

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi dengan kerentanan terhadap segala kondisi baik kondisi psikologis, psikososial maupun pertumbuhan, maka semua faktor yang ada dalam perkembangan pubertas harus dipertimbangkan dalam semua dimensi. Salah satunya adalah kesehatan (Mahmudah & Daryanti, 2021). Kesehatan remaja masih menjadi permasalahan yang perlu mendapat perhatian. Namun permasalahan kesehatan pada masa remaja bukan hanya permasalahan seksual saja, tetapi juga menyangkut aspek reproduksinya terutama masalah sekundernya seperti suara yang lebih pelan, payudara yang lebih besar, area panggul yang lebih besar, dan menarche/menstruasi. Menstruasi yang dialami wanita biasanya disertai dengan kram, nyeri, dan rasa tidak nyaman yang berhubungan dengan menstruasi atau sering disebut dengan dismenore. Bagi sebagian wanita menstruasi muncul rasa ketidaknyamanan dan sebagian wanita lainnya muncul rasa nyeri yang tidak dapat ditahan sehingga dapat menghentikan aktivitas sehari-harinya (Sari Hrp, 2020).

Dismenore merupakan nyeri haid yang terjadi pada wanita pada saat menstruasi dan ditandai dengan nyeri perut bagian bawah serta sering mual sebelum dan selama menstruasi. *Dismenore* terbagi menjadi dua jenis, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder (Maharani, 2020). *Dismenore* primer adalah nyeri haid yang dimulai 2 hingga 3 tahun setelah *menarche* seorang wanita dan terjadi tanpa adanya kelainan genital yang jelas. Sedangkan dismenore sekunder adalah nyeri haid yang disebabkan oleh penyakit ginekologi seperti salpingitis kronis, endometriosis, adenomiosis, dan stenosis serviks (Elvira & Tulkhair, 2020).

Menurut Organisasi Kesehatan Dunia (WHO), kejadian *dismenore* masih sangat tinggi di seluruh dunia. Rata-rata kejadian *dismenore* pada remaja putri pada tahun 2018 berkisar antara 16,8 hingga 81%. Data Riskesdas di Indonesia tahun (2018) menunjukkan prevalensi dismenore sebesar 64,25%.

Diperkirakan hingga 90% perempuan di Indonesia mengalami masalah menstruasi namun tidak melaporkannya ke layanan kesehatan (Zuhrotunida *et al.*, 2022). Sedangkan angka kejadian *dismenore* juga sangat tinggi di Jawa Barat. Berdasarkan hasil penelitian, 54,9% wanita menderita *dismenore*, dimana 24,5% mengalami *dismenore* ringan, 21,28% mengalami *dismenore* sedang, dan 9,36% mengalami *dismenore* berat (Hasrawati, 2022).

Menurut (Septianingrum & Hatmanti, 2019) penyebab *dismenore* antara lain usia, masa menstruasi, status gizi, riwayat keluarga, dan kurang olah raga. Pada sebagian besar wanita nyeri haid terjadi saat usia remaja dan dapat menimbulkan dampak konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan (Nurhayati & Akbar, 2021). Adapun dampak lain yang dapat ditimbulkan dari *dismenore* ini adalah dapat mengganggu kehidupan sehari-hari, mempengaruhi kinerja, dan pada beberapa kasus menimbulkan gejala seperti mual disertai muntah serta diare. *Dismenore* juga mempengaruhi kesehatan fisik dan mental seorang wanita yaitu mudah lelah, marah, dan mengganggu aktivitas seperti sekolah dan perkuliahan (Maharani, 2020).

Dismenore dapat diobati/dikurangi dengan cara farmakologis dan nonfarmakologis. Salah satu pengobatan yang dilakukan dengan farmakologis adalah dengan mengkonsumsi obat pereda nyeri seperti asam mefenamat, asoiline. Sedangkan untuk perawatan non-farmakologis dapat dilakukan dengan relaksasi, akupunktur, hipnoterapi dan pijat *endorphine*. Perbedaan Pijat *endorphine* dengan terapi lainnya yaitu pijat *endorphine* ini merupakan metode yang menggunakan sentuhan ringan pada badan sehingga menciptakan rasa nyaman pada klien. Pijat ini pertama kali dikembangkan oleh *Constance Palinsky* dan digunakan untuk mengatasi nyeri. Teknik pijat ini juga dapat digunakan untuk menormalkan detak jantung. Beberapa penelitian mengatakan bahwa pijat *endorphine* sangat efektif untuk mengurangi rasa sakit pada *dismenorea* karena dapat meningkatkan pelepasan hormon endorfin dan oksitosin (Pramudita, 2020).

