

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja adalah masa dimana terjadi perkembangan secara dinamis dan diikuti dengan perubahan fisiologis, psikososial, dan budaya. Masa awal remaja ditandai dengan pubertas. Pubertas pada perempuan adalah *menarche* (Curtis, 2015). Rata-rata usia *menarche* bergantung pada gaya hidup dan negara tempat tinggalnya, pada negara berkembang rata-rata usia *menarche* adalah 12.6 hingga 16 tahun *Menarche* adalah masa dimana terjadi menstruasi pertama kali pada perempuan (Khosnevisasl, dkk., 2017).

Menurut Women's Health Program (2012), menstruasi yang terjadi pada perempuan berhubungan dengan pola menstruasi yang terjadi setiap bulan. Pola menstruasi yang tidak teratur dapat menyebabkan gangguan menstruasi, gangguan tersebut adalah dismenore atau nyeri pada saat menstruasi, PMS (*Premenstrual Syndrome*), *menstrual migraine*, *menstrual epilepsy*, dan amenore atau tidak mengalami menstruasi. Gangguan yang paling mengganggu adalah dismenore.

Prevalensi terjadinya dismenore di dunia rata-rata lebih dari 51% perempuan di setiap negara mengalami dismenore. Kejadian dismenore di India sekitar 65,82%, di Amerika Serikat sebanyak 76%, di Canada sekitar 60,4 %, di Jepang sekitar 76,5%, di Australia sebanyak 71,7%, di Iran sekitar 91%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 64,25% dan

di Kota Yogyakarta, angka kejadian desminore adalah 52%. Perempuan yang mengalami dismenore berat, menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun (Her & Rajole, 2016; Ju, dkk., 2013; Lestari, 2013).

Dismenore adalah gangguan menstruasi yang sering dialami oleh remaja dengan gejala utamanya adalah rasa nyeri sehingga dapat mempengaruhi sekolah dan kehidupan sehari-hari (Kazama, dkk., 2015). Sedangkan menurut Mitayani (2009), dismenore adalah rasa nyeri akibat kejang otot uterus pada saat menstruasi. Dismenore dapat diklasifikasikan menjadi dua, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah rasa nyeri yang biasanya terjadi pada perempuan yang siklus menstruasinya tidak teratur atau tidak normal. Selain nyeri, dapat juga disertai dengan gejala sistematis, yaitu berupa mual, diare, sakit kepala, dan gangguan emosional. Sedangkan dismenore sekunder adalah rasa nyeri yang terjadi akibat kelainan fisik yang mendasarinya dan hanya dialami pada perempuan yang telah mengalami menstruasi.

Dismenore memberikan dampak pada perempuan karena dapat mengganggu kegiatan sehari-hari. Penelitian Martiningsih & Lina (2015), menunjukkan bahwa seorang siswi yang mengalami dismenore, sering tidak masuk sekolah, tidak dapat berkonsentrasi dalam pelajarannya, menurun dalam hal motivasi belajar, dan kejadian dismenore dapat menurunkan aktivitas belajar di sekolah. Sedangkan menurut Sanctis dkk (2015), rasa nyeri yang dirasakan pada saat menstruasi dikaitkan dengan

ketidakhadiran pada saat bekerja maupun sekolah, rasa nyeri tersebut juga membatasi aktivitas sehari-harinya. Dismenore yang tidak segera ditangani akan menimbulkan dampak negatif, sehingga harus segera diberikan penanganan yang tepat.

Penatalaksanaan dismenore dibagi menjadi dua, yaitu terapi farmakologis dan terapi nonfarmakologis. Terapi farmakologis salah satunya dengan pemberian obat-obatan analgesik. Obat golongan NSAID (*Non Steroidal Anti Inflammation Drugs*) yang paling efektif untuk menurunkan dismenore adalah naproxen dan ibuprofen. Obat NSAID memiliki efek samping, yaitu dispepsia dan gejala iritasi saluran cerna lain terhadap mukosa lambung. Manajemen nonfarmakologi dapat digunakan karena lebih aman dan tidak memiliki efek samping seperti obat-obatan karena menggunakan proses fisiologis, oleh karena itu untuk mengatasi nyeri tingkat ringan atau sedang lebih baik menggunakan manajemen nyeri nonfarmakologis (Sari, 2013).

