

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan dari kanak-kanak menuju masa dewasa. Pada fase ini, remaja akan mengalami metamorphosis secara fisik serta emosional. Salah satu tanda pubertas pada perempuan adalah dimulainya menstruasi. Selama menstruasi, banyak perempuan, terutama yang berada dalam usia produktif, sering mengalami berbagai keluhan (Syamsuryanita & Ikawati, 2022). Selama siklus menstruasi pertama, setiap remaja putri akan mengalami keluhan salah satunya terjadi kram perut bagian bawah atau sering disebut dengan *dismenore*, yang dapat menyebabkan terganggunya (Safitri *et al.*, 2013).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020, sebanyak 1.769.425 wanita di seluruh dunia atau sekitar 90% wanita usia produktif *dismenorea*. Di Amerika Serikat, prevalensi *dismenore* primer pada perempuan usia 12-17 tahun mencapai 59,7%, dengan tingkat keparahan *dismenor* sebagai berikut: 49% mengalami *dysmenorea* ringan, 37% *dismenore* sedang, dan 12% *dismenore* berat. Akibatnya, 23,6% dari mereka yang mengalami *dismenorea* terpaksa tidak masuk sekolah (Wardani *et al.*, 2021).

Di Indonesia, angka kejadian dismenorea primer mencapai 54,89% (Nurbaiti *et al.*, 2021). Berdasarkan data Riskesdas (2018), provinsi Jawa Barat memiliki prevalensi kasus dismenorea sebesar 54,9%, dengan rincian 24,5% penduduknya mengalami *dismenore* ringan, 21,28% *dismenore* sedang, dan 9,36% *dismenore* berat. Di Kabupaten Tasikmalaya, prevalensi kejadian *dismenore* mencapai 30,12%, yang mencakup *dismenore* primer dan sekunder

Menurut Larasati, T. A. & Alatas, (2016), *dismenore* adalah kondisi yang berbahaya bagi banyak wanita dan berdampak signifikan terhadap kualitas hidup serta kesehatan mereka. *Dismenore* juga menyebabkan kerugian finansial yang cukup besar karena biaya pengobatan dan perawatan, serta menurunnya produktivitas kerja. Hal ini disebabkan oleh ketidakmampuan untuk berkonsentrasi dalam belajar atau bekerja dan berkurangnya motivasi akibat rasa nyeri yang dialami. Seseorang biasanya memandang nyeri sebagai sensasi yang tidak menyenangkan, yang dipengaruhi oleh usia, jenis kelamin, kecemasan, budaya, kelelahan, pengalaman, pengobatan yang signifikan dan pertimbangan nyeri serta dukungan keluarga (Potter *et al.*, 2006).

Dismenore memiliki gejala yang meliputi nyeri yang dimulai di daerah hipogastrik (perut bagian tengah bawah), nyeri tumpul menetap, kram, atau menekan, nyeri tajam, serta nyeri yang dapat dapat meyebar ke paha atas atau punggung bawah (Lowdermilk *et al.*, 2013). Selain itu, *dismenore* juga dapat menyebabkan perasaan tidak nyaman seperti mual,

sakit kepala, lelah, letih, mudah tersinggung mudah dan menurunnya kemampuan konsentrasi serta belajar (Fredelika *et al.*, 2020).

Menurut Khayat (2014), sekitar 30-70% Penggunaan obat pereda nyeri tanpa resep dokter sering kali dijadikan sebagai cara untuk mengatasi permasalahan *dismenore*, akan tetapi penggunaan obat pereda nyeri ini memiliki resiko tinggi apabila digunakan dalam jangka Panjang. Teknik farmakologi, seperti penggunaan obat pereda nyeri, terapi hormon, dan kortikosteroid prostaglandin, serta teknik non-farmakologi, seperti kompres hangat, aromaterapi, pijat, dan relaksasi dengan napas dalam, dapat digunakan untuk meredakan nyeri *dismenore*.