Hal ini sesuai dengan penelitian (Pangaribuan *et al.*, 2021) yang berjudul “Pengaruh *Endorphine Massage* Terhadap Intensitas Nyeri Haid Pada

Remaja Di SMA Negeri 2 Darul Makmur Kab. Nagan Raya Tahun 2021” didapatkan hasil bahwa responden yang di berikan perlakuan mengalami penurunan intensitas nyeri haid dibandingkan dengan responden yang tidak di beri perlakuan dengan nilai $p\ value= 0,000$ yang berarti kurang dari $\alpha < 0,005$ maka dapat disimpulkan bahwa terdapat pengaruh *Endorphine Massage* terhadap intensitas nyeri haid pada remaja di SMA Negeri 2 Darul Makmur. Hal ini juga diperkuat oleh penelitian

Hal ini diperkuat oleh penelitian (Zuhrotunida *et al.*, 2022) yang berjudul “Efektifitas *Endorphin Massage* Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri” hasil penelitian menunjukkan bahwa penurunan nyeri dismenore tergantung pada tingkat endorphine yang dihasilkan. Intervensi *endorphine massage* terhadap penurunan nyeri *dismenore* terjadi penurunan derajat nyeri (nyeri sedang ke nyeri ringan). *Endorphine massage* dilakukan minimal selama 30 menit untuk dapat meringankan nyeri *dismenore*.

Sebelum melakukan implementasi pijat *endorphine* pada remaja putri yang mengalami *dismenore*, peneliti terlebih dahulu melakukan studi pendahuluan dengan mewawancarai beberapa keluarga yang mempunyai anak remaja putri yang sering mengalami *dismenorea*. Diantara beberapa keluarga tersebut terdapat satu keluarga yang mengatakan bahwa anak perempuannya sering mengalami nyeri yang tidak tertahankan menjalar ke punggung disertai adanya muntah. Sehingga ketika remaja putri sedang mengalami haid sering bolos sekolah. Maka dari itu peran perawat keluarga yaitu sebagai pendidik dan konselor sangat diperlukan agar dapat memberikan solusi yang tepat terhadap masalah kesehatan dan dengan adanya kunjungan perawat ke rumah tersebut juga dapat menambah pengetahuan tentang masalah kesehatan yang keluarga mereka alami yaitu pada kasus ini remaja putri yang mengalami *dismenorea*.

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis tertarik untuk mengaplikasikan hasil riset tersebut dalam pengelolaan kasus yang dituangkan dalam Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners (KIAN) dengan judul “Asuhan Keperawatan Keluarga Nn.I Dengan pemberian Terapi Pijat *Endorphine* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Remaja Yang Mengalami *Dismenore*”

B. Rumusan Masalah

Dismenore merupakan nyeri haid yang terjadi pada wanita pada saat menstruasi dan ditandai dengan nyeri perut bagian bawah serta sering mual sebelum dan selama menstruasi. Seseorang yang sedang mengalami dismenore dapat menimbulkan dampak pada dirinya. Adapun dampak yang ditimbulkan dari dismenore ini adalah dapat mengganggu kehidupan sehari-hari, mempengaruhi kinerja, dan pada beberapa kasus dapat menimbulkan gejala seperti mual disertai muntah serta diare. Selain itu *dismenore* juga mempengaruhi kesehatan fisik dan mental seorang wanita yaitu mudah lelah, marah, dan mengganggu aktivitas seperti sekolah dan perkuliahan.

Salah satu tindakan non-farmakologis yang dapat digunakan pada perempuan yang mengalami dismenore adalah dengan menggunakan pijat endorphine. Pijat endorphine adalah metode sentuhan ringan yang digunakan untuk mengatasi nyeri karena dapat meningkatkan pelepasan hormon endorfin dan oksitosin.

Hasil penelitian yang sudah dilakukan dan teori-teori yang didapatkan dari berbagai jurnal terkait mengenai terapi pijat endorfin terhadap penurunan skala nyeri pada remaja yang mengalami dismenore, mengatakan bahwa terdapat keterkaitan yang bermakna antara terapi pijat *endorphine* dengan adanya penurunan skala nyeri *dismenore*, namun harus dianalisis kembali agar dapat meningkatkan kualitas hidup pada remaja yang mengalami *dismenore*.

Berdasarkan latar belakang di atas, dapat diambil rumusan masalah sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh pemberian Terapi Pijat *Endorphine* Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Remaja Yang Mengalami *Dismenore*? “

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Karya Ilmiah Akhir Ners ini bertujuan untuk melaksanakan asuhan keperawatan kepada keluarga dengan remaja yang mengalami *dismenore* dengan menggunakan terapi pijat *endorphine* untuk menurunkan skala nyeri.

