

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dismenore yang paling sering terjadi adalah *dismenore* primer lebih dari 50 %. Wanita mengalaminya dan 10 – 15% diantaranya mengalami nyeri yang hebat sampai mengganggu aktivitas dan kegiatan sehari – hari. Biasanya *dismenore primer* timbul pada masa remaja, yaitu sekitar 2 -3 tahun setelah haid pertama dan terjadi pada umur kurang dari 20 tahun. Sebuah penelitian yang dilakukan oleh Wilson et al di Amerika Serikat dengan menemukan bahwa 91% dari remaja SMA (umur 14-18) yang mengalami *dismenore*, 55% di antaranya mempengaruhi akademis remaja, bahkan 26% mengalami ketinggalan kelas (Paula, 2021 dalam sarni).

Berdasarkan data dari berbagai negara, angka kejadian *dismenorea* di dunia cukup tinggi. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami *dismenorea* dalam sebuah siklus menstruasi (Calis, 2021). *Dismenore* mengacu pada nyeri haid dan ini sering terjadi pada remaja dan wanita muda. Insiden ini dilaporkan berkisar antara 40 sampai 80% di berbagai negara termasuk Malaysia, Nigeria, dan Ghana (Aziato, 2022).

Berdasarkan data penelitian tahun 2021, kejadian dismenore di Jawa Barat cukup tinggi 54,9% wanita menderita *dismenore*, 24,5% nyeri haid ringan, 21,28% nyeri haid sedang, dan 9,36% nyeri haid berat. Data dari Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) dan Puskesmas menunjukkan bahwa gangguan menstruasi paling banyak terjadi di Jawa Barat, yaitu di

Puskesmas sebesar 73,3% dan di PKPR (Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja) sebesar 82%, di ikuti Sindrom Pra Menstruasi (PMS) sebesar 8% dan penyuluhan KB sebesar 4% (Andriyani, Sumartini dan Afifah 2021). Menurut penelitian Berkley tahun 2020 di Jawa Barat, 90% remaja mengalami masalah menstruasi, kemudian 50% mengalami *dismenore primer*, dan 10-20% mengalami gejala berat (Hamal dan Juliana 2022). Berdasarkan tabel “Distribusi Frekuensi Remaja Putri yang mengalami *dismenore* di Depok Tahun 2020” menunjukkan bahwa 93% remaja putri di Depok menderita *dismenore*, hal ini sesuai dengan data yang diterbitkan oleh WHO (2021) bahwa 90% remaja putri mengalami *dismenore* saat menstruasi dan 10-15% mengalami nyeri haid berat.

Angka kejadian *dismenore* dilaporkan cukup tinggi. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa sekitar setengah dari perempuan di Indonesia mengalami *dismenore*. Sari & Listiarni (2021) menyebutkan angka kejadian nyeri haid/*dismenore* di Indonesia sebesar 54,89%. Secara global rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami kondisi ini (Pangesti et al., 2021).

Mengingat prevalensi *dismenore* yang signifikan dan dampaknya terhadap remaja putri, penting untuk menemukan intervensi yang efektif untuk mengurangi gejala dan meningkatkan kesejahteraan mereka. Berbagai pendekatan telah diusulkan untuk mengatasi *dismenore*, termasuk metode farmakologis dan non-farmakologis.

Massage Effleurage merupakan salah satu metode non farmakologis yang dianggap efektif dalam menurunkan nyeri. *Effleurage* adalah teknik

memijat dengan tenang berirama, bertekanan lembut ke arah distal atau bawah. *Effleurage* bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, memberi tekanan, dan menghangatkan otot abdomen dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental. *Effleurage* merupakan teknik masase yang aman, mudah, tidak perlu banyak alat, tidak perlu biaya, tidak memiliki efek samping dan dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain. *Massage Effleurage* dapat juga dilakukan di punggung. Tujuan utamanya adalah relaksasi (Moon Dragons, 2021 dalam Nurkhsanah & Fitrisia, 2022).

Masa remaja adalah periode penting yang ditandai dengan perubahan fisik dan psikologis, termasuk mulai terjadinya menstruasi pada remaja perempuan. Salah satu keluhan yang sering muncul adalah dismenore atau nyeri haid. Menurut Kementerian Kesehatan RI (2023), lebih dari 60% remaja perempuan di Indonesia mengalami nyeri menstruasi dengan intensitas yang bervariasi, mulai dari ringan hingga berat.

