

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa peralihan pertumbuhan serta perkembangan dari masa anak-anak menuju dewasa dengan ditandai adanya proses tumbuh ke arah kematangan mental, emosional, sosial, fisik (Yunianingrum, 2018). Karakteristik perkembangan remaja putri ditandai dengan menstruasi. Ketika menstruasi itu datang remaja putri akan mengalami perdarahan yang terjadi secara rutin setiap bulan selama masa suburnya. Selama siklus menstruasi berjalan remaja putri dapat mengalami kram perut atau nyeri haid (Agustin, 2018). Karakteristik nyeri perut saat haid memiliki sifat serta derajat nyeri yang bermacam-macam yang menjadi tanda bahwa uterus yang tersusun atas otot-otot itu mengalami masa kontraksi (Wardani et al, 2021).

Menurut Badan Pusat Statistik (2021), di Indonesia didapatkan remaja sebanyak 37,5% dengan 18,19% adalah remaja putri. Remaja 10-19 tahun, rata-rata keseluruhan usia menstruasi pertama adalah 12,96 tahun (Sudikno & Sandjaja, 2019). Remaja putri yang mengalami menstruasi biasanya mengeluh adanya gangguan fisik berupa nyeri haid dengan angka kejadian terbaru di Indonesia mencapai angka 55%. Di wilayah Jawa Tengah angka kejadian nyeri haid sebesar 56%, di Jawa Timur mencapai 64,25% (Dhirah & Sutami, 2019). Berdasarkan data hasil penelitian

Savitri (2015), mengatakan bahwa angka kejadian nyeri haid di Jawa Barat mencapai 54,9% yang terdiri dari 24,5% mengalami nyeri haid ringan, 21,28% nyeri haid sedang dan 9,36% nyeri haid berat. Sebuah penelitian di Jakarta menemukan angka kejadian nyeri haid mencapai 86% (Juniar, 2015). Wilayah kota Bekasi angka kejadian nyeri haid kebanyakan terjadi pada remaja dengan angka 63,2% (Agustin, 2018). Terakhir wilayah kota Bogor tercatat angka kejadian nyeri haid sebanyak 74,1% dengan kategori nyeri haid ringan sebanyak 23,8%, nyeri haid sedang sebanyak 60,3%, dan nyeri haid berat sebanyak 15,9% (Yeti Trisnawati, 2020).

Nyeri haid yang sering dialami wanita dengan tingkat rasa nyeri yang hebat dapat berakibat pada aktivitas sehari-harinya. Rasa nyeri yang dirasa, mau tidak mau memaksa remaja putri untuk tetap beristirahat bahkan meninggalkan kegiatan sehari-harinya dengan tujuan agar rasa nyeri tersebut tidak semakin menjalar dan terasa menyiksa (EE Tyas & Heru W, 2017). Proses pembelajaran pada remaja putri yang masih duduk dibangku sekolah ataupun bangku perkuliahan dapat terganggu sehingga mengakibatkan penurunan aktivitas belajar dan aktivitas sosial dengan ditandai menurunnya prestasi belajar yang pada akhirnya dapat menurunkan tingkat produktivitas serta kualitas hidupnya (Proverawati Atikah, 2017). Melihat dampak dari nyeri haid yang cukup mengganggu pada kegiatan sehari-hari remaja putri, hendaknya kejadian nyeri haid ini diberikan penanganan lebih lanjut untuk menghindari hal-hal yang tidak diinginkan.

Kejadian nyeri haid ini dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan non-farmakologi. Menurut Dhirah & Sutami, (2019) dalam pemakaian terapi farmakologi terhadap nyeri haid dapat menimbulkan efek samping yang tidak diinginkan. Berbeda dengan pemakaian terapi non-farmakologi yang dianggap lebih aman bagi wanita yang sedang mengalami nyeri haid. Terapi non-farmakologi sederhana yang dapat dilakukan remaja putri salah satunya penggunaan kompres hangat, dimana pemberiannya tidak memberikan efek berbahaya pada tubuh.

