

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Secara psikologis, remaja adalah tahap transisi antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan sosial, emosional, dan fisik. Remaja menganggap dirinya sama dengan orang lain yang lebih tua di sekitarnya (Furwasyih *et al.*, 2021).

Banyak hal terjadi pada masa remaja awal, termasuk pertumbuhan yang sangat cepat, seperti perubahan fisik atau jasmani, perubahan mental, dan perkembangan organ reproduksi. Masa pubertas adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan perkembangan organ reproduksi. Menstruasi wanita sering terjadi pada masa pubertas (menarche) (Septi & Nengsih, 2023).

Nyeri saat menstruasi yang disebabkan oleh kejang otot rahim yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dikenal sebagai menstruasi (Price, 2016). Meningkatnya produksi prostaglandin (PGF 2a) oleh endometrium saat menstruasi adalah penyebab nyeri dismenore. Ini disebabkan oleh kontraksi rahim yang tidak teratur. Iskemia uterus atau hipoksia, yang menyebabkan nyeri, menyebabkan penurunan aliran darah karena aktivitas uterus yang tidak normal (Nurfadilah, 2020). Jika tidak diobati, dismenore juga dapat menyebabkan komplikasi jangka panjang seperti endometriosis dan sindrom ovarium polikistik (Hatem, 2015).

Terdapat dua jenis dismenore yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer terjadi pada wanita di bawah 25 tahun dan ditandai dengan nyeri yang sangat parah saat haid di punggung atau perut bagian bawah.

Nyeri ini tidak selalu dikaitkan dengan panggul dan dapat muncul saat haid pertama atau segera setelahnya. Dismenore adalah kram yang dimulai sebelum atau segera setelah menstruasi dan berlangsung selama 48 hingga 72 jam (Permatasari et al., 2021). Dismenore tidak hanya membuat tugas dan pekerjaan sehari-hari menjadi sulit, tetapi juga menyebabkan mual, muntah, dan diare. Penyebab umum dismenore sekunder pada wanita berusia 25 -30 tahun ditandai dengan kelainan genital seperti penyakit rahim, kista, polip, atau tumor, serta kelainan di area rahim yang menghalangi organ dan jaringan disekitarnya,

Menstruasi merupakan salah satu karakteristik wanita yang memasuki masa pubertas. Menstruasi merupakan fenomena yang umum terjadi pada wanita. Saat remaja putri mengalami menstruasi, banyak yang mengalami gangguan menstruasi seperti masalah nyeri perut yang dikenal sebagai dismenore (Nurfadilah, 2020).

Prevalensi dismenore relatif tinggi di seluruh dunia, lebih dari 50% wanita di setiap negara mengalami nyeri perut atau dismenore selama menstruasi. Menurut WHO Dismenore mempengaruhi 1.769.425 orang (90%). Tingkat kejadiannya sangat tinggi. Menurut berbagai negara Dismenore mempengaruhi semua wanita di seluruh dunia selama menstruasi (Amelia, 2017).

Menurut data mengenai dismenore, 37% wanita melaporkan mengalami nyeri sedang, 49% mengalami nyeri ringan, dan 12% mengalami nyeri berat. (Romlah & Agustin, 2020). Di Indonesia, menurut Riskesdas (2016), frekuensi nyeri haid pada kelompok wanita usia subur sekitar 45-95%, dan angka kejadian dismenore cukup tinggi, yaitu mencapai 60-70%. 54,84% yaitu dismenore primer dan 45,1% dismenore sekunder (Romlah & Agustin, 2020).

Nyeri haid dapat diobati dengan menggunakan salah satu dari dua pendekatan: farmakologi atau non-farmakologi. Kompres hangat, yang meredakan kram menstruasi dengan mengisi buli-buli dengan air hangat untuk menciptakan sensasi hangat di area tubuh tertentu, adalah salah satu solusi alami yang tersedia untuk masalah ini. Kompres hangat memiliki kemampuan untuk melebarkan pembuluh darah, yang membantu meringankan rasa tidak nyaman dan melepaskan otot-otot yang tegang (Dahlia et al., 2022). Kita dapat melakukan kompres hangat sendiri tanpa bantuan orang lain. Kompres hangat menghantarkan listrik. Perempuan dengan dismenore primer merasa lebih nyaman dengan buli-buli yang diletakkan ke perut bagian bawah. Mengurangi kram menstruasi dengan kompres hangat sangat membantu (Tambun dan Sinaga, 2022).