Di Kabupaten Tasikmalaya, fenomena ini juga ditemukan pada siswi SMP. Intensitas nyeri haid sering berdampak pada aktivitas belajar, konsentrasi, bahkan menyebabkan ketidakhadiran di sekolah. Namun, data mengenai kondisi ini masih terbatas, padahal informasi tersebut penting sebagai dasar perencanaan upaya promotif dan preventif kesehatan reproduksi remaja.

Oleh karena itu, penelitian mengenai intensitas nyeri haid pada remaja SMP di Kabupaten Tasikmalaya tahun 2023 perlu dilakukan untuk memperoleh gambaran nyata sekaligus menjadi acuan dalam meningkatkan kesehatan remaja

Di Kabupaten Tasikmalaya tahun 2024, penelitian pada siswi sekolah dan mahasiswi menunjukkan kejadian *dismenore* cukup tinggi. Kondisi ini berdampak pada absensi sekolah, penurunan konsentrasi belajar, hingga kualitas hidup remaja. Diperlukan perhatian dan penanganan yang tepat untuk mengurangi dampak negatif *dismenore* pada remaja putri. *Dismenore* merupakan keluhan nyeri haid yang banyak dialami remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Secara global lebih dari 50% perempuan mengalami *dismenore*, sedangkan di Indonesia prevalensinya sekitar 54,89%, hampir sama dengan di Jawa Barat yaitu 54,9%.

Berdasarkan data awal yang didapatkan pada lokasi penelitian, jumlah remaja putri di SMPN 1 Singaparna adalah 582 orang siswi yang mengalami menstruasi sebanyak 443 orang (76,11%), yang mengalami *dismenore* primer adalah sebanyak 223 orang (50,33%). Lama terjadinya *dismenore* atau nyeri haid yang dirasakan berdasarkan hasil wawancara pada remaja putri ini adalah berkisar 2-3 hari setelah keluarnya darah menstruasi. Adapun cara menghilangkan nyeri yang mereka biasa lakukan adalah dengan cara membiarkan nyeri, dan ada juga yang mengkonsumsi obat herbal maupun obat paracetamol.

Berdasarkan pemilihan kelas VII, VIII, dan IX sebagai subjek penelitian didasarkan pada pertimbangan bahwa pada masa remaja, khususnya usia sekolah menengah, kejadian *dismenore* lebih sering dialami. Pada usia ini remaja putri sedang mengalami kematangan organ reproduksi dan adaptasi terhadap siklus menstruasi, sehingga relevan untuk dijadikan responden.

Berdasarkan informasi yang didapatkan bahwa siswi di SMPN 1 Singaparna belum pernah terpapar dengan *Massage Effleurage* tersebut dan tidak mengetahui bahwa *massage* terbut dapat menurunkan skala nyeri *dismenore*, berdasarkan dari tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh *massage effleurage* terhadap intensitas nyeri pada remaja dengan *dismenore* di SMPN 1 Singaparna Tasikmalaya. Beberapa uraian data di atas melatar belakangi dilakukannya penelitian ini.

B. Rumusan Masalah

Apakah ada pengaruh *Massage Effleurage* terhadap intensitas nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMPN 1 Singaparna.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh *Massage Effleurage* terhadap intensitas nyeri pada remaja putri dengan *dismenore* di SMPN 1 Singaparna.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Gambaran Tingkat Nyeri *Dismenore* pada Remaja Putri Sebelum dilakukan *Massage Effleurage* Di SMP Negeri 1 Singaparna Tahun 2025.
- b. Mengetahui Gambaran Tingkat Nyeri *Dismenore* pada Remaja Putri Sesudah dilakukan *Massage Effleurage* Di SMP Negeri 1 Singaparna Tahun 2025.
- c. Mengetahui Pengaruh Pemberian Teknik *Massage Effleurage* Terhadap Tingkat Nyeri *Dismenore* Yang Dialami Remaja Putri Sebelum Dan

Sesudah Pemberian *Massage Effleurage* Di SMP Negeri 1 Singaparna Tahun 2025.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Manfaat Penelitian

Diharapkan penelitian ini dapat membuktikan serta menambah pengalaman penulis tentang pengaruh *massage effleurage* terhadap intensitas nyeri pada remaja putri dengan *dismenore*.

b. Manfaat Bagi Remaja

Untuk menambah keterampilan tentang pengaruh *massage effleurage* terhadap intensitas nyeri pada remaja putri dengan *dismenore*.

c. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai data awal bagi peneliti selanjutnya untuk meneliti tentang pengaruh *massage effleurage* terhadap intensitas nyeri pada remaja putri dengan *dismenore*.

