

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut data WHO, bahwa kejadian *dismenorea* (nyeri menstruasi) pada perempuan sebesar 1.769.425 jiwa (90%) dengan 10-15% diantaranya mengalami *dismenorea* berat. Prevalensi kejadian *dismenorea* yang terjadi di Amerika Serikat diperkirakan sebesar 45-90%. Besarnya angka kejadian tersebut disebabkan oleh berbagai gejala yang belum banyak diketahui. Kejadian *dismenorea* biasanya terjadi pada remaja yang berusia dibawah 20 tahun, karena puncak insiden *dismenorea* terjadi pada akhir remaja dan diawal usia 20 tahun (Anurogo, 2011)

Pada siklus menstruasi tidak sedikit remaja yang mengeluhkan nyeri (*dismenorea*) pada hari-hari pertama menstruasi dan menyebabkan gangguan dalam melakukan aktivitas sehari-hari karena nyeri yang dirasakannya. Kondisi ini dapat berlangsung 2 hari atau lebih, dari lamanya fase menstruasi yang dialami setiap bulan. Dampak yang disebabkan oleh *dismenorea* ini sendiri yaitu mempengaruhi konsentrasi di kelas, olahraga, sosialisasi, pekerjaan dirumah, selain itu *dismenorea* dapat membuat seorang perempuan tidak hadir saat bekerja ataupun sekolah (Anurogo, 2011)

Perubahan yang biasa dihadapi wanita saat mengalami menstruasi yaitu cemas, stress, depresi dan biasanya di dampingi dengan gejala kejang-kejang menstruasi atau bahasa medisnya *dismenorea* (Sukarni & Wahyu, 2013). Nyeri menstruasi terjadi terutama di perut bagian bawah, tetapi dapat

menyebar hingga ke punggung bagian bawah, pinggang, panggul, paha atas, hingga betis. Nyeri juga bisa disertai kram perut yang parah. Kram tersebut berasal dari kontraksi otot rahim yang sangat intens saat mengeluarkan darah menstruasi dari dalam rahim. Nyeri merupakan sensasi yang rumit, unik, universal dan bersifat individual. Dikatakan bersifat individual karena respon individu terhadap sensasi nyeri beragam dan tidak bisa disamakan satu dengan lainnya (Asmadi, 2008).

Nyeri yang dirasakan dapat digambarkan secara umum akibat kontraksi disritmik miometrium yang menampilkan satu gejala atau lebih, mulai dari nyeri yang ringan sampai berat. Pengaruh stres terhadap nyeri saat menstruasi dapat terjadi karena stres melibatkan neuroendokrinologi sebagai sistem yang besar pengaruhnya dalam sistem reproduksi pada perempuan, nyeri saat menstruasi ini melibatkan regulasi integratif yang mempengaruhi proses biokimia dan seluler seluruh tubuh termasuk otak dan psikologis (Kusmiran E, 2014).

Cara mengurangi *dismenorea* dapat dilakukan dengan dua cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologis yaitu dengan pemberian analgetik terapi hormonal dan obat. Secara non farmakologi dapat dilakukan kompres hangat atau mandi air hangat, massase, latihan fisik, tidur yang cukup, hipnoterapi, distraksi seperti mendengarkan musik serta relaksasi seperti yoga dan nafas dalam (Muttaqin, 2013).

Pada penelitian Natalia (2018) tentang pengaruh pemberian kompres hangat terhadap penurunan nyeri menstruasi pada siswi kelas X SMK YPIB

Majalengka Kabupaten Majalengka didapatkan bahwa sebelum kompres hangat kurang dari setengah (29,4%) siswi mengalami intensitas nyerinya berat, sementara sesudah kompres hangat lebih dari setengah (52,9%) siswi Kelas X SMK YPIB Majalengka Kabupaten Majalengka Tahun 2018 mengalami intensitas nyerinya sedang. dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan nyeri menstruasi pada siswi kelas X SMK YPIB Majalengka Kabupaten Majalengka.

