

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Remaja putri merupakan salah satu bagian dalam program kesehatan reproduksi yang dicanangkan Departemen Kesehatan RI, oleh karena itu harus mendapatkan perhatian yang baik karena dari mereka akan lahir generasi penerus bangsa yang diharapkan berkualitas. Dengan demikian perlu perhatian khusus pada masa remaja yang dimana terjadi proses pertumbuhan cepat yang meliputi kematangan fisik dan mental seiring dengan perkembangan organ reproduksi yang mulai matang dan berfungsi (Krumel dan Kris Etherton, 1996).

Masa remaja merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosi, dan sosial (F.J Monks, Koers, Haditomo, 2002). Pada masa remaja ini, remaja putri akan mengalami *menarche* atau menstruasi awal. *Menarche* adalah peristiwa menstruasi pertama pada remaja putri yang ditandai dengan terlepasnya lapisan fungsional dari endometrium bersama eritrosit, leukosit, kelenjar, kuman dan atau tanpa sel telur yang keluar dari vagina secara spontan.

Lepasnya dinding uterus (endometrium) yang terjadi pada saat *corpus luteum* berhenti memproduksi estradiol dan progesteron karena tidak terjadi proses pembuahan (Syahrudin, 1994). Selain perubahan yang sangat kompleks pada menstruasi juga ada beberapa gangguan.

Gangguan tersebut adalah *premenstrual tension* (ketegangan sebelum haid), *mastodinia* (nyeri pada mammae), *mittleschmerz* (rasa nyeri pada ovulasi), dan *dismenore* (nyeri saat haid). *Dismenore* adalah kram saat menstruasi yang menyakitkan. *Dismenore* adalah peningkatan sekresi prostaglandin, endometrium menyebabkan kontraksi uterus abnormal sehingga aliran ke uterus menurun dan terjadi iskemik sehingga menyebabkan nyeri (Dawood 2006). Lebih dari setengah dari semua perempuan menderita *dismenore primer* (kram), nyeri yang biasanya dirasakan pada pusat di bawah *mid - abdomen*, menjalar ke punggung bagian bawah atau paha.

Di Indonesia angka kejadian *dismenore primer* sebesar 54,89% sedangkan sisanya adalah penderita tipe sekunder. *Dismenore primer* menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak hadir di sekolah dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari (Calis, 2011). Nyeri haid/*Dismenore primer* diklasifikasikan kedalam 2 jenis, yaitu *dismenore primer* dan *dismenore sekunder*. *Dismenore primer* disebut *primer* ketika tidak ada kelainan yang spesifik, dan *sekunder* ketika rasa sakit itu disebabkan oleh masalah ginekologi yang mendasarinya .

Hal ini diyakini bahwa *dismenore primer* terjadi ketika zat seperti hormon yang disebut prostaglandin yang diproduksi oleh jaringan rahim memicu kontraksi otot yang kuat dalam rahim saat menstruasi. Namun, tingkat prostaglandin tampaknya tidak ada hubungannya dengan seberapa kuat kram wanita. Beberapa wanita memiliki tingkat prostaglandin tinggi tetapi tidak ada kram, sedangkan perempuan lain dengan tingkat rendah mengalami kram parah.

Inilah sebabnya mengapa para ahli berasumsi bahwa kram juga harus berhubungan dengan hal-hal lain (seperti genetika, stress, dan jenis tubuh yang berbeda) di samping prostaglandin. Tahun pertama atau dua periode seorang gadis biasanya tidak sangat menyakitkan. Namun, setelah ovulasi dimulai kadar prostaglandin meningkat menyebabkan kontraksi lebih kuat. *Dismenore sekunder* dapat disebabkan oleh endometriosis, tumor fibroid, atau infeksi pada pelvis. Kemungkinan bahwa seorang wanita akan mengalami kram meningkat jika dia memiliki sejarah keluarga periode yang menyakitkan, menjalani kehidupan yang penuh stress, dan tidak mendapatkan cukup olahraga.

Nyeri pada masa menstruasi menjadi suatu kejadian yang sangat mengganggu aktifitas. Menurut Asosiasi Nyeri Internasional dalam Tamsuri (2006) nyeri adalah pengalaman sensori emosional yang tidak menyenangkan akibat dari kerusakan jaringan yang potensial. Banyak peneliti yang melakukan penelitian pada kasus ini, dimana semua bertujuan agar para remaja dapat selalu beraktifitas dengan baik, bahkan saat mengalami menstruasi.

Untuk mengurai nyeri *dismenore primer*, banyak para remaja putri yang menggunakan obat – obatan serta jamu dalam mengurai rasa nyeri. Disini, peran fisioterapi sangat diperlukan guna dapat membantu dalam pengurangan nyeri tanpa dengan cara penanganan yang baik dan efisien tanpa penggunaan obat – obatan. *Health promotion* dan *health education* yang diberikan fisioterapi juga berguna untuk meningkatkan kualitas kesehatan wanita. Salah satunya penanganannya adalah dengan intervensi dan manual.

Dalam intervensinya, dapat diberikan dengan penggunaan *kinesiotaping* yang memberi efek memperlancar aliran darah, mengurangi kontraksi otot yang sangat kuat ketika menstruasi, serta mengurangi rasa sakit. *Kinesiotaping* juga merupakan alternatif yang aman, sederhana serta efek samping yang tidak terlalu tinggi seperti penggunaan dengan obat – obatan. Dalam penanganan secara manual, dapat diberikan *massage*. *Massage* adalah sebuah teknik manipulasi jaringan atau sebuah treatment preventif yang penting untuk mempertahankan kesehatan dan kebugaran. Manfaat pijat terhadap dismenore primer adalah dapat memberikan efek sedative sehingga menimbulkan rasa nyaman, membantu meredakan stres, melancarkan sirkulasi darah, merilekskan tubuh dan memberikan efek sedatif yang menimbulkan rasa nyaman.