Pengobatan alternatif *dismenore* antara lain dengan terapi alternatif yang lebih aman atau terapi komplementer seperti terapi herbal yaitu aromaterapi Para peneliti telah mengeksplorasi berbagai terapi yang aman untuk digunakan perawat dan efektif untuk mengatasi *dismenore*, termasuk terapi komplementer (Marzouk *et al.*, 2013 dalam Nurbaiti *et al.*, 2021).

Pada penderita nyeri *dismenore* muda, pengobatan nyeri dengan kompres hangat pada perut bagian bawah dapat memberikan hasil yang lebih baik (Akbar, 2019). Tujuannya untuk menurunkan tegangan pada otot serta melebarkan pembuluh darah. Selain itu dapat membantu menurunkan nyeri (Dahlia *et al.*, 2022). Terdapat perbedaan antara pemberian kompres hangat dan minyak kayu putih, kompres hangat lebih efektif menurunkan nyeri *dismenore* dari pada kayu putih (Kusumaningtyas & Ressa, 2019).

Pilihan lainnya adalah dengan memberikan aromaterapi menggunakan *pepepermint* yang mengandung senyawa aromatik dari tumbuhan yang mampu mengatasi gangguan kesehatan dan meningkatkan kualitas hidup secara keseluruhan (Purwanto, 2013). Aromaterapi mengacu pada pemanfaatan minyak essensial sebagai pengobatan untuk menurunkan stress, rasa sakit, dan merelaksasikan tubuh (jachie, 2010). Apabila aromaterapi dihirup reseptor indra penciuman akan terangsang dan sinyal akan dikirimkan ke saraf pusat yang dikenal sebagai sistem limbik, sehingga keram pada otot berkurang. Selain dihirup, aromaterapi juga dapat digunakan sebagai minyak pijat dan campuran air saat mandi. Kelebihan aromaterapi yang mudah didapat, aman bagi tubuh, dan harganya terjangkau, membuatnya dapat digunakan sebagai terapi non farmakologi pada *dismenore* primer remaja putri (Nurbaiti *et al.*, 2021).

Aromaterapi *peppermint* diketahui mempunyai efek analgetik yang dapat menurunkan rasa nyeri. Aromaterapi akan bekerja dengan cara memblokir perpindahan sinyal nyeri oleh *kappa-opioid* reseptor ke sistem pusat. Aromaterapi *Peppermint* terbukti dapat memberikan efek yang signifikan dalam menurunkan tingkat keparahan dismenore dan nyeri haid (Rizk, 2013).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada tanggal 26 Januari 2024 terhadap siswi SMA Negeri 1 Manonjaya berdasarkan rekomendasi Dinas Pendidikan Jawa Barat Wilayah XII dengan jumlah siswa di kelas sebanyak 716 siswa. Siswa terbanyak berjumlah 304 orang,

dibandingkan 140 wanita. siswa sering mengalami *dismenore* saat menstruasi. Dari hasil wawancara peneliti terhadap 12 orang siswa, didapatkan 4 orang mengeluh nyeri sangat berat, 3 orang nyeri berat, 4 orang nyeri sedang, dan 2 orang nyeri ringan.

Menurut salah satu guru yang bertanggung jawab di UKS menjelaskan bahwa siswi yang mengalami *dismenore* tidak mengikuti kegiatan upacara dan terganggunya aktivitas belajar karena beberapa siswi memilih izin ke UKS untuk istirahat atau izin pulang ke rumah, Penanganan nyeri *dismenore* yang dilakukan siswi tersebut yaitu dengan cara istirahat dan minum air gula merah hangat, siswi belum pernah melakukan penanganan nyeri *dismenore* menggunakan kompres hangat dan aromaterapi.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Manonjaya mengenai pengaruh terapi kompres panas dan aromaterapi *peppermint* dalam menurunkan nyeri *dismenore* pada remaja putri. Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres hangat dan aromaterapi *peppermint* dalam menurunkan skala nyeri *dismenore* remaja putri penderita *dismenore* yang terpilih sebagai partisipan penelitian.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan sebelumnya, maka rumusan masalah dari penelitian ini ialah “Bagaimana Pengaruh Pemberian

Terapi Kompres Hangat dan Aromaterapi *Peppermint* untuk Menurunkan Skala Nyeri *Dismenore* pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Manonjaya?"

