelitian.

2. Siahaan (2017) dalam penelitian “Pengaruh Pijat Endorphen terhadap Intensitas Nyeri Punggung pada Ibu Bersalin Primigravida Kala I Fase Aktif di Klinik Bersalin Citra Medan Tahun 2017”. Penelitian ini menggunakan jenis penelitian eksperimental dengan desain penelitian *pra eksperiment*. Teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada variabel independen yaitu *massage endorphen*, dan teknik sampling. Sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu variabel dependen, desain penelitian, populasi, lokasi penelitian, dan waktu penelitian.

3. Hasibuan (2018) dalam penelitian “Pengaruh *Endorphine Massage* terhadap Penurunan Kecemasan Ibu Premenopause/Menopause Di Wilayah Kerja Puskesmas Namorambe Desa Sudirejo Kab. Deli Serdang tahun 2018”. Penelitian merupakan jenis penelitian eksperimental dengan desain penelitian *Quasi Eksperiment* dan rancangan penelitian *Posttest Only Control Group Design*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu *simple random sampling*. Data tingkat kecemasan diperoleh dengan kuesioner kecemasan (HARS). Hasil uji analisis menggunakan *paired t-test*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa Pengaruh *Massage Endorphin* Terhadap kecemasan Ibu Premenopause dan Menopause dengan menggunakan uji *t independen sample test* diperoleh hasil *t* hitung sebesar 5,298 dengan *p value* 0,000 (*p value* < 0,05). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian *massage endorphin* terhadap kecemasan ibu premenopause/ menopause.

Persamaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah variabel penelitian, dan teknik sampling, sedangkan perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada skala pengukuran nyeri yang digunakan, populasi, tempat, dan waktu penelitian.