

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang Masalah

Menstruasi atau haid atau datang bulan merupakan perubahan fisiologis dalam wanita yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi, yang dimulai dari masa *menarche* sampai *menopause* (Syafrudin, 2011). Beberapa wanita usia subur mengalami nyeri pada saat menstruasi. Nyeri tersebut berlangsung di hari-hari menjelang atau awal menstruasi. Nyeri biasanya terasa diperut bagian bawah atau tengah bahkan terkadang hingga kepinggul, paha dan punggung (Mumpuni dan Andang, 2013).

Nyeri haid (*disminore*) adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbul rasa nyeri yang paling sering terjadi pada wanita. Wanita yang mengalami *disminore* memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak dari wanita yang tidak *disminore*. Prostaglandin menyebabkan meningkatnya kontraksi uterus, dan pada kadar yang berlebih akan mengaktivasi usus besar. Penyebab lain *disminore* dialami wanita dengan kelainan tertentu, misalnya *endometriosis*, infeksi pelvis (daerah panggul), tumor rahim, *apendisitis*, kelainan organ pencernaan, bahkan kelainan ginjal (Ernawati, 2010).

Tingkat keparahan nyeri di nilai dengan menggunakan Skala Penilaian Numerik (NRS) yang digunakan dalam pengukuran nyeri yang berfungsi membandingkan hasil pertama sebelum dilakukan pemeriksaan dan evaluasi setelah penanganan. Responden mengungkapkan rasa nyeri dengan secara langsung

melalui tolak ukur dari mulai tidak nyeri, nyeri sedang, hingga nyeri sangat hebat (Yudianta et al, 2015).

Hasil penelitian Nurwana, et al (2017) yang berjudul Analisis Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Disminore pada Remaja Putri di SMA Negeri 8 Kendari, hasil menunjukkan dari 100 wanita yang menderita disminore didapatkan 20% wanita tersebut memiliki durasi perdarahan lebih dari 5 – 7 hari. Dengan analisis tersebut menggambarkan Wanita dengan perdarahan durasi lebih dari 5 – 7 hari memiliki 1,9 kali lebih banyak kesempatan untuk menderita disminore. Lama durasi haid dapat disebabkan oleh faktor psikologis maupun fisiologis. Secara psikologis biasanya berkaitan dengan tingkat emosional Wanita yang labil ketika akan haid. Sementara secara fisiologis lebih kepada kontraksi otot uterus yang berlebihan atau dapat dikatakan sangat sensitive terhadap hormone prostaglandin yang lebih tinggi. Semakin lama durasi haid, maka semakin sering uterus berkontraksi akibatnya semakin banyak pula prostaglandin yang dikeluarkan sehingga timbul rasa nyeri saat haid.

Berdasarkan Badan Kesehatan Dunia (WHO) angka disminore di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami disminore. Di Swedia sekitar 72%. Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami disminore, dan 10-15% diantaranya mengalami disminore berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun (Medicine, 2013). Angka kejadian disminore di Indonesia cukup besar, menunjukkan penderita disminore mencapai 60-70% wanita di Indonesia. Angka kejadian disminore tipe primer di Indonesia adalah 54,89%, sedangkan sisanya 45,11% adalah tipe

sekunder (Puspitasari & Novia, 2018).

Lama kejadian nyeri dapat menyebabkan gangguan fisik seperti mual, lemas, diare, dan dapat mengganggu aktivitas. Perempuan yang terlalu lama mengalami disminore akan mengalami gangguan dalam aktivitas belajarnya karena belajar merupakan kegiatan yang melibatkan kerja fisik dan juga otak (Laila, 2012). Terganggunya aktivitas belajar pada mahasiswa akibat terlalu lama disminore dapat meningkatkan frekuensi ketidakhadiran kuliah (Ningsih, 2011).

Dampak yang terjadi jika disminore tidak ditangani adalah gangguan aktivitas hidup sehari-hari, *Retrograd* menstruasi (menstruasi yang bergerak mundur), *infertilitas* (kemandulan) dan infeksi. Selain dari dampak diatas, konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan semua itu dapat memainkan peranan serta menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan asing (Syafrudin, 2011). Pada wanita lebih tua, disminore dapat disebabkan oleh penyakit tertentu, misalnya fibroid uterus, radang panggul, endometriosis atau kehamilan ektopik. Dismnore yang disebabkan oleh penyakit disebut disminore sekunder (Ernawati, 2017).