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Pemberian Terapi Kompres Hangat dan Aromaterapi *Peppermint* untuk Menurunkan Skala Nyeri *Dismenore* pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Manonjaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden yang mengalami nyeri *dismenore*, usia responden, lama menstruasi, dan usia *menarche*.
- b. Mengetahui rerata skala nyeri *dismenore* sebelum dan sesudah intervensi pemberian terapi kompres hangat dan aromaterapi *Peppermint*.
- c. Mengetahui pengaruh pemberian terapi kompres hangat dan aromaterapi *peppermint* untuk menurunkan skala nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri 1 Manonjaya.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi terhadap pengembangan pengetahuan perawat pengobatan non-farmakologi tentang pengaruh terapi kompres panas dan aromaterapi *peppermint* dalam menurunkan nyeri *dismenore* pada remaja putri SMA Negeri 1 Manonjaya.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat untuk responden sebagai cara penanganan nyeri *disminore* dengan cara non-farmakologi yaitu pemberian terapi kompres hangat dan aromaterapi *peppermint* yang mudah dilakukan secara mandiri.

b. Institusi Pendidikan

Menambah referensi untuk kepustakaan dan sebagai bahan tolak ukur seberapa jauh ilmu keperawatan diterapkan di lapangan serta sebagai kajian ilmu keperawatan.

c. Masyarakat

Menambah ilmu pengetahuan dan keterampilan mengenai cara penanganan nyeri dismenore sehingga dapat melakukan terapi secara mandiri.

1.5 Orisinalitas Penelitian

Terdapat beberapa penelitian di literatur yang hampir mirip dengan penelitian tentang pengaruh terapi kompres hangat dan aromaterapi *peppermint* dalam menurunkan skala nyeri *dismenore* pada remaja putri di penelitian SMA Negeri 1 Manonjaya.

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti, dan Tahun	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan Penelitian
1	(Andini & Mustikarani, 2023)	Perbedaan Pengaruh Teknik Relaksasi Aroma Terapi Daun Mint Dan Kompres Air Hangat Terhadap Nyeri <i>Dismenore</i> Pada Remaja Putri	Desain rancangan: menggunakan desain penelitian <i>quasy Eksperimental dengan Pre and Post Test Without Control</i> . Sampel : sampel yang digunakan <i>purposive sampling</i> dengan jumlah 46 responden yang dibagi menjadi 2 kelompok, 26 untuk teknik relaksasi aromaterapi daun mint sdangkan 26 responden untuk kompres hangat. Instrumen: Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan NRS untuk mengukur tingkat nyeri. Analisis Data: Analisa Data dengan uji hipotesis menggunakan uji <i>Wilcoxon-test</i> dan <i>Mann Whitney</i> .	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa <i>p value</i> (0,000) < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh antara aroma terapi daun mint terhadap nyeri <i>dismenorea</i> pada remaja putri, nilai <i>p value</i> (0,000) < 0,05 yang artinya terdapat pengaruh antara kompres hangat terhadap nyeri <i>dismenorea</i> pada remaja putri dan <i>p value</i> (0,000) < 0,05 yang artinya sesudah diberikan intervensi terdapat perbedaan antara data <i>posttest</i> pada kelompok aroma terapi daun mint dan data <i>posttest</i> kelompok kompres hangat.	Persamaan: pendekatan kuantitatif yang digunakan adalah <i>Quasy Metode Experimental Design</i> , Menggunakan Teknik sampel <i>Purposive sampling</i> , Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan NRS untuk mengukur tingkat nyeri. Perbedaan : rancangan penelitian <i>one grup pretest-posttest</i> , Penelitian ini tidak menggunakan kelompok pembandingan (Kontrol) Analisa data dengan uji hipotesis menggunakan uji <i>Paired Sample T Test</i>
2	(Masan et al., 2022)	Efektivitas Pemberian Aromaterapi <i>Peppermint</i> Terhadap Penurunan Nyeri <i>Dismenore</i> Pada Remaja Putri Di Asrama Putri Sma Regina Pacis Surakarta	Desain rancangan: Metode yang digunakan adalah <i>quasy experiment</i> dengan rancangan <i>Nonequivalent Control Group Design</i> . Sampel : Responden berjumlah 34 orang yang terbagi kedalam 2 kelompok perlakuan yaitu 17 responden kelompok eksperimen dan 17	menunjukkan bahwa sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi <i>Peppermint</i> didapatkan bahwa <i>p value</i> = 0,000 dengan nilai signifikan <i>p value</i> < 0,05 yang menunjukkan bahwa terdapat penurunan nyeri <i>dismenore</i> yang dialami remaja putri sesudah diberikan aromaterapi <i>Peppermint</i> . Berdasarkan hasil penelitian dapat	Persamaan: pendekatan kuantitatif yang digunakan adalah <i>Quasy Metode Experimental Design</i> , Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan NRS untuk mengukur tingkat nyeri, Responden penelitian pada Remaja Putri SMA Perbedaan : rancangan penelitian <i>one grup pretest-posttest</i> , Jumlah

