

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Setiap remaja mengalami periode transisi dari masa anak-anak ke masa dewasa (Maimunah, 2017). WHO (2014) mengatakan, di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (Suharni, 2018). Jumlah remaja di Indonesia menurut sensus penduduk tahun 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk (Setiowati, 2017).

Remaja akan mengalami pubertas sebagai waktu kematangan seksual yang ditandai dengan adanya *menarche* pada anak perempuan (Lestari, 2019). Indonesia memiliki rata-rata usia *menarchee* remaja putri adalah 13 tahun dengan kejadian awal 9 tahun (Tyas, 2019). Remaja putri yang telah masuk masa pubertas akan mengalami menstruasi setiap bulannya. Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium (Andriyani, 2015).

Sebagian besar wanita yang sedang menstruasi sering mengalami nyeri dibagian perut bawah seperti dicengkram atau diremas-remas, sakit kepala yang berdenyut, mual muntah, nyeri dipunggung bagian bawah, diare, bahkan hingga pingsan yang terasa sebelum atau sesudah menstruasi (Jamil, 2018). *World Health Organization* (WHO) tahun 2013 mengatakan bahwa kejadian nyeri haid sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami nyeri haid dengan 10-15% mengalami nyeri haid berat (Apriyanti, 2018). Kejadian nyeri haid di Indonesia juga tidak kalah tinggi dibandingkan dengan negara lain di dunia. Angka kejadian nyeri haid primer di

Indonesia adalah sekitar 54,89% sedangkan nyeri haid sekunder yaitu 45,11% (Surmiasih, 2019).

Penanganan nyeri haid sangat penting untuk dilakukan terutama pada usia remaja, karena bila tidak ditangani akan berpengaruh pada aktivitas remaja itu sendiri. Nyeri haid dapat diatasi secara farmakologis dan non farmakologis (Mahua, 2018). Terapi secara farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian obat golongan nonsteroid anti inflammatory drugs (NSAIDs), namun obat-obat tersebut tidak dianjurkan untuk dikonsumsi dalam jangka waktu yang lama dan dosis yang tinggi karena dapat menyebabkan ketergantungan dan kontraindikasi (Mahua, 2018). Secara nonfarmakologis terapi nyeri haid dapat dilakukan dengan istirahat yang cukup, olahraga yang teratur, pemijatan pada daerah pinggang, kompres hangat pada daerah perut dan atur posisi (Mahua, 2018).

Penanganan secara non-farmakologis khususnya pemberian kompres hangat yang dapat dilakukan oleh siapapun dengan mudah dan murah. Kompres hangat merupakan metode memberikan rasa hangat pada klien dengan menggunakan cairan atau alat yang menimbulkan hangat pada bagian tubuh yang memerlukan (Mahua, 2018). Efek hangat dari kompres dapat menyebabkan vasodilatasi pada pembuluh darah yang nantinya akan meningkatkan aliran darah ke jaringan. Cara ini menyebabkan penyaluran zat asam dan makanan ke sel-sel diperbesar dan pembuangan dari zat-zat diperbaiki yang dapat mengurangi rasa nyeri haid primer yang disebabkan suplai darah ke endometrium kurang (Natalia, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Arisonya (2018) tentang “Pengaruh Bantalan Pemanas Elektrik Terhadap Penurunan Nyeri haid Primer Pada Mahasiswi Di Asrama

I dan III Poltekkes Kemenkes Yogyakarta Tahun 2018” menyatakan bahwa ada pengaruh bantalan pemanas elektrik terhadap penurunan dismenore primer.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahmadhayanti, dkk (2017) tentang “Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMA Karya Ibu Palembang” juga menyatakan bahwa ada pengaruh kompres hangat terhadap penurunan derajat nyeri haid pada remaja putri di SMA Karya Ibu Palembang.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada 10 Orang siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Semarang, diketahui 7 Orang siswi pernah mengalami nyeri haid, untuk penanganannya 2 orang siswi memilih mengkonsumsi obat anti nyeri, 5 orang mengatasinya dengan istirahat atau tidur, dan belum ada siswi yang mengatasinya dengan kompres hangat. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Semarang karena di sekolah ini ada beberapa orang siswi yang mengatakan sampai tidak bisa mengikuti pelajaran dan memilih untuk istirahat di UKS karena nyeri haid dan di sekolah ini belum pernah dilakukan penelitian mengenai pemberian kompres hangat untuk mengatasi nyeri haid.

Penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Manfaat Pemberian Kompres Hangat Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Semarang”.

B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana manfaat pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 2 Semarang”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui manfaat pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri haid sebelum diberikan kompres hangat pada remaja putri.
- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri haid sesudah diberikan kompres hangat pada remaja putri.
- c. Menganalisis perbedaan intensitas nyeri haid sebelum dan sesudah dilakukan kompres hangat pada remaja putri.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis, mampu memperkaya salah satu sumber atau bahan pustaka terkait Kesehatan Reproduksi khususnya manfaat pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah kepustakaan juga sebagai masukan ilmu mengenai manfaat pemberian kompres hangat terhadap intensitas nyeri haid pada remaja putri.

b. Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman dan wawasan serta meningkatkan pemahaman dan kemampuan peneliti di bidang Kesehatan Reproduksi khususnya penanganan nyeri haid dengan kompres hangat pada remaja putri.

c. Bagi Peneliti Lain

Memberikan sumbangan pemikiran bagi peneliti lain sebagai dasar penelitian selanjutnya.

d. Bagi Remaja Putri

Dapat menambah pengetahuan dalam mengatasi nyeri saat haid dan dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari.