

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dismenore merupakan nyeri yang dirasa saat menstruasi atau haid. Dimana *dismenore* ini timbul pada hari kedua atau hari pertama menstruasi. *Dismenore* ini merupakan topik yang banyak menarik minat dan banyak diperbincangkan perempuan karena setiap bulan perempuan mengalami menstruasi. Pada usia remaja banyak yang mengalami sakit perut atau nyeri *dismenore* pada bagian bawah, pada punggung bagian bawah, pinggang, panggul, otot paha atas hingga betis. Saat terjadinya menstruasi, pada sebagian perempuan nyeri menstruasi yang dirasakan dapat berupa nyeri samar, tetapi sebagian yang lain dapat terasa kuat bahkan bisa membuat aktivitas terganggu (Laila N, 2011 ; Prihatama, 2013).

Hasil Penelitian Sari (2013) menyatakan bahwa prevalensi *dismenore* tertinggi terjadi pada remaja sekitar 20-90%. Di Amerika yaitu sekitar 15 % remaja mengalami *dismenore* berat dengan presentase mencapai 60% dan merupakan penyebab tertinggi para remaja perempuan tidak hadir disekolah. Menurut French (2005 dalam Sari 2013) melaporkan di Swedia *dismenore* terjadi pada 90% wanita yang berusia kurang dari 19 tahun dan 67% wanita yang berusia 24 tahun atau usia subur. Faktor resiko yang menyebabkan *dismenore* yaitu menstruasi di usia dini atau kurang dari 12 tahun, merokok, wanita yang belum pernah melahirkan anak hidup atau

nulipara, darah menstruasi yang berjumlah banyak, obesitas, adanya riwayat *dismenore* pada keluarga (Sari, 2013; Yuliatun, 2013; Retroningrum, 2015).

Nyeri menstruasi atau nyeri haid umum dirasakan oleh perempuan pada hari-hari pertama menstruasi, yang kadang-kadang memerlukan istirahat. Karena nyeri *dismenore* ini sifatnya subjektif, berat atau intensitasnya sukar dinilai. Banyak wanita-wanita muda pergi ke dokter untuk konsultasi dan pengobatan. Nyeri yang biasanya dirasakan adalah kram yang timbul-hilang atau nyeri yang terus menerus. Menurut Long (1996, dalam Mubarak, 2008) nyeri adalah perasaan yang tidak nyaman yang sangat subjektif dan hanya orang yang mengalaminya yang dapat menjelaskan dan mengevaluasi perasaan tersebut (Laila N, 2011 ; Purwaningsih, 2010 ; Mubarak, 2008). Angka kejadian nyeri haid di Indonesia belum diketahui secara pasti namun sebagian di rumah sakit dijumpai sebesar 10,7-13,1% dari jumlah kunjungan usia produktif dan diperkirakan 55 % usia subur mengalami *dismenore* (Yuliatun, 2013).

Meskipun penelitian mengenai nyeri *dismenore* cukup banyak dilakukan, akan tetapi fenomena *dismenore* masih perlu mendapat perhatian, karena tingkat kompleksitas dan angka kejadian *dismenore* yang cukup tinggi. Prasetia (2015) menyatakan nyeri haid mendominasi remaja putri dengan usia 12-14 tahun, presentase nyeri sedang 50%, nyeri berat 10%, nyeri ringan 40%. Selain itu menurut Widiya (2001 dalam Lestari 2013) melaporkan 52 % pelajar di Yogyakarta tidak dapat melakukan

aktivitas harian dengan baik selama mengalami menstruasi (Prasetia,2015;Yuliatun,2013 ;Lestari,2013)

Dampak dari *dismenore* ini dapat menurunkan aktivitas, bahkan sama sekali tidak dapat melakukan aktivitas terutama dikalangan remaja saat ini masih menjadi permasalahan yang banyak dirasakan dikalangan remaja, nyeri haid tersebut dapat disertai dengan rasa mual, muntah, diare dan kram, sakit seperti *colic abdomen* yang menyebabkan beberapa wanita mabuk bahkan pingsan. Namun menurut Lestari (2013) sekitar 70-90% nyeri haid terjadi saat usia remaja dan dapat menimbulkan dampak konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan. Keadaan ini muncul cukup hebat yang mengakibatkan remaja tidak dapat masuk sekolah sehingga membutuhkan waktu untuk beristirahat beberapa jam atau beberapa hari (Susanti,2014;Lestari 2013;Marlinda, 2013).

Mengingat dampak *dismenore* yang sangat merugikan bagi perempuan yang mengalami *dismenore* maka berbagai upaya untuk penanganan nyeri *dismenore* sudah banyak dilakukan. Prawirohardjo (2009, dalam Marlinda 2013) menyebutkan nyeri *dismenore* dapat diatasi dengan menggunakan terapi farmakologi dan non farmakologi, terapi farmakologi dapat berupa pemberian analgetik, terapi hormonal, obat non steroid prostaglandin, dan dilatasi servik kanalis. Sementara itu untuk terapi non farmakologi dapat berupa kompres hangat, olahraga, terapi relaksasi seperti yoga, aromaterapi, tarik nafas dalam, mendengarkan musik relaksasi, bahkan perempuan yang mengalami nyeri haid tidak ada yang menggunakan

terapi sama sekali hanya dibiarkan saja, adapun sebagian perempuan dengan cara ditidurkan (Marlinda,2013).

