



BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenore merupakan masalah ginekologi yang sering dialami sebagian besar wanita segala usia termasuk juga dikalangan remaja putri. *Dismenore* biasanya terjadi pada 3 tahun pertama setelah haid yang pertama kali (*menarche*) (Lowdermilk, Perry and Cashion, 2013). *Dismenore* dengan nyeri ringan hingga berat dapat menyebabkan intoleransi aktivitas yang menjadi salah satu penyebab ketidakhadiran sekolah dan kurangnya perhatian di kelas. Remaja yang mengalami *dismenore* juga akan menjadi murung, mudah tersinggung dan tidak dapat berinteraksi secara efektif dengan orang lain (Aziato, Florence and Joe, 2012).

Dismenore dapat mempengaruhi aktivitas harian pada 50% perempuan produktif dan 85% pada remaja putri usia belasan tahun (Rahmadhayanti, Afriyani and Wulandari, 2017). Menurut WHO (2018), angka kejadian *dismenore* di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami *dismenore*. Di negara Eropa, rata-rata *dismenore* terjadi pada 45-97% wanita. Negara Bulgaria (8,8%) dengan prevalensi terendah dan prevalensi tertinggi di negara Finlandia mencapai 94%. Di Amerika Serikat, *dismenore* menjadi salah satu penyebab ketidakhadiran remaja di sekolah. Selain itu, berdasarkan survey yang dilakukan pada 113 wanita di Amerika Serikat, dinyatakan sebanyak 29-44% *dismenore* paling banyak ditemui pada wanita usia 18-45 tahun (Sulistyorinin, 2017). Angka kejadian *dismenore* di Indonesia terdiri dari

54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder (Silviani, 2019). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 101 Mahasiswi di Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang pada 22 November 2021, didapatkan sebanyak 50% mahasiswi mengalami *dismenore* primer, dimana sebanyak 10% mahasiswi mengatakan bahwa pada saat mengalami *dismenore*, mereka seringkali tidak hadir dalam perkuliahan karena nyeri yang dirasakannya.

Dismenore primer dapat terjadi karena adanya pelepasan prostaglandin selama menstruasi. Pelepasan prostaglandin yang berlebihan dapat meningkatkan frekuensi kontraksi uterus sehingga menyebabkan kram pada perut bawah (Lowdermilk, Perry and Cashion, 2013). Nyeri haid dapat bervariasi dari ringan hingga berat, sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. *Dismenore* menimbulkan dampak buruk bagi remaja putri, seperti gangguan dalam kegiatan pembelajaran, tidak memperhatikan penjelasan yang diberikan oleh guru, kecenderungan tidur di kelas saat pembelajaran karena menahan nyeri, bahkan juga menyebabkan ketidakhadiran remaja dalam proses pembelajaran. Hal ini dapat berpengaruh terhadap prestasi remaja dibidang akademik maupun non akademik (Iswari, 2014).

Upaya yang dapat dilakukan untuk menangani *dismenore* bisa dengan tindakan farmakologis dan non-farmakologis. Secara farmakologis dapat dilakukan dengan memberikan obat analgesik, terapi hormonal, dan terapi dengan obat anti-inflamasi nonsteroid (NSAID). Namun hal tersebut dapat menimbulkan efek buruk pada beberapa sistem tubuh, sehingga pada



akhirnya akan membutuhkan terapi alternatif lain dalam menangani *dismenore* untuk penggunaan dalam jangka waktu yang cukup lama (Rahmadhayanti, Afriyani and Wulandari, 2017). Penanganan nyeri secara non farmakologis antara lain dengan pemberian kompres hangat dan kompres dingin.

Kompres hangat dapat meringankan *dismenore* karena menyebabkan pelebaran pembuluh darah (viskositas), menurunkan ketegangan otot, meningkatkan metabolisme jaringan dan meningkatkan permeabilitas kapiler (Hasan, 2018). Rasa hangat memberikan respon relaksasi/rasa nyaman yang dapat merangsang hormone endorphin untuk menimbulkan rasa rileks sehingga mengurangi rasa nyeri (Hasan, 2018). Kompres hangat dapat diaplikasikan menggunakan air hangat dengan suhu 40 – 50°celcius.

