

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Kesehatan reproduksi remaja diartikan sebagai kondisi sehat secara sistem, fungsi dan proses reproduksi yang termasuk didalamnya kesehatan mental, sosial dan juga kultural. Hasil *International Conference On Population Development (ICPD)* tahun 1994 menerangkan bahwa remaja kedepannya harus mengetahui dan memahami kesehatan reproduksi dan seksual. Menurut Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, tujuan dari kesehatan reproduksi adalah untuk menciptakan generasi muda yang sehat dengan meningkatkan tingkat kesehatan reproduksinya, sehingga mendukung usaha dalam meningkatkan kualitas generasi yang akan datang (Kemetrian Kesehatan Republik Indonesia, 2021).

Menurut Shilphy (2020) menyatakan kalau masa remaja merupakan masa pertumbuhan yang dinamis dalam kehidupan seseorang. Masa ini merupakan peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang diandai dengan pertumbuhan fisik, mental, emosional dan sosial. Perubahan paling awal yang terjadi adalah pertumbuhan biologis. Salah satu ciri peremajaan biologis adalah timbulnya menstruasi. Menstruasi dimulai pada masa pubertas dan seorang perempuan siap untuk memiliki anak atau pada masa reproduksi. Periode menstruasi biasanya dimulai antara usia 10 sampai 16 tahun, tergantung pada sejumlah faktor termasuk kesehatan wanita, status gizi dan berat badan terhadap tinggi badan (Shilphy, 2020).

Menstruasi merupakan salah satu tanda kematangan genital (seksual) yang terjadi pada perempuan pada masa pubertas. Menstruasi terjadi setiap bulan, sesuai dengan siklusnya. Beberapa perempuan menderita kondisi yang umumnya dikenal sebagai nyeri haid (dismenore) sebelum atau selama menstruasi. Jika ini tidak segera ditangani dapat mengganggu aktifitas sehari-hari (Ramadhani, 2021).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 angka kejadian dismenore sebesar 1.769.425 (90%) perempuan dengan dismenore yakni 10-16% mengalami dismenore berat. Angka kejadian dismenore sangat tinggi diseluruh dunia, rata-rata hampir 50% perempuan mengalaminya. Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64, 25%, dimana 54,89% mengalami dismenore primer dan 9,36% mengalami dismenore skunder (Syafriani, 2021).

Berdasarkan data dari berbagai negara, angka kejadian dismenore di dunia cukup tinggi. Diperkirakan 50% dari seluruh wanita di dunia menderita dismenore dalam sebuah siklus menstruasi. Pasien melaporkan nyeri saat haid, dimana sebanyak 12% nyeri haid sudah parah, 37% nyeri haid sedang, dan 49% nyeri haid masih ringan. Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami dismenore dan 10/15% diantaranya mengalami dismenore berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Bahkan diperkirakan para perempuan di Amerika kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan akibat dismenore (Elvira, Mariza, & Tulkhair, 2021).

Di Provinsi DIY prevalensi wanita usia produktif yang mengalami dismenore mencapai 52%. Sebanyak 30% penanganan dismenore menggunakan penanganan farmakologi yaitu dengan minum obat pengurana rasa overi dan belum tabu penanganan non-farmakolosi dengan mengsunakan telniks mengurangi rasa nyeri tanpa obat (Sari & Hayati, 2021). Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Kabupaten, Bantul, yaitu data kunjungan pasien penderita distenore di Puskesmas, terdapat 689 perempuan mengalami dismenore dengan kejadian terbanyak pada usia 15-44 tahun yang merupakan perempuan usia produktif .