Dewi (2014) menyatakan bahwa metode kompres hangat dilakukan dengan cara menggunakan buli-buli yang mengandung air panas pada suhu 40–48 °C. Suhu ini diukur sebelumnya dengan termometer pada air yang akan diletakkan di bagian bawah perut remaja. Prosedur ini dilakukan selama dua puluh menit pada remaja yang mengalami nyeri menstruasi.

Menurut penelitian Dahlia et al., (2022), 9 responden (100,0%) melaporkan mengalami ketidaknyamanan menstruasi ringan sebelum mendapatkan kompres hangat, 7 responden (77,8%) tidak nyeri, sedangkan 2 responden (22,2%) nyeri ringan, dan 26 responden (100,0%) mengalami nyeri sedang, kemudian setelah diberikan kompres hangat, 14 (53,8%) melaporkan tidak merasakan nyeri, dan 10 (38,5%) melaporkan nyeri ringan.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMK MKH Jakarta Selatan pada tanggal 27 Oktober 2023, peneliti melakukan wawancara dengan 33 siswi perempuan yang mengalami dismenore. Hasilnya menunjukkan bahwa siswi rata-rata mengalami derajat nyeri sedang, dengan durasi nyeri antara 1 hingga 3 hari, dan mereka tidak memiliki pengetahuan tentang cara menyembuhkan dismenore. Remaja putri menghilangkan nyerinya hanya dibawa tidur saja, bahkan untuk penanganan nyeri haid dengan menggunakan kompres hangat tidak pernah dilakukan karena mereka tidak mengetahui tata cara penggunaan tersebut. banyak siswi yang mengatakan bahwa rasa sakitnya menyebabkan kesulitan konsentrasi belajar, dan beberapa bahkan tidak masuk sekolah karena sakit yang mereka rasakan.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Pengaruh kompres hangat terhadap nyeri haid/dismenore pada remaja putri di Sekolah MKH Jakarta Selatan Tahun 2023".

## **1.2 Rumusan Masalah**

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti menemukan bahwa sebanyak 33 anak tidak menyadari bahwa menggunakan kompres hangat untuk meredakan nyeri dismenore dapat membantu. Oleh karena itu, peneliti merumuskan masalah penelitian sebagai berikut:

"Apakah pemberian kompres hangat berpengaruh terhadap nyeri haid/dismenore pada remaja putri SMK MKH Jakarta Selatan tahun 2023?".

### **1.3 Tujuan Penelitian**

#### **1.3.1 Tujuan Umum**

Tujuan penelitian ini untuk menganalisis pengaruh kompres hangat dalam penurunan nyeri haid/dismenore pada remaja putri di SMK MKH Jakarta Selatan pada tahun 2023.

#### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi karakteristik responden yaitu usia, usia menarche, kelas.
2. Mengidentifikasi nyeri haid/dismenore sebelum pemberian kompres hangat pada remaja putri di SMK MKH Jakarta Selatan tahun 2023.
3. Mengidentifikasi nyeri haid/dismenore setelah pemberian kompres hangat pada remaja putri di SMK MKH Jakarta Selatan Tahun 2023.
4. Menganalisis Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid/Dismenore Pada Remaja Putri di SMK MKH 2023.

### **1.4 Manfaat Penelitian**

#### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat bermanfaat dan menambah pengetahuan, khususnya mengenai pengaruh kompres hangat terhadap nyeri haid/desmenorea pada remaja putri.

### 1.4.2 Manfaat Praktis

#### 1. Bagi Remaja Putri

Diharapkan bermanfaat bagi remaja putri karena kompres hangat dapat menurunkan dismenore.

#### 2. Bagi SMK MKH Jakarta Selatan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk meningkatkan perhatian pihak sekolah terhadap kesehatan siswi dan dapat juga dijadikan sebagai materi pembelajaran terkait Kesehatan reproduksi siswi

#### 3. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan sebagai bahan referensi dan bahan penelitian selanjutnya untuk meningkatkan program kesehatan khususnya mengenai nyeri haid dan penanganannya.

#### 4. Bagi Peneliti

Diharapkan data yang dikumpulkan oleh peneliti akan diterapkan untuk kemajuan keahlian keperawatan. Peneliti bermaksud memanfaatkan data yang akan dikumpulkan untuk memajukan dan menerapkan keahlian keperawatan yang akan dipelajari.