

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Nyeri haid atau *dismenorea* adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormone progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbul rasa nyeri dan ketidaknyaman yang paling sering terjadi pada wanita. Karakteristik nyeri ini sangat khas karena muncul secara reguler dan periodik menyertai menstruasi yaitu rasa tidak enak di perut bagian bawah sebelum dan selama haid disertai mual di sebabkan meningkatnya kontraksi uterus, nyeri ini dapat timbul sebelum atau pada saat menstruasi. Hal ini dilaporkan sebagai *dismenorea* (Ernawati, 2014).

*World health organization* (WHO) angka *dismenorea* di Dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami *dismenorea*. Di india ditemukan 71,2% dari seluruh mahasiswa fisioterapi mengalami *dismenorea* setiap bulanya. Sementara itu di Georgia ditemukan 52,07% dari 2561 remaja putri mengalami *dismenorea*, dari jumlah remaja putri yang mengalami *dismenorea* tersebut sebanyak 69,78% dari remaja putri Tblisi dilaporkan sering absensi sekolah. Ketidaknyaman yang timbul akibat dari nyeri merupakan salah satu penyebabnya (Jurnal Environmental Medicine, 2013).

Indonesia angka kejadian *dismenorea* terdiri dari 54,89% *dismenorea* primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder, sedangkan di daerah Jakarta terdapat 83,5% yang mengalami *dismenorea*. Biasanya gejala *dismenorea* primer terjadi pada wanita usia produktif tiga sampai lima tahun setelah mengalami haid pertama (*amenorea*) atau wanita yang belum pernah hamil, sedangkan *dismenorea* sekunder sering terjadi pada wanita yang sudah menikah atau wanita yang sudah pernah melahirkan, *dismenoreas* ekunder biasanya disebabkan oleh penggunaan kontrasepsi (KB) dan juga suatu penyakit kewanitaan (Calis, 2013).

Berdasarkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Gorontalo remaja usia 15-19 tahun pada tahun 2016 jumlah remaja putri 56,141 dari total remaja 112,966

yang ada di Provinsi Gorontalo. Kota Gorontalo terdapat 16,301 jumlah remaja putri dari total remaja 38,049.

Nyeri saat haid menyebabkan tidaknyaman dalam beraktifitas sehari-hari. Keluhan ini berhubungan dengan ketidakhadiran berulang di sekolah ataupun di tempat kerja, sehingga dapat mengganggu produktivitas. Wanita pada masa reproduksi mengalami nyeri haid 40-70% dan sebesar 10% mengalaminya hingga mengganggu semua aktifitas sehari-hari. Sekitar 70-90% kasus nyeri haid terjadi saat usia remaja dan remaja yang mengalami nyeri haid akan terpengaruh aktivitas akademis, sosial dan olahraganya (Puji, 2013).

Permasalahan tentang menstruasi dimasyarakat masih dianggap hal yang tabu, padahal menstruasi hal yang normal yang dialami oleh setiap wanita sehingga persepsi ini perlu diluruskan dan ini adalah tanggung jawab tenaga kesehatan agar memberi informasi mengenai kesehatan reproduksi. Upaya pencegahan *dismenorea* telah dilakukan oleh sebagian remaja namun tidak ada hasil yang memuaskan hal ini karena kurangnya pengetahuan remaja tentang upaya pencegahan dan penanganan dalam mengatasi *dismenorea* (Anurogo dan Wulandari, 2012).

Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Zuhrotul Masruroh 2015 dengan judul pengaruh penambahan *kinesio taping* pada latihan relaksasi otot perut terhadap penurunan nyeri haid pada remaja hasil penelitian didapatkan Uji hipotesis data pada kelompok I menggunakan uji Wilcoxon menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0.046$  ( $p < 0.05$ ), Uji Hipotesis data pada kelompok II menggunakan Uji T-Test menunjukkan hasil  $p\text{-value} = 0.000$  ( $p < 0.05$ ), berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan terdapat pengaruh penambahan *kinesio taping* pada latihan relaksasi otot terhadap penurunan nyeri haid.

Manajemen *dismenorea* terbagi menjadi dua yaitu upaya farmakologi dan non farmakologi. Upaya farmakologi yang dapat diberikan kepada wanita yang mengalami nyeri haid yaitu dengan memberikan obat analgesic sebagai penghilang rasa sakit seperti obat anti inflamasi nonsteroid adalah aspirin, ibuprofen. Obat-obatan ini dapat menurunkan nyeri dan menghambat produksi *prostaglandin* dari jaringan-jaringan yang mengalami trauma dan inflamasi yang menghambat reseptor

nyeri untuk menjadi sensitif terhadap stimulus menyakitkan sebelumnya (Hermawan, 2014).