			responden kelompok kontrol. Teknik	disimpulkan bahwa aromaterapi <i>Peppermint</i> efektif untuk menurunkan nyeri <i>dismenore</i> pada remaja putri	populasi dan sampel, analisa data dengan uji hipotesis menggunakan uji <i>Paired Sample T Test</i> ,
			Instrumen: Teknik pengumpulan data melalui kuisisioner tingkat nyeri dengan menggunakan skala nyeri Numeric Rating Scale (NRS).		
			Analisis Data: Analisis data menggunakan uji Wilcoxon yang menunjukkan bahwa sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi <i>Peppermint</i>		
3	(Suryaningsih, 2020)	The Effect Of <i>Peppermint</i> Aromatherape On Decreasing The <i>Dismenore</i> Discharge Scale In SMPN 4 Satu Atap Geger	Desain rancangan: <i>Quasy experiment</i> dengan <i>pretest- posttest</i> menggunakan rancangan <i>control group</i> Sampel : Jumlah populasi 50 orang yang mengalami disminorea, sampel penelitian 18 responden. Kemudian pengambilan sampel menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . Instrumen: menggunakan skala numerik Analisis Data: Analisis data menggunakan uji <i>paired t-test</i> with $\alpha: 0,05$.	Hasil penelitian menunjukkan kelompok sebelum dan sesudah perlakuan dianalisis menggunakan uji t berpasangan diperoleh $p: 0,001 < \alpha: 0,05$. Hal ini menunjukkan H0 ditolak sehingga terdapat perbedaan skala nyeri kelompok sebelum dan sesudah perlakuan. Sedangkan pada kelompok kontrol yang dianalisis menggunakan uji t berpasangan diperoleh $p: 0,030 < \alpha: 0,05$. Hal ini menunjukkan bahwa H0 ditolak terdapat perbedaan nyeri antara kelompok pre dan post kontrol. Pada analisis kelompok kontrol dan perlakuan menggunakan uji t independen diperoleh $p: 0,000 < \alpha: 0,05$. Artinya H0 ditolak, maka terdapat perbedaan tingkat skala nyeri antara kelompok perlakuan dan control	Persamaan: pendekatan kuantitatif yang digunakan adalah <i>Quasy Metode Experimental Design</i> , Pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> Perbedaan : desain penelitian <i>pre-eksperimental</i> dengan rancangan penelitian <i>one grup pretest-posttest</i> tidak ada kelompok kontrol, jumlah populasi dan sampel Responden penelitian pada remaja putri SMA, intervensi yang digunakan yaitu pemberian kompres hangat dan aromaterapi <i>peppermint</i>
4	(Jumita & Kristiawan, 2021)	The Effects of Relaxation Technique and Warm Compress on Decreasing Dysmenorrhea Scale	Desain rancangan : Penelitian ini merupakan penelitian eksperimen dengan pendekatan kuantitatif yang digunakan adalah <i>Quasy Metode Experimental Design</i> dan desain yang digunakan <i>post-test only with control group design</i>	Terdapat perbedaan skala <i>dismenore</i> pada kelompok teknik relaksasi nafas dalam antara sebelum dan sesudah intervensi. Terdapat perbedaan skala <i>dismenore</i> pada kelompok kompres hangat antara sebelum dan sesudah intervensi. Penurunan skala <i>dismenore</i> pada kelompok kompres hangat lebih signifikan	Persamaan: pendekatan kuantitatif yang digunakan adalah <i>Quasy Metode Experimental Design</i> , Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan NRS untuk mengukur tingkat nyeri, sampel penelitian menggunakan metode <i>purposive sampling</i> .