Menstruasi adalah proses siklus bulanan pada wanita di usia reproduktif yang ditandai dengan perdarahan dari rahim. Perdarahan ini merupakan hasil dari peluruhan lapisan endometrium, yaitu lapisan dinding rahim yang tidak lagi diperlukan setelah tidak terjadi pembuahan sel telur oleh sperma. Beberapa wanita mungkin mengalami ketidaknyamanan sebelum atau selama periode menstruasi, yang sering disebut sebagai nyeri haid (dismenore). Penanganan dismenore perlu dilakukan dengan efektif, karena jika tidak ditangani dengan baik, kondisi ini bisa mengganggu aktivitas sehari-hari. Selain itu, dismenore yang tidak tertangani dengan tepat dapat berdampak pada perubahan siklus menstruasi, menyebabkan masalah seperti kem&ulan, kehamilan ektopik, kista, dan infeksi (Saputra, Kurnia & Aini, 2021).

Dismenore adalah nyeri yang dirasakan sebelum dan selama menstruasi, ditandai dengan nyeri dan kram pada perut bagian bawah.

Dismenore terbagi menjadi dua jenis yaitu dismenore primer dan sekunder. Dismenore primer berhubungan dengan nyeri haid yang terjadi tanpa kelainan anatomis genital dalam batas normal, sedangkan dismenore sekunder adalah nyeri haid yang berhubungan dengan kelainan anatomis seperti kelainan organik seperti *mioma*, *polip endometrial* dan *endometriosis* (Oktavianis & Sari, 2020). Dismenore dapat mempengaruhi konsentrasi dan produktivitas belajar. Sebuah penelitian menemukan bahwa 58,5% responden mengalami gangguan dalam aktivitas belajar akibat dismenore. Selain itu, 72,7% wanita muda dengan dismenore melaporkan kesulitan dalam berkonsentrasi, dan 54,3% tidak mampu menyelesaikan pertanyaan saat ujian (Karlinda, Oswati Hasanah, & Erwin, 2022). Berdasarkan hal tersebut, peneliti memfokuskan pada dismenore primer dalam penelitian ini.

Nyeri haid yang tidak segera ditangani dapat mengganggu fungsi seperti pemberian analgesic untuk mengurangi nyeri dengan memblok prostaglandin. Remaja yang mendapatkan haid disertai dengan keluhan dismenore dapat mengakibatkan ketidaknyamanan serta dampak terhadap gangguan aktivitas. Dismenore pada remaja harus ditangani walaupun hanya dengan pengobatan sendiri atau non farmakologi agar tidak terjadi kepada hal-hal yang lebih berat lagi. Efek yang terjadi bila dismenore tidak segera diobati dapat mendasari patologi (kelainan atau gangguan) yang dapat meningkatkan mortalitas, termasuk infertilitas. Selain pengaruh

patologi, konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan, semua itu dapat memicu perasaan yang tidak menyenangkan dan asing (Asmawariza, 2022).

Penanganan yang dapat diberikan pada perempuan nyeri haid bisa secara farmakologi seperti obat Pereda nyeri dan terapi non farmakologi seperti *hot pack* (kompres panas), aromaterpi dan *massage* (Saputri et al., 2023). Salah satu terapi non farmakologi yang dapat diberikan pada perempuan yang mengalami nyeri haid adalah *massage counterpressure*. *Counterpressure* adalah pijat tekanan yang kuat pada bagian belakang tubuh dengan menggunakan punggung tangan ataupun bola tenis. Terapi pijatan ini merupakan metode yang dapat memberikan rasa nyaman pada perempuan yang mengalami nyeri haid, karena pijatan ini dapat meredakan nyeri dengan teori *gate control* yaitu implus nyeri yang dapat dihambat dengan pertahanan disepanjang sistem syaraf pusat (Oktavianis & Sari, 2020). Teknik ini sering direkomendasikan dalam terapi komplementer oleh bidan dan tenaga kesehatan, namun pelaksanaannya bisa dilakukan oleh siapa saja dengan panduan yang tepat (Rahmawati, Dwiningsih & Herawati, 2021).