Pada penelitian Sefty Rompas dan Lenny Gannika (2019) tentang pengaruh aromaterapi lemon (*Citrus*) terhadap penurunan nyeri menstruasi pada mahasiswi ilmu keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado didapatkan bahwa pemberian aromaterapi lemon (*Citrus*) ditemukan bahwa nyeri menstruasi sebelum diberikan aromaterapi lemon (*Citrus*) skala sedang (4-6), nyeri menstruasi setelah diberikan aromaterapi lemon (*Citrus*) skala ringan (1- 3), terdapat pengaruh aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri menstruasi mahasiswi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado.

Dari survey awal di Asrama Poltekkes Kemenkes Riau pada bulan Januari tahun 2020, berdasarkan wawancara dengan 20 orang mahasiswi yang mengalami *dismenorea*, 9 diantaranya mengatakan upaya penanganan *dismenorea* yang dilakukan adalah dengan mengoleskan minyak kayu putih pada daerah yang nyeri dan beristirahat serta menunggu sampai nyeri yang dirasakan hilang, dan 3 orang lainnya mengatakan minum obat analgetik

seperti paracetamol, 5 orang menggunakan kompres hangat dan sisanya hanya membiarkan dan tidak pernah melakukan penanganan.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Perbedaan Kompres Hangat dan Aromaterapi Lemon (*Citrus*) terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Asrama Poltekkes Kemenkes Riau Tahun 2020”

1.2 Rumusan Masalah

Dari kejadian *dismenorea* (nyeri menstruasi) pada perempuan sebesar 1.769.425 jiwa (90%) dengan 10-15% diantaranya mengalami *dismenorea* berat. Dampak yang disebabkan oleh *dismenorea* ini sendiri yaitu mempengaruhi konsentrasi di kelas, olahraga, sosialisasi, pekerjaan dirumah, selain itu *dismenorea* dapat membuat seorang perempuan tidak hadir saat bekerja ataupun sekolah. Berdasarkan survei yang dilakukan di Poltekkes Kemenkes Riau sebanyak 20 orang mahasiswi yang mengalami *dismenorea* sehingga mengganggu aktivitas keseharian mereka termasuk aktivitas belajar. Untuk mengatasi nyeri menstruasi tersebut, upaya efektif yang dapat dilakukan yaitu mengaplikasikan terapi kompres hangat dan aromaterapi lemon (*citrus*). Berdasarkan data diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada Perbedaan Kompres Hangat dan Aromaterapi Lemon (*Citrus*) terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Riau Tahun 2020?”

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Perbedaan pemberian Kompres Hangat dan Aromaterapi Lemon (*Citrus*) terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Riau Tahun 2020.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui rata-rata nyeri menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan pemberian kompres hangat pada Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Riau.
2. Mengetahui rata-rata nyeri menstruasi sebelum dan sesudah dilakukan pemberian aromaterapi lemon (*Citrus*) pada Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Riau.
3. Mengetahui Perbedaan kompres hangat dan aromaterapi lemon (*Citrus*) terhadap nyeri menstruasi pada Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Riau.

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat mengembangkan dan menambah wawasan tentang manfaat pemberian Kompres Hangat dan Aromaterapi Lemon (*Citrus*) terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Asrama Poltekkes Kemenkes Riau Tahun 2020 .

1.4.2 Manfaat Praktis

Penelitian ini dapat dijadikan sumber informasi dan menjadi manfaat dari Perbedaan Kompres Hangat dan Aromaterapi Lemon (*Citrus*) terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Poltekkes Kemenkes Riau Tahun 2020.

1.5 Ruang Lingkup

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Perbedaan Kompres Hangat dan Aromaterapi Lemon (*Citrus*) terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswi Asrama Poltekkes Kemenkes Riau Tahun 2020. Penelitian ini dilakukan karena banyak mahasiswi mengalami *dismenorea*, sehingga mereka sulit menjalani aktivitas belajar dan mengganggu konsentrasi. Penelitian ini akan dilaksanakan pada bulan Januari sampai dengan Mei 2020. Jenis penelitian ini merupakan jenis penelitian *quasy eksperiment* dengan rancangan *Two Group Pre-Post test design*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi asrama Poltekkes Kemenkes Riau yang berjumlah 75 orang. Sampel yang digunakan yaitu berjumlah 20 orang dengan teknik *Purposive Sample*. Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah lembar observasi berupa formulir penilaian *Numerical Rating Scale (NRS)*. Analisis data menggunakan uji *Mann-Whitney* dengan derajat kepercayaan 95%