Kompres dingin dapat mengurangi prostaglandin yang memperkuat reseptor nyeri, menghambat proses inflamasi, merangsang pelepasan hormon endorphin sehingga menurunkan transmisi nyeri (Mediarti *et al.*, 2015). Kompres dingin, dapat diaplikasikan menggunakan es yang telah dibekukan dalam *freezer*.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Mukhoirotin *et al.*, (2018) mengenai pengaruh kompres dingin dan kompres hangat terhadap tingkat intensitas nyeri haid (*dismenore*), setelah diberikan perlakuan kompres hangat dan dingin didapatkan hasil intensitas nyeri haid menurun secara signifikan dari 5,95 – 2,75 pada kelompok kompres dingin, sedangkan pada kelompok kompres hangat terjadi perubahan intensitas dari 6,80 menjadi



3,55. Hal ini menunjukkan adanya perubahan penurunan intensitas nyeri *dismenore* yang signifikan antara sebelum dan setelah diberikan kompres hangat maupun kompres dingin.

Penelitian ini merupakan penelitian komparasi, dimana peneliti melakukan perbandingan pengaruh pemberian kompres *gel* hangat dan kompres *gel* dingin. Tujuan dilakukannya komparasi adalah untuk mengetahui intervensi manakah yang lebih efektif dari keduanya (kompres *gel* hangat dan kompres *gel* dingin), sehingga dapat dijadikan referensi tindakan penatalaksanaan untuk menurunkan intensitas nyeri *dismenore*.

Penggunaan kompres hangat dan dingin pada umumnya sudah sering dilakukan pada penelitian sebelumnya. Namun pada penelitian ini, peneliti memberikan kompres dengan menggunakan media lain yaitu *gel*. *Gel* merupakan sebuah media yang bertekstur jelly dan dapat bersifat ganda yaitu hangat dan dingin. Kompres *gel* telah banyak diujikan pada penelitian sebelumnya sebagai metode penurunan skala nyeri pada ibu post episiotomi (Penelitian Wenniarti *et al*, 2016), terhadap nyeri persalinan kala I (Penelitian Elok, 2017), dan lain sebagainya. Namun, belum ditemukan penelitian menggunakan kompres *gel* untuk menurunkan intensitas nyeri *dismenore*.

Kelebihan kompres *gel* dibandingkan kompres air hangat dan kompres es adalah penggunaannya dapat bertahan lebih lama, kompres *gel* hangat bisa bertahan 3 hingga 4 jam, dan untuk kompres *gel* dingin dapat bertahan hingga 8 jam. Selain itu, kompres *gel* ini dapat digunakan berulang-ulang selama kantong *gel* tidak bocor. Dilihat dari karakteristik



gel yang lebih tahan lama dan ekonomis ini, maka peneliti tertarik untuk meneliti pengaruh kompres *gel* hangat dan kompres *gel* dingin terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenore* pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini “Adakah pengaruh kompres *gel* hangat dan kompres *gel* dingin terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenore* pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh kompres *gel* hangat dan kompres *gel* dingin terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenore* pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri *dismenore* sebelum diberikan kompres *gel* hangat dan kompres *gel* dingin pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang
- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri *dismenore* setelah diberikan kompres *gel* hangat dan kompres *gel* dingin pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang



- c. Menganalisis pengaruh pemberian kompres *gel* hangat terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenore* pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang
- d. Menganalisis pengaruh pemberian kompres *gel* dingin terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenore* pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang
- e. Menganalisis perbedaan pengaruh pemberian kompres *gel* hangat dan kompres *gel* dingin terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenore* pada mahasiswi di Fakultas Ilmu Kesehatan Unipdu Jombang

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti dapat mempelajari dan mengetahui pengaruh kompres *gel* hangat dan kompres *gel* dingin terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenore*. Peneliti juga mendapatkan inovasi untuk membuat media kompres menggunakan *gel* ini dalam bentuk korset/sabuk.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi

Penelitian ini dapat digunakan untuk menambah literatur tentang penelitian sehingga dapat memperkaya teori dan sebagai pendukung khasanah keilmuan khususnya dalam bidang kesehatan.