			<p>Sampel : Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa yang berjumlah 81 orang Kelas IX di SMPN 17 Kota Bengkulu. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini menggunakan metode <i>purposive sampling</i>. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 66 orang.</p> <p>Instrument : Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang meliputi biodata responden, karakteristik menstruasi responden, pengukuran skala <i>dismenore</i> dengan menggunakan NRS (Numeric Rating Scale).</p> <p>Analisa data Analisis data dalam penelitian ini menggunakan SPSS Versi 21.0 dengan tingkat kepercayaan 95% dan tingkat kesalahan (α) sebesar 5% (0,05) melalui tahap Analisis Univariate, Analisis Bivariat dan Multivariat</p>	<p>dibandingkan kelompok teknik relaksasi nafas dalam. Terdapat hubungan antara faktor kelelahan dengan skala <i>dismenore</i></p>	<p>Perbedaan : rancangan penelitian <i>one grup pretest-posttest</i>, Penelitian ini tidak menggunakan kelompok pembandingan (Kontrol), Analisa data dengan uji hipotesis menggunakan uji <i>Paired Sample T Test</i></p>
5	(Widianti et al., 2021)	The Effect of Warm Compress on Lowering Dysmenorrhea Pain	<p>Desain rancangan: pre-test dan post-test dengan desain pra eksperimen</p> <p>Sampel : Populasi dalam penelitian ini berjumlah 112 orang dengan sampel berjumlah 30 responden dengan menggunakan teknik <i>Accidental Sampling</i></p> <p>Instrumen: Instrumen yang digunakan berupa lembar pre-test dan post-test</p> <p>Analisis Data: Analisis data menggunakan uji Wilcoxon-non-parametrik dengan Aplikasi SPSS versi 20</p>	<p>Pre-test mengukur sebagian besar nyeri skala yang diderita responden yaitu skala 3 sebanyak 13 responden (43,30%) dan pada hasil post-test pengukuran skala nyeri atau sesudah diberikan kompres intervensi mayoritas hangat menurun pada skala 1 sebagai sebanyak 19 responden (63,30). Hasil nonparametrik Uji Wilcoxon menunjukkan angka yang signifikan nilai $<$ nilai atau $0,000 <$ $0,05$ yang menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara pemberian terapi kompres hangat untuk mengurangi skala nyeri <i>dismenore</i>.</p>	<p>Persamaan: pendekatan kuantitatif yang digunakan adalah <i>Quasy Metode Experimental Design</i>, Instrumen penelitian menggunakan lembar observasi dan NRS untuk mengukur tingkat nyeri,</p> <p>Perbedaan : Jumlah populasi dan responden penelitian, rancangan penelitian <i>one grup pretest-posttest</i>, Analisa data dengan uji hipotesis menggunakan uji <i>Paired Sample T Test</i>, sampel menggunakan <i>purposive sampling</i></p>

Penelitian ini memiliki kesamaan terdapat pada variabel dependen yang sama mengukur skala nyeri *dismenore*, dan salah satu variabel independen yaitu kompres hangat dan aromaterapi *peppermint*. Pembaharuan penelitian ini menggabungkan dua intervensi yaitu pemberian kompres hangat dan aromaterapi *peppermint*.

Terdapat perbedaan dari penelitian ini yaitu tempat penelitian di SMA Negeri 1 Manonjaya, jumlah populasi, sampel penelitian, teknik sampling yang digunakan dan rancangan *one grup pretest-posttest*. Penelitian ini tidak menggunakan kelompok pembandingan (kontrol), menggunakan uji hipotesis *paired sample t test*.