

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi (haid) merupakan peristiwa keluarnya darah dari dalam rahim yang terjadi karena luruhnya dinding rahim bagian dalam yang banyak mengandung pembuluh darah serta sel telur yang tidak dibuahi. Pada usia reproduksi, menstruasi datang setiap bulan. Banyak wanita yang mengalami ketidaknyamanan fisik pada saat menjelang atau selama menstruasi berlangsung yang biasa disebut dengan *dismenore* (Wahyuni, 2019).

Dismenore (nyeri haid) membuat penderitanya merasakan kram dan nyeri menusuk pada perut bagian bawah, punggung bawah, paha, bahkan sampai ke lutut yang dapat timbul sebelum atau saat menstruasi. Salah satu faktor penyebab *dismenorea* yaitu meningkatnya jumlah *prostaglandin* di dalam *endometrium* yang menyebabkan kontraksi *miometrium* dan pembuluh darah menyempit sehingga timbul iskemia yang menyebabkan nyeri (Uni et al., 2022). Dampak nyeri *dismenore* pada remaja yaitu menimbulkan kecemasan berlebih, mempengaruhi terjadinya penurunan kecakapan dan keterampilan siswa serta tidak dapat konsentrasi belajar dan mempengaruhi motivasi belajar yang menyebabkan penurunan aktifitas sekolah (Maidartati et al., 2018). Banyak remaja yang mengeluh bahkan tidak mau ke sekolah pada saat menstruasi (Rikayani, 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, didapatkan kejadian sebanyak 1.769.425 jiwa (90%) remaja putri mengalami *dismenore* dengan 10-15% mengalami *dismenore* berat. Rata-rata insidensi

terjadinya *dismenore* pada wanita muda antara 16,8–81% (Rikayani, 2020). Sementara di Indonesia, pada tahun 2018 prevalensi *dismenore* sebesar 64,25%, terdiri dari *dismenore* primer sebesar 54,89% dan 9,36% mengalami *dismenore* sekunder. Terjadi peningkatan pada tahun 2019, *dismenorea* primer menjadi 64,8% dan *dismenore* sekunder mencapai 19,36% (Uni et al., 2022).

Penatalaksanaan atau pengobatan *dismenore* dibagi menjadi 2 yaitu dengan terapi farmakologi dan terapi non farmakologi. Terapi *dismenore* secara farmakologi menyebabkan efek samping yang membahayakan tubuh, sehingga dibutuhkan terapi yang aman bagi tubuh yaitu dengan melakukan terapi non farmakologi. Salah satu terapi non farmakologi yang dapat dilakukan adalah kompres hangat (kompres dengan botol plastik berisi air hangat pada bagian yang terasa kram di perut atau pinggang bagian belakang) (Khotimah & Lintang, 2022).

Dari hasil penelitian Maidartati (2018) mengenai Efektivitas Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja di Bandung menunjukkan bahwa dengan melakukan kompres air hangat menggunakan botol plastik yang dibalut dengan kain berukuran 19x13 cm dengan ketebalan 0,1 cm, lalu diletakkan dibagian nyeri selama 10 menit dengan suhu 40-45°C (diukur menggunakan thermometer air) mampu mengurangi satu tingkat skala nyeri pada saat haid (Maidartati et al., 2018). Berkurangnya nyeri haid setelah diberikan tindakan kompres hangat dikarenakan adanya pelebaran pembuluh darah saat pemberian kompres hangat dalam waktu 10 menit sehingga menimbulkan rangsangan impuls

yang memblokir persepsi nyeri agar tidak sampai ke hipotalamus (Maidartati et al., 2018).

Berdasarkan survey awal yang dilakukan peneliti pada mahasiswa tingkat I Jurusan Keperawatan di Poltekkes Kemenkes Kendari yang berjumlah 126 orang, dengan masing-masing mahasiswa yang menderita nyeri ringan (skala 1-3) berjumlah 30 orang (23,8%), nyeri sedang (skala 4-6) berjumlah 69 orang (54,8%), nyeri berat (skala 7-10) berjumlah 24 orang (19%), dan mahasiswa yang tidak merasakan nyeri haid (skala 0) berjumlah 3 orang (2,4%).

Berdasarkan permasalahan di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai Gambaran Penerapan Terapi Kompres Hangat Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Haid Pada Nn. E dengan *Dismenore* Primer Di Poltekkes Kemenkes Kendari

B. Rumusan Masalah

Bagaimana gambaran penerapan terapi kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri haid sebelum dan sesudah diberikan terapi pada Nn. E dengan *dismenore* primer di Poltekkes Kemenkes Kendari?

C. Tujuan Studi Kasus

Untuk menggambarkan penerapan terapi kompres hangat terhadap penurunan intensitas nyeri haid sebelum dan sesudah diberikan terapi pada Nn. E dengan *dismenore* primer di Poltekkes Kemenkes Kendari.

D. Manfaat Studi Kasus

Studi kasus ini, diharapkan memberikan manfaat bagi :

1. Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan masyarakat khususnya wanita dalam menurunkan intensitas nyeri haid (*dismenore*) melalui terapi kompres hangat.

2. Tenaga Kesehatan :

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih meningkatkan perhatian terhadap program kesehatan reproduksi wanita khususnya mengenai *dismenore* dan cara mengatasinya.

3. Peneliti Selanjutnya :

Memperoleh pengalaman dalam mengaplikasikan hasil riset keperawatan, khususnya studi kasus tentang pelaksanaan pemenuhan kebutuhan kenyamanan pada wanita dengan nyeri haid (*dismenore*).