Dismenore pada remaja SMP sangat sering terjadi karena pada usia ini pertama kali mengalami *dismenore*, serta banyak yang tidak mengetahui tentang *dismenore* dan penanganannya sehingga sangat diperlukan pemahaman terkait *dismenore* pada usia remaja terutama pada siswa SMP (Nuryaningsih, 2013). Penelitian yang dilakukan oleh Februanti (2017) mengenai pengetahuan remaja putri tentang penanganan *dismenore* di SMPN 9 Kota Tasikmalaya menyatakan, dalam hasil penelitiannya tingkat pengetahuan remaja putri tentang penanganan *dismenore* di SMPN 9 Tasikmalaya sebanyak 31 orang berpengetahuan baik 50% , berpengetahuan cukup 40,3 % , berpengetahuan kurang 9,7 % (Februanti, 2017).

Penanganan *dismenore* dapat dilakukan dengan cara non farmakologi yang salah satunya dengan penanganana melalui terapi musik dan murrotal . Terapi musik mulai digunakan untuk mengobati berbagai kondisi dan gangguan yang mencakup nyeri akut, rehabilitasi fisik, penyakit alzheimer dan parkinson, melahirkan bahkan juga untuk meningkatkan semangat kerja. Saat ini musik sudah masuk kedalam dunia medis dengan banyak penelitian yang telah dilakukan oleh beberapa peneliti, bahkan musik berguna untuk proses penyembuhan dimana musik itu sendiri dapat meningkatkan konsentrasi, memperdalam hubungan dan memperkaya persahabatan, menghilangkan kelelahan, meredakan kecemasan dan ketegangan dan meningkatkan perilaku positif (Lina, 2010). Sementara

terapi murrotal mempunyai efek yang sama dengan terapi musik, dimana Al-Qur'an merupakan kitab suci umat islam, dengan mendengarkan ayat-ayat suci Al-Qur'an akan membuat hati seseorang tenang dan menjadi rileks (Rilla,2014).

Tamsuri (2007, dalam Prasetia 2015) terapi musik dan murrotal merupakan terapi non farmakologi dan metode penyembuhan non farmakologi yang efektif. Dimana musik dapat membuat para pasien menjadi rileks, sehingga hanya memerlukan obat-obatan yang lebih sedikit. Manfaat pemberian terapi musik bisa sebagai pengalihan perhatian dan memusatkan perhatian sehingga intensitas nyeri menurun. Sementara Murrotal dapat mempengaruhi kecerdasan spiritual (Prasetia, 2015; Rilla,2014).

Hasil penelitian Yuliatun (2013) menyatakan setelah diberikan terapi musik relaksasi dengan menggunakan musik klasik didapatkan 40.6% responden mengalami *dismenore* ringan, 37.5% *dismenore* sedang dan 21.9% mengalami *dismenore* berat. Sementara itu menurut Azizah (2015) mengatakan bahwa skala nyeri sebelum dilakukan terapi musik 2,18 dan setelah dilakukan terapi musik 1,25. Untuk pemberian terapi murottal dari penelitian Muhidin (2016) menyatakan bahwa penurunan nyeri *dismenore* sebesar 42%. Di karenakan nyeri *dismenore* ini banyak dialami remaja sehingga nyeri *dismenore* ini dapat mengakibatkan sulitnya berkonsentrasi, menimbulkan kegelisahan, mengganggu proses belajar siswi karena itu remaja-remaja yang mengalami *dismenore* harus segera ditangani agar tidak

berdampak pada fisik, psikologis (Azizah, 2015 ; Yuliatun, 2013 ; Retnoningrum 2015).

SMPN 12 ini merupakan SMP Negeri dengan jumlah siswa yang paling banyak diantara SMPN di Kota Tasikmalaya. Menurut dinas pendidikan Kota Tasikmalaya, di Kota Tasikmalaya ini memiliki 21 SMP Negeri yang dimana salah satunya adalah SMPN 12. SMPN 12 ini merupakan SMPN dengan jumlah siswa keseluruhan 1175 sementara untuk kelas 8 berjumlah 392 serta banyak siswa yang aktif dalam organisasi, belajar mengajar, serta ekstrakurikuler. Di karenakan banyak siswi yang aktif dalam organisasi maupun kegiatan belajar atau ekstrakurikuler yang lain, ketika menstruasi siswi sering mengeluhkan nyeri saat menstruasi sehingga kegiatan belajar yang dilakukan menjadi terhambat.