Menurut Sumaryani & Indah (2015) dalam penelitiannya, dismenore dapat ditangani dengan tindakan nonfarmakologi, salah satunya adalah terapi murottal. Sebelum dilakukan pemberian murottal, sebanyak 4 responden mengalami dismenore berat, 13 responden lain mengalami dismenore sedang, dan 6 responden mengalami dismenore ringan. Setelah dilakukan terapi murottal, dismenore responden berkurang menjadi 1 responden mengalami dismenore berat, 10 responden mengalami dismenore sedang, dan 12 responden mengalami dismenore ringan. Pada

penelitian Sumaryani, terapi murottal menggunakan Surah Ar-Rahman, sebagaimana sudah tersirat dalam QS Az-Zumar (39): 23 yang berbunyi *“Allah telah menurunkan perkataan yang paling baik (yaitu) Al Quran Surah Ar-Rahman yang serupa (ayat-ayatnya) lagi berulang-ulang, gemetar karenanya kulit orang-orang yang takut kepada Tuhan-Nya, kemudian menjadi tenang kulit dan hati mereka ketika mengingat Allah, dengan kitab itu Allah memberi petunjuk kepada siapa yang dia kehendaki. Dan barangsiapa dibiarkan sesat oleh Allah, maka tiada seorang pun yang memberi petunjuk”*.

Selain menggunakan terapi murottal, penatalaksanaan nyeri dengan menggunakan terapi nonfarmakologis adalah dengan menggunakan aromaterapi lavender. Pada penelitian Pustikawaty (2016), Sebelum dilakukan pemberian aromaterapi lavender, sebanyak 1 responden mengalami dismenore berat, 11 responden lain mengalami dismenore sedang, dan 4 responden mengalami nyeri ringan. Setelah dilakukan terapi, dismenore responden berkurang menjadi 1 responden mengalami dismenore sedang, 12 responden mengalami dismenore ringan, dan 3 responden tidak mengalami dismenore.

Penggunaan salah satu terapi nonfarmakologis seperti yang telah disebutkan diatas, yaitu terapi murottal sudah terbukti dapat menurunkan intensitas dismenore dan aromaterapi lavender juga dapat menurunkan intensitas dismenore. Penggunaan aromaterapi lavender menggunakan *vaporizer* atau lilin memiliki kelemahan yaitu sulit untuk dibawa dan alat-

alat yang digunakan harus banyak, sedangkan kekurangan dari terapi murottal pada penelitian sebelumnya belum disebutkan bagaimana cara mendengarkan terapi murottal agar dapat menurunkan intensitas dismenore. Oleh karena itu, peneliti ingin melakukan penelitian yang lebih efektif untuk mengatasi nyeri dismenore yaitu penggabungan mendengarkan terapi murottal menggunakan *earphone* dan menghirup dupa aromaterapi lavender.

Hasil observasi dan wawancara yang dilakukan peneliti terhadap 10 mahasiswi bahwa ada 3 mahasiswi ilmu keperawatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta angkatan 2016 yang mengalami nyeri dismenore ringan, ada 4 mahasiswi yang mengalami dismenore sedang dan 3 mahasiswi mengalami dismenore berat. Rata-rata mahasiswi mengalami dismenore pada hari kedua.

## **B. Rumusan Masalah**

Salah satu tanda pubertas seorang wanita adalah ketika ia mengalami menstruasi. Keluhan yang sering muncul pada saat menstruasi adalah dismenore, kebanyakan wanita yang mengalami dismenore akan melakukan terapi farmakologis, contohnya adalah meminum obat NSAID. Salah satu cara untuk mengurangi dismenore adalah menggunakan aromaterapi lavender dan terapi murottal yang efek sampingnya lebih kecil. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merumuskan masalah penelitian “Apakah terdapat perbedaan intensitas dismenore

setelah diberikan terapi murottal dan aromaterapi lavender pada mahasiswi Ilmu Keperawatan Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan intensitas dismenore setelah diberikan terapi murottal dan aromaterapi lavender pada mahasiswi Ilmu Keperawatan Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

