

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Namun jika pada usia remaja seseorang sudah menikah, maka ia tergolong dalam dewasa atau bukan lagi remaja. Sedangkan menurut Departemen Kesehatan RI, batas usia remaja adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin (Yani Widyastuti, 2009).

Masa remaja dimulai dengan pubertas, yaitu proses yang mengarah pada kematangan seksual atau fertilitas (kemampuan untuk bereproduksi). Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja sangat pesat, baik fisik maupun psikologis. Pada perempuan sudah mulai menstruasi dan pada laki-laki sudah mulai mampu menghasilkan sperma (Proverawati, Misaroh, 2009 dalam jurnal Gumangsari). Permasalahan yang paling tinggi ada pada remaja putri karena pada masa ini remaja putri akan mengalami masa pubertas dengan ditandai dengan datangnya haid (*menstruasi*). Saat haid yang pertama ini datang dinamakan *menarche*.

Pada umumnya sebagian wanita sering merasakan keluhan berupa kram perut karena kontraksi otot-otot halus pada rahim, sakit kepala, sakit perut, gelisah berlebihan, merasa letih dan lemas, hidung terasa tersumbat, bahkan selalu ingin menangis. Selain itu ada juga yang

mengalami kemarahan, depresi, kondisi ingin makan yang berlebihan hingga nyeri haid yang luar biasa. menjelang haid yang dapat berlangsung hingga 2-3 hari,. Kondisi ini sering disebut dengan datang bulan atau PMS (Anurogo, 2011 dalam jurnal Gumangsari). Biasanya pada hari pertama sampai hari ke-tiga haid, atau dimulai sehari sebelum mulai haid sebagian perempuan ada yang mengalami berbagai gangguan haid yang cukup berat disebut dengan *dismenore*.

Angka kejadian nyeri Menstruasi di Dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Menurut Ningsih (2011) prevalensi dismenore di Indonesia yang dialami oleh remaja diangka 64,25% yang terdiri atas 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Prevalensi dismenore primer pada tahun 2012 di Amerika Serikat adalah 59,7% dengan derajat kesakitan 49% dismenore ringan, 37% dismenore sedang, dan 12% dismenore berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak masuk sekolah.

Dismenore dalam bahasa indonesia adalah nyeri menstruasi, sifat dan derajat rasa nyeri ini bervariasi. Mulai dari yang ringan sampai yang berat (Agustina dkk, 2010). Meskipun *dismenore* merupakan masalah fisik bukan masalah psikis, namun disminore dengan tingkat nyerinya sering menimbulkan bahaya. Kondisi seperti ini membawa remaja pada situasi yang tidak menyenangkan. Melihat dampak dari disminore tersebut dapat dikatakan bahwa *dismenore* merupakan salah satu

problema dalam kehidupan remaja putri, yang memaksa mereka untuk menggunakan berbagai cara untuk mencegah terjadinya nyeri *dismenore*.

Jika *dismenore* tidak diatasi dapat mengganggu aktifitas sehari-hari, menurut Xu dkk (2014) menyatakan bahwa sekitar 10% dari perempuan memiliki gejala *dismenore* yang cukup parah sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari, meningkatkan absensi dan mengurangi kualitas hidup. Pada umumnya 50-60% wanita diantaranya memerlukan obat-obatan analgesic untuk mengatasi masalah *dismenore* ini (Annathayakeisha, 2009). Selain itu pencegahan yang lebih aman adalah dengan cara melakukan pijatan masase yaitu *massase counterpressure*.

Tujuan dilakukan *Massase Counterpressure* adalah untuk mengurangi rasa nyeri secara alamiah. Hal ini disebabkan karena saat melakukan *massase* tubuh akan menghasilkan *endorphine*. *Endorphin* dihasilkan di otak dan susunan syaraf tulang belakang. Hormon ini dapat berfungsi sebagai obat penenang alami yang di produksi otak sehingga menimbulkan rasa nyaman (Harry, 2007). *Massase Counterpressure* merupakan pijatan tekanan kuat dengan cara meletakkan tumit tangan atau bagian datar dari tangan, atau juga menggunakan bola tenis. Tekanan pada *Counterpressure* dapat di berikan dalam gerakan lurus atau lingkaran kecil (Maryunani, 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Ni Made Gita Gumangari (2014), dengan judul “pengaruh *massage counterpressure* terhadap penurunan

tingkat nyeri haid”, dengan ini menunjukkan pemberian massase counterpressure terhadap penurunan nyeri dismenore menunjukkan bahwa skala nyeri pada responden, setelah diberikan massase 64,3% dari 9 responden mengalami nyeri ringan. Hal ini berarti bahwa massase counterpressure memiliki pengaruh terhadap penurunan nyeri haid.

Adanya peran *massase counterpressure* yaitu untuk mengurangi nyeri haid (*dismenore*), untuk itu dilakukan asuhan kebidanan pada remaja dengan cara pemberian *massase counterpressure* terhadap penurunan nyeri haid (*dismenore*) pada remaja.

B. Rumusan Masalah

Apakah asuhan kebidanan pada remaja dengan penatalaksanaan *massase counterpressure* dapat menurunkan nyeri haid (*dismenore*)?

C. Tujuan Asuhan

Untuk menurunkan nyeri haid (*dismenore*) pada remaja dengan melakukan *massase counterpressure*.

D. Manfaat Asuhan

1. Manfaat Teoritis

Menambah informasi dan wawasan bagi pengembangan ilmu kebidanan khususnya wawasan mengenai *massase counterpressure* terhadap penurunan nyeri haid (*dismenore*) pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Menerapkan ilmu pengetahuan yang diperoleh saat kuliah, memberi pengalaman baru yang berharga dalam melaksanakan asuhan, mengetahui efektifitas terapi *massage counterpressure* secara langsung dalam menangani masalah *dismenore* pada remaja dan mengaplikasikan teori yang telah didapat untuk mengatasi masalah *dismenore* pada diri sendiri.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Memberikan informasi yang dapat dijadikan pemikiran dalam meningkatkan dan mengembangkan materi perkuliahan di masa yang akan datang khususnya mengenai *massage counterpressure* terhadap penurunan tingkat nyeri haid.

c. Bagi Profesi IBI

Hasil asuhan ini dapat menjadi bahan masukan khususnya bagi profesi kebidanan, agar meningkatkan mutu kualitas pelayanan dan *Massage Counterpressure* dapat menjadikan alternatif untuk menurunkan nyeri *dismenore*.

d. Bagi Klien

Setelah diberikan asuhan mengenai *massage counterpressure* diharapkan klien dapat memberikan informasi kepada orang lain dan menerapkan *massage counterpressure* yang merupakan salah satu jenis terapi untuk menurunkan nyeri *dismenore*.