Hasil Studi pendahuluan pada tanggal 27 Maret 2017 yang dilakukan peneliti pada siswa kelas 8 di SMPN 12 Kota Tasikmalaya dengan metode kusioner tentang tindakan penanganan *dismenore* pada 11 siswi kelas 8, dimana 5 siswi menjawab dengan cara ditidurkan dan minum obat dengan intensitas nyeri sedang, 2 orang siswi menjawab dengan cara mengompres perut dengan air hangat dan di simpan di perut dengan intensitas nyeri sedang, 4 orang menjawab dengan minum air hangat, kadang sampai nangis karena sakit dengan intensitas nyeri sedang dan nyeri namun masih dapat tertahankan. Dari data tersebut dapat disimpulkan bahwa penangan *dismenore* dengan cara non farmakologi belum diketahui, namun sebagian mengetahui untuk mengatasinya dengan obat atau diistirahatkan.

B. Rumusan Masalah

Dismenore yang dirasakan oleh para remaja saat menstruasi dengan intensitas nyeri yang tidak menentu berdampak pada penurunan aktivitas sehari-hari bahkan ada yang tidak mampu menjalankan aktivitas sehingga harus beristirahat beberapa jam ataupun beberapa hari, oleh karena itu permasalahan *dismenore* ini perlu ditangani karena dampak yang merugikan bagi yang mengalaminya. Dimana terapi musik adalah usaha untuk meningkatkan kualitas fisik dan mental dengan rangsangan suara yang terdiri dari melodi, ritme, harmoni, bentuk dan gaya sehingga tercipta musik yang bermanfaat bagi kesehatan fisik dan mental sementara terapi murrotal berguna untuk mencerdaskan emosi spritual dan menangkan hati . Penelitian yang terkait dengan hal tersebut belum banyak padahal sangat penting. Dengan demikian rumusan penelitian ini bagaimana pengaruh terapi musik dan murottal terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada siswi SMPN12 Kota Tasikmalaya ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh terapi musik dan murottal terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuainya karakteristik responden berdasarkan usia di SMPN 12 Kota Tasikmalaya.

- b. Diketahuinya nyeri *dismenore* sebelum dilakukan terapi musik pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya.
- c. Diketahuinya penurunan nyeri *dismenore* sesudah dilakukan terapi musik pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya.
- d. Diketahuinya nyeri *dismenore* sebelum dilakukan terapi murottal pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya.
- e. Diketahuinya penurunan nyeri *dismenore* sesudah dilakukan terapi murottal pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya.
- f. Diketahuinya pengaruh terapi musik sesudah dan sebelum dilakukan terapi musik terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya.
- g. Diketahuinya pengaruh terapi murottal sesudah dan sebelum dilakukan terapi murottal terhadap penurunan nyeri *dismneore* pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya.
- h. Diketahuinya perbedaan penurunan nyeri *dismenore* yang dilakukan terapi musik dengan murottal pada siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya.

D. Manfaat

1. Bagi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kota Tasikmalaya

Dengan Penelitian ini diharapkan menjadi bahan refrensi sebagai wujud catur darma perguruan tinggi diperpustakaan serta sebagai penambah sumber data penelitian agar lebih dikembangkan kembali dan menambah ilmu bagi civitas akademik dalam peningkatan kualitas pembelajaran

kususnya dalam dunia keperawatan terutama dibidang sistem reproduksi wanita.

2. Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman, penambah pengetahuan dan wawasan baik secara teoritis maupun secara praktik khususnya yang berhubungan dengan nyeri *dismenore* serta dapat menerapkan tindakan keperawatan untuk penanganan nyeri dengan metode relaksasi atau pun distraksi dengan terapi musik relaksasi dan murottal dalam penurunan nyeri *dismenore*.

3. Bagi Siswa Remaja SMPN 12 Kota Tasikmalaya

Penelitian ini diharapkan dapat diaplikasikan oleh siswi saat mengalami nyeri *dismenore*, serta untuk menurunkan nyeri *dismenore*.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai data dasar untuk peneliti lain yang berminat dalam menggali masalah dalam tindakan keperawatan terutama dalam sistem reproduksi atau pun dalam penanganan nyeri *dismenore* dengan cara non farmakologi.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini sebelumnya telah dilakukan oleh Prasetia (2015) dan Muhidin (2016) oleh mahasiswa program studi ilmu keperawatan dan D3 keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyah Yogyakarta serta di Akademi keperawatan dr. Soedono Madiun. Dengan judul penelitian "Pengaruh Terapi Musik Klasik (*Beethoven*) Terhadap Tingkat Nyeri Haid (*Dismenorea*) pada remaja putri kelas II di MTS Ngemplak Sleman

Yogyakarta. Serta judul penelitian yang dilakukan oleh Muhidin “Pengaruh Murotal Ar-Rahman Terhadap Nyeri *Dismenore* Pada Remaja”.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul penelitian Pengaruh Terapi Musik Dan Murottal Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMPN 12 Kota Tasikmalaya.

