

## BAB 1

### PENDAHULUAN

#### A. LATAR BELAKANG

Menstruasi merupakan suatu proses berkala yang datang setiap 28-30 hari. Masa menstruasi pertama (menarche) biasanya dimulai pada usia 11-15 tahun. Siklus tersebut akan berlanjut hingga tiba masa menopause, kecuali jika terjadi kehamilan. Pada setiap masa menstruasi, darah menstruasi yang berwarna merah gelap akan dikeluarkan setiap bulan dan berlangsung selama 3-8 hari (Rasjidi, 2013). Perubahan yang biasa dihadapi wanita saat mengalami menstruasi yaitu cemas, stress, depresi dan biasanya di dampingi dengan gejala kejang-kejang menstruasi atau bahasa medisnya dysmenorrea (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 (Sinaga, et al., 2017). 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).

Manajemen nyeri atau pain management merupakan salah satu bagian dari disiplin ilmu medis yang menggunakan pendekatan multidisiplin yang termasuk didalamnya pendekatan farmakologikal (termasuk pain modifiers), non farmakologikal dan psikologikal dalam upaya menghilangkan nyeri atau pain relief. Manajemen nyeri non farmakologikal merupakan upaya mengatasi atau menghilangkan nyeri dengan menggunakan pendekatan non farmakologi. Upaya tersebut antara lain relaksasi, distraksi, massage, guided imaginary dan lain sebagainya (Syamsiah, 2015).

Banyak Penatalaksanaan dalam menurunkan nyeri menstruasi dengan beberapa cara diantaranya dengan relaksasi yaitu menggunakan aromaterapi lemon. Aromaterapi lemon untuk meningkatkan mood dan mengurangi rasa marah (Iryani, 2015). Minyak aromaterapi lemon mempunyai kandungan limeone 6680, geranil asetat, netrol, terpine 6-14%,  $\alpha$  pinene 1-4% dan mrcyne (Young, 2011 ; Suwanti 2018). Limeone adalah komponen utama dalam senyawa kimia jeruk yang dapat menghambat sistem kerja prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri (Namazi, et al., 2014).

Prostaglandin merangsang penekanan otot (tonus), kontraksi otot rahim, dan penekanan pembuluh darah (vasopresi) rahim yang menyebabkan nyeri iskemik dan keluhan nyeri menstruasi (Suharmiati & Lestari, 2005). Prostaglandin juga mempengaruhi kontaktilitas otot polos dan modulasi aktivitas hormonal. Prostaglandin dapat terlibat dalam kondisi patologi diantaranya infertilitas pria, dismenore, status hipertensi, pre-eklamsia-

eklamsia, dan syok anafilatik (Bobak, Lowdermilk & Jensen. 2012). Berdasarkan jumlah mahasiswi keperawatan di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado yang berjumlah 264 ditemukan bahwa 260 mahasiswi yang biasa mengalami nyeri menstruasi. Hasil pengkajian melalui wawancara yang diwakili 20 mahasiswi, didapatkan bahwa 3 mahasiswi mengalami nyeri ringan, 6 mahasiswi nyeri sedang dan 11 mahasiswi nyeri berat.

Menurut jurnal program studi ilmu keperawatan fakultas kedokteran universitas sam ratulangi bahwa aromatherapy lemon ( citrus ) ada pengaruhnya terhadap penurunan nyeri menstruasi.

Berdasarkan uraian diatas maka penulis termotivasi untuk melakukan asuhan kebidanan dengan judul “ Penatalaksanaan Aromaterapi Lemon (Citrus) terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi pada remaja “

## **B. Rumusan Masalah**

“Apakah asuhan kebidanan dengan aromatherapy lemon ( citrus ) dapat menurunkan nyeri menstruasi pada remaja ? “

## **C. Tujuan Asuhan**

Tujuan asuhan ini untuk mengurangi nyeri menstruasi setelah diberikan aromatherapy lemon ( citrus ).

## D. Manfaat

### 1. Manfaat Teoritis

Hasil asuhan ini secara teoritis diharapkan dapat memberikan sumbangan pemikiran dalam memperkaya wawasan mengenai nyeri menstruasi dan cara penanganannya dengan aromatherapy lemon ( citrus ) dan bahan acuan penelitian selanjutnya.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Institusi Pendidikan

Sebagai bahan masukan untuk meningkatkan dan mengembangkan wawasan pendidikan dan mahasiswa tentang menstruasi.

#### b. Bagi Pelayanan kesehatan

Sebagai bahan masukan guna meminimalkan angka kesakitan remaja saat menghadapi nyeri menstruasi.

#### c. Bagi Masyarakat

Untuk memberi wawasan tentang keuntungan aromatherapy terhadap nyeri menstruasi.