#### 2. Tujuan Khusus

a. Mengetahui gambaran karakteristik mahasiswi Ilmu Keperawatan Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

b. Mengetahui faktor resiko terjadinya dismenore pada mahasiswi Ilmu Keperawatan Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

c. Mengetahui skala nyeri dismenore sebelum diberikan terapi murottal dan aromaterapi lavender pada mahasiswi Ilmu Keperawatan Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

d. Mengetahui skala nyeri dismenore setelah diberikan terapi murottal dan aromaterapi lavender pada mahasiswi Ilmu Keperawatan Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

- e. Mengetahui pengaruh terapi murottal dan aromaterapi lavender terhadap intensitas dismenore pada mahasiswi Ilmu Keperawatan Angkatan 2016 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini diharapkan digunakan sebagai bahan masukan dalam pembelajaran, khususnya pada mata ajar keperawatan maternitas.

2. Bagi Fasilitas Kesehatan/ Pelayanan Keperawatan

Hasil dari penelitian ini mampu menjadi masukan atau bahan pertimbangan dalam melakukan intervensi keperawatan kepada perempuan yang mengalami nyeri dismenore dalam mengadakan penyuluhan kepada remaja atau perempuan yang beresiko mengalami nyeri dismenore.

3. Bagi Responden

Hasil dari penelitian ini diharapkan mampu sebagai sumber referensi bagi responden bila mengalami dismenore, dan dapat menerapkan terapi murottal dan aromaterapi lavender untuk dismenore.

#### **E. Keaslian Penelitian**

1. “Penurunan Nyeri Dismenore Primer Melalui Kompres Hangat pada Remaja” oleh Martiningsih dan Lina Karlina, tahun 2015. Metode

penelitian yang digunakan adalah *quasy experiment* dengan pendekatan *one group pretest-posttest design*. Populasi penelitian remaja kelas XI SMA Negeri 1 Cimahi tahun 2014 yang mengalami dismenore sebanyak 83 orang. Sebanyak 18 responden diambil sebagai sampel melalui teknik *simple random sampling*. Terdapat pengaruh pemberian kompres hangat terhadap dismenore. Persamaan dengan penelitian ini adalah peneliti ingin mengetahui efek yang diberikan terhadap perubahan dismenore, sedangkan perbedaan pada penelitian ini adalah pada intervensi yang diberikan, melalui kompres hangat dibandingkan dengan terapi murottal dan aromaterapi lavender.

2. “Perbedaan Efektifitas Terapi Effluerage Massage dan Aromaterapi Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Mas’udiyah Blater”, oleh Dian Rohmatika, Sugeng Maryanto, dan Luviana Afriyani tahun 2015. Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *quasy eksperiment* dengan rancangan *two group pretest-posttest design* dengan jumlah sampel 34 responden diambil dengan metode *accidental sampling*. Alat ukur skala nyeri menggunakan Bourbanis. Analisis data menggunakan program *Statistic Package for the Social Science (SPSS)*. Analisis bivariat menggunakan uji nonparametrik *Wilcoxon* dan *Mann-Whitney U*. Tidak ada perbedaan efektifitas terapi effluerage massage dan aromaterapi terhadap penurunan dismenore pada remaja putri di Pondok Pesantren Al-Mas’udiyah Blater. Persamaan dengan



penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian intervensi terhadap dismenore, sedangkan perbedaannya adalah disini peneliti tidak membandingkan antara terapi effuerage massage dan aromaterapi tetapi ingin menggabungkan antara terapi murottal dengan aromaterapi lavender.

3. “Efektifitas Terapi Murottal Terhadap Perubahan Tingkat Dismenore pada mahasiswi Program Studi Keperawatan Universitas Tanjungpura” oleh Amirul Ihsan, Yuyun Tafwidhah, dan Berthy Adiningsih tahun 2014. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan desain penelitian pre-eksperimental dengan model *One-group pre-post test design* tanpa adanya kelompok control. Teknik sampling yang digunakan dalam penelitian ini adalah *purposive sampling* sehingga diperoleh sampel sebanyak 16 orang. Ada penurunan tingkat intensitas dismenore sebelum dan setelah dilakukan terapi murottal. Persamaan dengan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek dari intervensi yang diberikan, sedangkan perbedaannya adalah peneliti ingin menggabungkan terapi murottal dengan aromaterapi lavender.