Upaya non farmakologi yang dapat dilakukan yaitu dengan terapi es dapat menurunkan *prostaglandin* yang memperkuat sensitifitas reseptor nyeri dan subkutan lain pada tempat cedera dengan menghambat proses inflamasi, upaya terapi panas mempunyai keuntungan meningkatkan aliran darah ke suatu area dan kemungkinan dapat turut menurunkan nyeri dengan mempercepat penyembuhan, upaya relaksasi otot perut yang dilakukan secara mandiri untuk menurunkan intensitas nyeri, meningkatkan ventilasi paru dan meningkatkan oksigenasi darah, dan *kinesio taping* yang merupakan salah satu terapi yang dapat mengurangi nyeri *dismenorea*, ketika otot meradang, bengkak atau kaku karena kelelahan, ruang antara kulit dan otot tertekan, sehingga terjadi penyempitan pada aliran kelenjar limfatik, cara kerja *kinesio taping* yaitu adanya efek *lifting* pada *kinesio taping* akan membantu aliran limfatik menjadi normal, sehingga terjadi penurunan tingkat inflamasi (Junaidi, 2013).

Al-Qur'an menjelaskan tentang apa itu darah haid, dan bagaimana tata pergaulan dengan perempuan yang sedang haid, dalam QS. Al-Baqarah/2:222.

Artinya : *Mereka bertanya kepadamu tentang haidh. Katakanlah: "Haidh itu adalah suatu kotoran." Oleh sebab itu hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haidh; dan janganlah kamu mendekati mereka, sebelum mereka suci. Apabila mereka telah suci, maka campurilah mereka itu di tempat yang diperintahkan Allah kepadamu. Sesungguhnya Allah menyukai orang-orang yang bertaubat dan menyukai orang-orang yang mensucikan diri.*(QS. Al-Baqarah/2:222).

Berdasarkan latar belakang diatas maka, peneliti tertarik untuk meneliti tentang “pengaruh penambahan *kinesio taping* pada latihan relaksasi otot perut terhadap nyeri haid pada remaja putri”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka, identifikasi masalah dalam penelitian ini adalah:

1. Menurut WHO angka *dismenorea* di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami *dismenorea* (Jurnal Environmental

Medicine,2013). Indonesia angka kejadian *dismenorea* terdiri dari 54,89% *dismenorea* primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder (Calis,2013).

2. Nyeri saat haid menyebabkan ketidaknyamanan dalam beraktivitas sehari-hari. Keluhan ini berhubungan dengan ketidakhadiran berulang di sekolah ataupun di tempat kerja, sehingga dapat mengganggu produktivitas (Puji, 2013).
3. Permasalahan tentang menstruasi di Masyarakat masih dianggap hal yang tabu, padahal menstruasi hal yang normal yang dialami oleh setiap wanita sehingga persepsi ini perlu diluruskan dan ini adalah tanggung jawab tenaga kesehatan agar memberi informasi mengenai kesehatan reproduksi. Upaya pencegahan *dismenorea* telah dilakukan oleh sebagian remaja namun tidak ada hasil yang memuaskan hal ini karena kurangnya pengetahuan remaja tentang upaya pencegahan dan penanganan dalam mengatasi *dismenorea* (Anurogo dan Wulandari, 2012).

### **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan diatas, peneliti ingin mengetahui “Adakah pengaruh penambahan *kinesio taping* pada latihan relaksasi otot perut terhadap nyeri haid pada remaja putri?”

### **1.4 Tujuan Penelitian**

Diketahuinya pengaruh penambahan *kinesio taping* pada latihan relaksasi otot perut terhadap nyeri haid pada remaja putri.

### **1.5 Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat bagi perkembangan ilmu pengetahuan (akademik) agar dapat dimanfaatkan oleh ilmuan lain dalam mengembangkan ilmu pengetahuan dan teknologi dan seni serta di aplikasikan dalam asuhan keprofesian.

#### **1.5.2 Manfaat Praktis**

1. Bagi peneliti dan peneliti lain

Menambah wawasan dan pengalaman nyata dalam penelitian dan sebagai sarana meningkatkan daya berpikir dan implementasi teori dalam bentuk nyata dan dapat digunakan sebagai referensi dan bahan perbandingan bagi peneliti selanjutnya.

2. Bagi akademik

Penelitian ini dijadikan bahan referensi untuk pengembangan lembaga secara keilmuan (Akademis) dimana hasil penelitian ini bisa dijadikan bahan penelitian lebih lanjut dalam hal penanganan nyeri saat menstruasi.

3. Bagi profesi

Agar tenaga kesehatan khususnya bidan dapat lebih mengembangkan kemampuan yang dimilikinya, dalam memperoleh pengetahuan tentang penanganan nyeri saat menstruasi.

4. Bagi sekolah dan siswi

Dapat dijadikan sebagai salah satu bahan masukan untuk menyikapi masalah tentang sistem reproduksi khususnya nyeri menstruasi pada siswi. Bagi responden dapat dijadikan bahan informasi yang berkaitan dengan kesehatan tentang sistem reproduksi.