Pemberian *kinesiotaping* dan *massage* pada penderita *dismenore primer* adalah untuk menurunkan nyeri yang dirasakan karena ketidak seimbangan dari hormon prostaglandin sehingga mencegah kontraksi otot rahim (*miometrium*) dan kontraksi pembuluh darah (*vasokonstriksi*) yang menyebabkan nyeri haid serta memberikan efek rileksasi dan memperlancar sirkulasi darah. Dengan menurunnya nyeri yang dirasakan ketika menstruasi, diharapkan para remaja putri dapat selalu beraktifitas kembali tanpa adanya gangguan nyeri dismenore primer.

Berdasarkan latar belakang tersebutlah penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “*Perbedaan Penggunaan Kinesiotaping dan Massage Terhadap Penurunan Nyeri Pada Remaja Putri Penderita Dismenore Primer*”

## B. Identifikasi Masalah

*Dismenore primer* adalah kram saat menstruasi yang menyakitkan. Lebih dari setengah dari semua perempuan menderita *dismenore primer* (kram), nyeri yang biasanya dirasakan pada pusat di bawah *mid - abdomen*, menjalar ke punggung bagian bawah atau paha. Pada saat atau akan menstruasi, sering muncul keluhan, khususnya para wanita usia produktif. Bagi sebagian wanita, saat-saat menjelang menstruasi sering merasa tak nyaman bahkan sangat sering mengganggu aktivitas sehari-hari, seperti sakit perut hingga bagian pinggang, mual atau pusing. Sementara rasa sakit mungkin hanya ringan bagi beberapa wanita, namun yang lain ada yang mengalami ketidaknyamanan parah yang secara signifikan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari selama beberapa hari setiap bulannya.

Nyeri haid/*dismenore primer* adalah ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan rasa nyeri timbul, faktor psikologis juga ikut berperan terjadinya *dismenore primer* pada beberapa wanita. Tingkat keparahan kram tergantung pada kadar prostaglandin, yaitu senyawa molekul yang dihasilkan oleh lapisan rahim. Tahun pertama atau dua periode seorang gadis biasanya tidak sangat menyakitkan. Namun, setelah ovulasi dimulai, kadar prostaglandin meningkat, menyebabkan kontraksi lebih kuat .

Gejala termasuk membosankan, berdenyut kram di perut bagian bawah yang dapat menyebar ke punggung bawah dan paha. Selain itu, beberapa wanita mungkin mengalami mual dan muntah, diare, iritasi, berkeringat, dan

pusing. Kram biasanya berlangsung selama dua atau tiga hari pada awal setiap periode menstruasi. Banyak wanita sering memperhatikan periode yang menyakitkan mereka menghilang setelah mereka memiliki anak pertama mereka, mungkin karena peregangan pembukaan rahim atau karena kelahiran meningkatkan suplai darah rahim dan aktivitas otot .

Dalam penderita *dismenore primer* fisioterapi berperan dalam membantu menurunkan nyeri. Penderita biasanya kebanyakan mengkonsumsi obat – obatan, jamu, kompres dengan air hangat, dll yang dapat menimbulkan resiko lebih besar. Sebenarnya dengan cara sederhana para remaja putri dapat menurunkan nyeri dengan penggunaan *kinesiotaping* dan *massage*. Dimana keduanya memberikan efek yang bertujuan untuk memperlancar aliran darah, memberikan relaksasi, dan menurunkan nyeri.

*Kinesiotaping* yang memberi efek memperlancar aliran darah, mengurangi kontraksi otot yang sangat kuat ketika menstruasi, serta mengurangi rasa sakit. *Massage* adalah sebuah treatment preventif yang penting untuk mempertahankan kesehatan dan kebugaran. Manfaat pijat terhadap dismenore primer adalah dapat membantu melancarkan sirkulasi darah, merilekskan tubuh dan mengurangi rasa sakit atau nyeri.

Dengan demikian peran seorang fisioterapi sangat membantu pemulihan dalam penurunan nyeri akibat *dismenore primer* dengan menggunakan *kinesiotaping* dan *massage* sehingga para remaja putri dapat selalu beraktifitas dengan baik.

### C. Perumusan Masalah

Penulis merumuskan masalah sebagai berikut :

- a. Apakah pemberian *kinesiotaping* dapat menurunkan nyeri pada remaja putri penderita dismenore primer ?
- b. Apakah pemberian *massage* dapat menurunkan nyeri pada remaja putri penderita dismenore primer?
- c. Adakah perbedaan antara pemberian *kinesiotaping* dan *massage* terhadap penurunan nyeri pada remaja putri penderita dismenore primer?

### D. Tujuan Penelitian

#### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan antara pemberian *kinesiotaping* dan *massage* terhadap penurunan nyeri pada remaja putri penderita dismenore primer.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui pengaruh dari pemberian *kinesiotaping* terhadap penurunan nyeri pada remaja putri penderita dismenore primer.
- b. Untuk mengetahui pengaruh dari pemberian *massage* terhadap penurunan nyeri pada remaja putri penderita dismenore primer.

## **E. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Instansi Pendidik

Untuk menambah referensi tentang cara – cara penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri.

### 2. Bagi Instansi Pelayanan Fisioterapi

Memberikan wawasan tambahan tentang penanganan terhadap remaja putri penderita dismenore primer untuk menurunkan nyeri.