Berdasarkan hasil penelitian yang di lakukan oleh Liza permata sari tahun 2020, menunjukkan rata-rata nilai nyeri sebelum diberikan terapi *counterpressure* yaitu (4,80). Nilai standar deviasinya adalah (0,422) nilai rata-rata setelah diberikan terapi *counterpressure* (1,60), standar deviasinya adalah (0,516). Berdasarkan hasil analisis statistic didapatkan *p-value* =

0,003. Kesimpulan dari penelitian ini yaitu ada pengaruh terapi counterpressure terhadap penurunan nyeri haid.

Menurut Hasil penelitian yang di lakukan Astri yunita tahun 2021 bahwa rentang nyeri yang dirasakan sebelum dilakukan counterpressure adalah pada skala 9-10 sebanyak 13 responden (54,2%) dan pada skala 7-8 sebanyak 11 responden (45,8%). setelah diberikan *counterpressure* nyeri haid yang dirasakan menurun dalam rentang skala 7-8 sebanyak 6 responden (25%) dan menurun dalam rentang 3-6 sebanyak 18 responden dengan persentase sebesar 75%; nyeri yang dialami remaja putri setelah diberikan counterpressure menurun dari nyeri berat menjadi sedang.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan teknik penyebaran google formulir tingkat nyeri haid (dismenore) dan pengetahuan tentang teknik *Counterpressure massage* dalam penanganan nyeri haid di SMAN 2 Bantul pada tanggal 03 Oktober 2024, terdapat 570 orang Remaja Putri dengan Remaja Putri kelas X dan XI sebanyak 159 remaja putri kelas X dan XI mengalami nyeri haid (dismenore), sebanyak 131 (82,39%) mengalami intensitas nyeri ringan hingga sedang dan 86,9% di antaranya belum mengetahui tentang teknik *Counterpressure massage* sebagai metode penanganan non-farmakologi terhadap nyeri haid.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh *Counterpressure massage* Terhadap Intensitas nyeri haid (Dismenore) Pada Remaja Putri Di SMAN 2 Bantul” dengan harapan dapat memberikan solusi non-farmakologis yang efektif dan dapat

diterapkan secara praktis oleh remaja dalam mengatasi nyeri haid (dismenore) primer.

## **B. Rumusan Masalah**

Dismenore merupakan salah satu keluhan yang sering dialami oleh remaja putri, terutama saat memasuki masa pubertas. Meskipun sering dianggap sebagai kondisi yang wajar, nyeri haid yang berlebihan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan konsentrasi belajar, serta berdampak pada kualitas hidup mereka. Hingga saat ini, sekitar 30% remaja mengatasi dismenore dengan metode farmakologis, sementara banyak yang belum mengetahui alternatif penanganan non-farmakologis yang lebih aman dan dapat dilakukan secara mandiri. Salah satu metode yang dapat membantu meredakan nyeri haid adalah *Counterpressure massage*, yaitu teknik pijatan dengan tekanan tertentu yang dapat meningkatkan aliran darah, mengurangi ketegangan otot, dan merangsang pelepasan *endorphin* sebagai pereda nyeri alami.

Berdasarkan latar belakang tersebut, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah *Counterpressure massage* dapat menurunkan intensitas nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMAN 2 Bantul?"

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui pengaruh *Counterpressure massage* terhadap Intensitas nyeri haid (dismenore) Pada Remaja Putri Di SMAN 2 Bantul.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Diidentifikasi karakteristik remaja putri yang mengalami nyeri dismenore primer.
- b. Diketuainya intensitas nyeri dismenore primer sebelum dan setelah intervensi *Counterpressure massage* pada kelompok eksperimen.
- c. Diketuainya intensitas nyeri dismenore primer sebelum dan setelah intervensi pemberian aromaterapi kayu manis pada kelompok kontrol.
- d. Diketuainya perbedaan intensitas nyeri dismenore primer sebelum dan setelah intervensi *Counterpressure massage* pada kelompok eksperimen.
- e. Diketuainya perbedaan intensitas nyeri dismenore primer sebelum dan setelah intervensi pemberian aromaterapi kayu manis pada kelompok kontrol.
- f. Diketuainya perbedaan intensitas nyeri dismenore primer antara kelompok eksperimen dan kelompok kontrol.