Pemberian terapi kompres hangat merupakan terapi tradisional yang digabungkan dalam pengobatan modern sederhana dan mudah dilakukan bagi remaja putri yang mengalami nyeri haid. Terapi kompres hangat ini dapat dilakukan sendiri oleh remaja putri di rumah sebagai pilihan sederhana untuk mengurangi nyeri akibat haid (Pangesti et al., 2017). Suhu hangat yang diperoleh dari kompres air hangat mampu melancarkan peredaran darah, vaskularisasi lancar sehingga terjadinya pelebaran pembuluh darah atau vasodilatasi yang membuat otot-otot di bagian uterus terasa lebih rileks karena adanya nutrisi berlebih yang dibawa oleh darah sehingga kontraksi otot pada bagian uterus dapat menurun (Dhirah & Sutami, 2019).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh (Hanifah & Kuswantri, 2020), penerapan kompres hangat pada remaja dengan nyeri haid di SMPN 1 Kartoharjo Magetan menunjukkan bahwa penerapan kompres hangat efektif terhadap menurunkan tingkat nyeri haid. Hal itu dibuktikan dari banyaknya

siswi yang mengalami nyeri haid dengan tingkat nyeri sedang dengan skala 4 dan 5 lalu setelah dilakukan kompres hangat menurun menjadi nyeri ringan dengan skala 2 dan 3. Perlakuan kompres hangat dilakukan selama 15-20 menit dengan pengulangan tentatif ketika datangnya nyeri.

Studi pendahuluan yang sudah dilakukan pada 127 orang mahasiswa di Kampus Poltekkes Kemenkes Bandung Program Studi Keperawatan Bogor melalui kuesioner *google form* didapatkan hasil 125 orang mengalami nyeri haid, dengan tingkat tidak nyeri 2 orang, nyeri ringan sebanyak 42 orang, nyeri sedang 55 orang dan nyeri berat 28 orang.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk membuat Karya Tulis Ilmiah dalam bentuk melakukan penelitian studi kasus mengenai “Penerapan terapi kompres hangat untuk menurunkan tingkat nyeri haid pada remaja putri di Program Studi Keperawatan Bogor”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang masalah diatas maka dapat dirumuskan permasalahannya adalah sebagai berikut “Bagaimana penerapan terapi kompres hangat untuk menurunkan nyeri haid pada remaja putri di Program Studi Keperawatan Bogor?”.

C. Tujuan Karya Tulis Ilmiah

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian terapi kompres hangat untuk menurunkan nyeri haid pada remaja putri di Program Studi Keperawatan Bogor.

2. Tujuan Khusus

- a. Memberikan gambaran tentang karakteristik remaja putri dengan nyeri haid.
- b. Memberikan gambaran tentang tingkat nyeri haid pada remaja putri sebelum pemberian kompres hangat.
- c. Memberikan gambaran tentang tingkat nyeri haid pada remaja putri setelah pemberian kompres hangat.
- d. Memberikan gambaran tentang perbedaan tingkat nyeri haid pada remaja putri sebelum dan sesudah pemberian kompres hangat.

D. Manfaat Karya Tulis Ilmiah

1. Institusi Pendidikan

Diharapkan studi kasus ini dapat bermanfaat serta sebagai bahan bacaan dan acuan untuk penelitian selanjutnya yang akan dilakukan oleh pihak institusi yang terkait khususnya dalam bidang keperawatan.

2. Pelayanan Kesehatan

Diharapkan studi kasus ini dapat bermanfaat bagi remaja putri sebagai informasi mengenai pengaruh penerapan kompres hangat untuk menurunkan nyeri haid dan bisa menjadi masukan sekaligus alternatif untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan dengan menerapkan metode non farmakologi yaitu kompres hangat.

3. Profesi Keperawatan

Diharapkan bahwa seluruh tahapan, rangkaian dan hasil setiap kegiatan studi kasus yang dilaksanakan dapat memperluas pengetahuan, serta wawasan bagi profesi keperawatan dalam melaksanakan penerapan kompres hangat untuk mengurangi nyeri haid pada remaja putri.