2. Manfaat Praktis

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan informasi bagi tenaga Kesehatan khususnya dan umumnya bagi remaja sebagai bahan informasi sebagai teknik *massage effleurage*.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian tentang “ Pengaruh *Massage Effleurage* Terhadap Intesitas Nyeri Pada Remaja Dengan *Dismenore* Di SMPN 1 Singaparna Tasikmalaya”

belum pernah ada yang melakukan, tetapi ada penelitian yang hampir mirip yaitu :

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

No	Peneliti/Judul	Metode	Persamaan	Perbedaan
1.	Sari, D. (2021) "Pengaruh <i>Massage Effleurage</i> terhadap Intensitas Nyeri pada Remaja dengan <i>Dismenore</i> di SMAN 5 Bandung"	Quasi experimental design dengan one group pretest-posttest.	<i>Massage effleurage</i> Intensitas nyeri - Subjek remaja dengan <i>dismenore</i>	Lokasi penelitian (SMAN 5 Bandung) -Waktu penelitian -Sampel penelitian
2.	Putri, A. (2020) "Efektivitas Teknik <i>Massage Effleurage</i> untuk Mengurangi Nyeri Haid pada Mahasiswi Keperawatan"	Quasi experimental design dengan pretest-posttest control group	<i>Massage effleurage</i> Intensitas nyeri	Subjek penelitian (mahasiswa) - Desain penelitian menggunakan kelompok kontrol - Lokasi dan waktu penelitian
3.	(Andini, 2019) Pengaruh <i>Effleurage Massage</i> Terhadap Intensitas <i>Dismenorea</i> Primer Pada Remaja Di Smas Panjura Malang: Studi Pra - Eksperimen	Jenis penelitian yang digunakan adalah pra eksperimen dengan desain penelitian one group pretest – posttest design.	Pijat <i>Effleurage</i> . Intensitas <i>Dismenore</i> Pada Remaja Putri.	Lokasi penelitian : SMAS Panjura Malang. Penelitian ini dilakukan pada 32 remaja putri kelas X yang mengalami <i>dismenorea</i> primer.
4.	Lestari, M. (2022) "Penerapan Teknik <i>Effleurage</i> untuk Mengurangi Nyeri pada Ibu Post Partum"	Quasi experimental design one group pretest-posttest	<i>Massage effleurage</i> Intensitas nyeri	Subjek penelitian ibu post partum Jenis nyeri berbeda (nyeri post partum) - Lokasi dan waktu penelitian

5.	Rahmawati, F. (2020) “Pengaruh <i>Massage Effleurage</i> terhadap Nyeri pada Pasien Post Operasi Sectio Caesarea”	Quasi experimental design one grou est-posttest	<i>Massage effleurage</i> Intensitas nyeri	Subjek penelitian pasien post operasi SC - Jenis nyeri berbeda (nyeri post operasi) - Lokasi dan waktu penelitian
----	--	---	---	---

Berdasarkan hasil telaah dari beberapa penelitian terdahulu, dapat disimpulkan bahwa *massage effleurage* terbukti efektif dalam menurunkan intensitas nyeri, baik pada remaja yang mengalami dismenore, ibu post partum, maupun pasien post operasi. Seluruh penelitian menggunakan desain quasi eksperimen, dengan metode yang hampir serupa yaitu *one group pretest-posttest design* atau *pretest-posttest control group design*, yang memungkinkan peneliti membandingkan perubahan intensitas nyeri sebelum dan sesudah dilakukan intervensi. Hal ini menunjukkan bahwa teknik *effleurage* secara konsisten mampu memberikan efek relaksasi otot dan meningkatkan sirkulasi darah sehingga dapat mengurangi rasa nyeri.

Perbedaan utama antar penelitian terletak pada karakteristik subjek, lokasi, waktu, serta jenis nyeri yang diteliti. Beberapa penelitian dilakukan pada remaja dengan dismenore, sementara lainnya meneliti pasien post partum maupun post operasi. Meskipun terdapat variasi dalam setting dan populasi, seluruh hasil menunjukkan arah yang sama yaitu penurunan tingkat nyeri setelah pemberian *massage effleurage*. Dengan demikian, penelitian ini memperkuat bukti ilmiah bahwa teknik *massage effleurage* dapat diterapkan sebagai terapi non farmakologis

yang aman, sederhana, dan efektif untuk mengurangi intensitas nyeri pada berbagai kondisi, khususnya pada remaja yang mengalami dismenore.