

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa. Masa remaja disebut juga masa pubertas, karena merupakan masa transisi yang unik ditandai dengan berbagai perubahan fisik, emosi dan psikis. Pada remaja putri terjadi suatu perubahan fisik yaitu perubahan organ-organ reproduksi yang ditandai dengan datangnya menstruasi (yuanita ananda, 2018)

Menstruasi merupakan pelepasan dinding rahim (*endometrium*) yang disertai dengan pendarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan. Usia normal bagi seorang wanita mendapatkan menstruasi untuk pertama kalinya pada usia 12 atau 13 tahun tetapi ada juga yang mengalaminya lebih awal, yaitu pada usia 8 tahun atau lebih lambat yaitu 18 tahun. (yuanita ananda, 2018)

Pada sebagian wanita yang mengalami menstruasi akan timbul nyeri menstruasi yang biasanya disebut *dismenore*. *Dismenore* merupakan rasa sakit yang menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas fisik sehari-hari selama 1 sampai 3 hari selama menstruasi. Nyeri terasa pada daerah perut bagian bawah hingga menyebar kesekitar pinggang dan paha bagian dalam. Adakalanya jika *dismenore* tidak diatasi maka akan disertai dengan mual, muntah, pusing, letih, diare, pingsan dan kelebihan emosi (yuanita ananda, 2018)

Angka kejadian *dismenore* di dunia cukup tinggi. Diperkirakan sekitar 50% perempuan disetiap negara mengalami *dismenore*. Di Amerika Serikat prevalansi *dismenore* primer pada wanita adalah 58,7% dari mereka yang mengeluh nyeri yaitu 49% *dismenore* ringan, 37% *dismenore sedang* dan 12% *dismenore* berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak masuk sekolah (yuanita ananda, 2018)

Prevalasi *dismenore* di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder. *Dismenore* menyebabkan 14% dari remaja sering tidak hadir di sekolah dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari. Angka kejadian *dismenore* di Jawa Barat cukup tinggi, hasil penelitian didapatkan kejadian sebanyak 54,9% wanita mengalami *dismenore*. Hasil penelitian di Poltekes Kemenkes Tasikmalaya didapatkan hasil 87,1% mengalami *dismenore* dan didapatkan hasil terbanyak adalah pada mahasiswi jurusan kebidanan sebanyak 47%. (Rahayu et al., 2017)

Nyeri haid dapat diatasi dengan farmakologis maupun non farmakologis. Secara farmakologis dapat diatasi dengan obat-obatan analgesik. Manajemen nyeri non farmakologis lebih aman digunakan karena tidak menimbulkan efek samping seperti obat-obatan karena terapi non farmakologis menggunakan proses psikologis dan salah satunya menggunakan *massage effleurage*. (Sari et al., 2019)

Massage Effleurage adalah suatu gerakan dengan menggunakan seluruh tubuh permukaan tangan melekat pada bagian abdomen yang digosok

dengan ringan dan menenangkan. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. Usapan massage effleurage abdomen menstimulasi serabut kulit akan membuat nyaman pada saat kontraksi uterus sehingga memperlancar peredaran darah ke uterus dan memblok implus nyeri bisa berkurang. Massage Effleurage merupakan teknik massage yang aman, mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, tidak memerlukan biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain. (Sari et al., 2019)

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulisan tertarik untuk mengetahui “Efektivitas Massage Effleurage terhadap Penurunan Intensitas Skala Nyeri Dismenore pada Remaja Putri”.

C. Tujuan

Mengetahui Efektivitas Massage Effleurage terhadap Penurunan Intensitas Skala Nyeri Dismenore pada Remaja Putri.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil laporan ini dapat memberikan informasi khususnya dibidang ilmu kebidanan tentang Efektifitas massage effleurage terhadap penurunan intensitas skala nyeri dismenore pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Masyarakat

Hasil telaah pustaka ini diharapkan dapat menambah wawasan kepada para remaja putri untuk mengatasi nyeri dismenore.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan telaah pustaka ini dapat bermanfaat sebagai bahan masukan bagi institusi pendidikan dalam memberikan pembelajaran kepada mahasiswa didik supaya lebih kompeten, sehingga menghasilkan lulusan bidan yang profesional dan mandiri, juga sebagai penambah bahan kepustakaan yang dapat dijadikan studi banding bagi studi kasus selanjutnya.

c. Bagi Penulis

Hasil telaah pustaka ini diharapkan dapat menambah pengetahuan penulis dan keefektifan manajemen non farmakologis untuk mengurangi nyeri dismenore sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.