Secara umum penanganan nyeri disminore terbagi dalam dua kategori yaitu pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis nyeri dapat ditangani dengan terapi analgesik yang merupakan metode paling umum digunakan untuk menghilangkan nyeri. Walaupun analgesik dapat menghilangkan nyeri dengan efektif, namun penggunaan analgesik akan berdampak ketagihan dan akan memberikan efek samping obat yang berbahaya bagi pasien. Secara non farmakologik dapat dilakukan kompres hangat atau mandi air hangat, massase, latihan fisik, tidur yang cukup, hipnoterapi, distraksi seperti mendengarkan musik serta relaksasi (Lusa, 2010).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Ragil (2020) yang berjudul Pengaruh Gerakan Yoga *Child And Animals Poses* Terhadap Perubahan Skala Nyeri *Disminore* pada Mahasiswi, hasil penelitian terdapat bahwa dapat memberikan informasi tentang cara menurunkan tingkat nyeri pada *disminore* secara non farmakologi yaitu pemberian gerakan yoga *child's and animals poses*, kompres hangat dan lainnya. Dan bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat lebih berkembang lagi ke tahap yang lebih baik, dengan lebih diarahkan ke pengajian nyeri yang lebih dalam.

Pemberian kompres hangat merupakan salah satu tindakan mandiri. Efek hangat dari kompres dapat menyebabkan vasodilatasi pada pembuluh darah yang nantinya akan meningkatkan aliran darah ke jaringan. Penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat diperbaiki yang dapat mengurangi rasa nyeri haid primer yang disebabkan suplai darah ke endometrium kurang (Natali, 2013).

Pemberian kompres hangat memakai prinsip pengantaran panas melalui cara konduksi yaitu dengan menempelkan buli-buli panas pada perut sehingga akan terjadi perpindahan panas dari buli-buli panas ke dalam perut, sehingga akan menurunkan nyeri pada wanita dengan *disminore* primer, karena pada wanita dengan *disminore* ini mengalami kontraksi uterus dan kontraksi otot polos (Anugraheni dan Wahyuningsih, 2013)

Berdasarkan penelitian yang dilakukan Asmita Dahlan (2017), Tia Martha Pundati (2016) hasil penelitian terdapat pengaruh dari terapi kompres hangat terhadap penurunan tingkat nyeri disminore dan untuk lama nyeri semakin lama nyeri terjadi maka semakin sering pula uterus berkontraksi dan terdapat pengaruh sebelum diberikan kompres hangat dan sesudah diberikan kompres sehingga lama nyeri setelah diberikan kompres hangat berkurang.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto. Berdasarkan hasil google form pada 33 Mahasiswi Keperawatan S1 FIKES UMP didapatkan hasil tidak nyeri 5 mahasiswi, nyeri ringan 10 mahasiswi, nyeri sedang 12 mahasiswi, nyeri berat 6 mahasiswi. Sebagian mahasiswi tidak pernah melakukan terapi apapun saat disminore, mereka hanya membiarkan rasa nyeri sembuh dengan sendirinya padahal hal tersebut dapat mengganggu aktivitas sehari-hari termasuk kegiatan belajar.

Berdasarkan penjelasan diatas maka peneliti ingin melakukan suatu penelitian dengan judul “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Perubahan Tingkat Nyeri dan Lama Kejadian Nyeri Haid (Disminore) pada Mahasiswi Keperawatan S1 FIKES UMP”.

## **B. Rumusan Masalah**

Beberapa wanita usia subur mengalami nyeri pada saat menstruasi. Nyeri tersebut berlangsung di hari-hari menjelang atau awal menstruasi. Nyeri biasanya terasa diperut bagian bawah atau tengah bahkan terkadang hingga kepinggul, paha dan punggung. Angka kejadian disminore di Indonesia cukup besar, menunjukkan penderita disminore mencapai 60-70% wanita di Indonesia. Angka kejadian

disminore tipe primer di Indonesia adalah 54,89%, sedangkan sisanya 45,11% adalah tipe sekunder. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merumuskan rumusan masalah “Apakah ada pengaruh kompres hangat terhadap perubahan tingkat nyeri dan lama kejadian nyeri haid (disminore) pada Mahasiswi Keperawatan S1 FIKES UMP”?

### **C. Tujuan Penelitian**

#### Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh kompres hangat terhadap perubahan tingkat nyeri dan lama kejadian nyeri haid (disminore) pada Mahasiswi Keperawatan S1 FIKES UMP.

#### Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui karakteristik responden berdasarkan umur, usia awal menstruasi, lama menstruasi, dan lama nyeri (disminore)
2. Untuk mengetahui tingkat nyeri pada Mahasiswi Keperawatan S1 FIKES UMP sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat
3. Untuk menganalisis pengaruh kompres hangat terhadap perubahan tingkat nyeri dan lama kejadian disminore

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan pengetahuan disaat disminore khususnya tentang bagaimana cara mengatasi disminore pada saat menstruasi.

## 2. Bagi Ilmu Keperawatan

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi dan referensi bagi ilmu keperawatan dalam mengembangkan ilmu keperawatan khususnya tentang pengaruh kompres hangat terhadap perubahan tingkat nyeri dan lama kejadian nyeri haid (disminore).

## 3. Bagi peneliti

Mengaplikasikan ilmu yang diperoleh dalam perkuliahan khususnya dalam bidang penelitian, serta memberi bahan masukan dan perbandingan bagi peneliti lanjut yang serupa.