## D. Ruang Lingkup

Ruang lingkup penelitian ini adalah pada lingkup jurusan kebidanan, merupakan pelaksanaan pelayanan kebidanan khususnya pada kesehatan reproduksi, hal ini untuk mengetahui pengaruh *Counterpressure massage* terhadap intensitas nyeri dismenore pada remaja putri yang dinilai dengan *Numerical Rating Scale (NRS)*. Penelitian ini menggunakan metode *quasi*

*experimental* dengan bentuk desain penelitian yang dipilih adalah *pretest-posttest with control*.

Ruang lingkup ini mengacu pada jenis penelitian kuantitatif dengan populasi penelitian ini adalah Remaja Putri di SMAN 2 Bantul, dengan intervensi pengumpulan data, kemudian menganalisis perbedaan skala intensitas nyeri dismenore Remaja Putri setelah melakukan *Counterpressure massage* dan sebelum melakukan *Counterpressure massage*.

## **E. Manfaat**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi kajian teori dan pengetahuan khususnya pada penanganan nyeri dismenore primer secara non farmakologi.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Tenaga Kesehatan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan bahan pertimbangan untuk tenaga kesehatan dalam memberikan asuhan kepada perempuan usia produktif yang mengalami dismenore serta menjadi bahan pertimbangan untuk mengenalkan *Counterpressure massage* sebagai penanganan nyeri dismenore non farmakologi.

b. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai penanganan nyeri dismenore primer non farmakologi sehingga dapat diterapkan ketika mengalami dismenore primer saat menstruasi.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini sebagai referensi untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan *Counterpressure massage* pada remaja putri yang mengalami nyeri dismenore primer.

## F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No.	Peneliti	Judul	Perbedaan	Persamaan	Hasil
1.	Henniwati, Dewita, & Dewita, 2021a)	“ <i>Massase Counterpressure</i> Mempengaruhi Intensitas nyeri haid (dismenore) Pada Remaja Putri di SMPN 9 Kota Langsa”	1. Bentuk desain penelitian ini menggunakan one group desain	1. Metode penelitian menggunakan <i>purposive sampling</i> 2. instrument yang digunakan yaitu NRS	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian counterpressure terhadap intensitas nyeri haid (dismenore) pada remaja putri dengan nilai sig. 0,000.
2.	Oktavianis, Liza Permata Sari 2020(Oktavianis & Sari, 2020)	“Efektifitas <i>Counterpressure</i> dan Relaksasi genggam Jari Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri”	1. Variabel bebas pada penelitian ini mencakup dua teknik : <i>Counterpressure</i> dan <i>massage</i>	1. Metode penelitian menggunakan <i>purposive sampling</i>	Hasil penelitian menunjukkan dari penelitian ini yaitu ada pengaruh terapi <i>counterpressure</i> dan relaksasi

			dan relaksasi genggam jari		genggam jari terhadap penurunan nyeri haid
3.	Ulfa, Suw&ono, & Budhi 2019(Ulfa, Suwandono & Budhi, 2019)	“Perbandingan Tindakan <i>Massage</i> <i>Counterpressure</i> dan Pemberian Dark Chocolate Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore”	1. Variabe l bebas pada penelitian ini mencakup dua teknik : <i>Counterpre</i> <i>ssure</i> <i>massage</i> dan pemberian <i>dark</i> <i>chocolate</i>	1. Metode penelitian menggunakan <i>purposive</i> <i>sampling</i>	Hasil dari penelitian ini yaitu pemberian <i>dark</i> <i>cocholate</i> lebih berpengaruh dalam menurunkan nyeri haid dibandingka n dengan pemberian intervensi <i>Counterpres</i> <i>sure</i> <i>massage</i>