2. Tujuan Khusus

- a. Melakukan pengkajian keperawatan kepada keluarga dengan remaja yang mengalami *dismenore*.
- b. Menetapkan diagnosa keperawatan kepada keluarga dengan remaja yang mengalami *dismenore*.
- c. Merencanakan asuhan keperawatan kepada keluarga dengan remaja yang mengalami *dismenore*
- d. Melaksanakan Tindakan keperawatan kepada keluarga dengan remaja yang mengalami *dismenore*.
- e. Melakukan evaluasi keperawatan pada keluarga dengan remaja yang mengalami *dismenore* menggunakan terapi pijat *endorphine*.

D. Ruang Lingkup

Proses dalam pembuatan asuhan keperawatan ini meliputi proses pengkajian dimana peneliti melakukan pengkajian secara langsung, diagnosa keperawatan ditegakan berdasarkan anamnesis yang ditemui pada kasus, pembuatan intervensi disesuaikan berdasarkan diagnosa yang diambil, Intervensi keperawatan yang diberikan kepada pasien remaja yang mengalami *dismenore* dengan pemberian terapi pijat *endorphine*. Penulisan kian ini yaitu mengenai Intervensi keperawatan terapi pijat *endorphine* terhadap penurunan skala nyeri pada remaja yang mengalami *dismenore*.

E. Manfaat Penulisan

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi ilmiah untuk digunakan peneliti selanjutnya sebagai bahan kontribusi terhadap pengembangan keilmuan khususnya dibidang Keperawatan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi institusi pendidikan

Digunakan sebagai informasi bagi institusi Pendidikan dalam pengembangan dan peningkatan mutu pendidikan di masa yang akan datang.

b. Bagi pasien

Hasil penelitian ini dapat meningkatkan pengetahuan dalam perawatan non-farmakologis yang dapat dilakukan remaja sebagai upaya dalam menangani dismenore dengan terapi pijat *endorphine*.

c. Bagi keluarga

Diharapkan Keluarga dapat menerima intervensi yang diberikan dengan optimal, sehingga dapat menambah wawasan keluarga dalam merawat remaja yang mengalami *dismenore*.

d. Bagi peneliti selanjutnya

Diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan dapat digunakan sebagai referensi untuk pengembangan penelitian selanjutnya.

F. Metode Penulisan

Karya Ilmiah Akhir Ners ini yaitu deskriptif dan metode studi kepustakaan. Dalam metode deskriptif pendekatan yang digunakan adalah studi kasus dengan mengelola 1 pasien dengan menggunakan metode proses keperawatan. Adapun teknik pengambilan data yang digunakan sebagai berikut:

1. Wawancara

Wawancara adalah menanyakan atau tanya jawab secara langsung yang berhubungan dengan masalah yang dihadapi klien dan merupakan suatu komunikasi yang direncanakan.

2. Observasi

Observasi adalah mengamati perilaku dari keadaan klien untuk memperoleh data tentang masalah kesehatan dan keperawatan klien.

3. Pemeriksaan Fisik

Melakukan pemeriksaan fisik klien untuk menentukan masalah kesehatan klien yang dilakukan dengan cara inspeksi, palpasi, perkusi, dan auskultasi.

4. Studi Dokumentasi

Mempelajari data-data dari keluarga klien berhubungan dengan asuhan keperawatan.

G. Sistematika Penulisan

Dalam pembuatan KIAN (Karya Ilmiah Akhir Ners) ini terdiri dari 5 BAB yaitu:

- Bab 1 : Menjelaskan latar belakang, rumusan masalah, tujuan penelitian, ruang lingkup, manfaat penelitian, metode penulisan dan sistematika penulisan.
- Bab 2 : Menjelaskan tentang teori-teori yang relevan sesuai judul Karya Tulis Ilmiah Ners. Tinjauan pustaka merupakan hasil telusuran bahan bacaan yang berkaitan dengan *dismenore*.
- Bab 3 : Menjelaskan asuhan keperawatan yang telah dilakukan tentang terapi pijat endorphine. Bab ini menerangkan secara naratif gambaran pelaksanaan asuhan keperawatan berdasarkan tahapan proses keperawatan yang meliputi pengkajian, diagnosa keperawatan, intervensi keperawatan, implementasi keperawatan, dan evaluasi keperawatan.
- Bab 4 : Menganalisis kasus dari berbagai teori yang telah diperoleh, analisis terhadap asuhan keperawatan yang telah diberikan dikaitkan dengan teori.
- Bab 5 : Menjelaskan tentang kesimpulan dan saran dari penulisan Karya Tulis Ilmiah Akhir Ners.