

BAB I

PENDAHULUAN

E. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa yang ditandai dengan terjadinya perubahan-perubahan secara psikologis dan fisiologis yang sangat pesat. Salah satu ciri yang menandakan pubertas pada remaja yaitu menstruasi. Saat mengalami menstruasi tidak sedikit remaja merasakan dismenorea. Dismenorea disebabkan kontraksi otot perut yang terjadi secara terus menerus saat mengeluarkan darah. Kontraksi yang sangat sering ini menyebabkan otot menegang (Najmi, 2011). Dismenorea merupakan suatu gejala rasa sakit atau rasa tidak enak diperut dibagian bawah saat mengalami menstruasi sehingga mengganggu aktifitas sehari-hari yang paling sering ditemui pada remaja (Winkjosastro, 2007).

Dismenorea banyak terjadi di luar negeri maupun di Indonesia, berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) terdapat prevalensi dismenorea yang tinggi meski begitu sangat bervariasi, berkisar antara 16,8 - 81% yang dialami oleh perempuan usia produktif dan tingkat tertinggi terjadi pada remaja. Rata-rata di negara Eropa dismenorea terjadi pada 45-97% remaja, dengan prevelensi terendah di Bulgaria 8,8% dan tertinggi mencapai 94% di negara Finlandia (Kusmiran, 2012).

Angka kejadian dismenorea di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder (Proverawati,

2012). Sedangkan angka kejadian dismenorea pada remaja di provinsi Lampung pada tahun 2014 di dapatkan sebanyak 56,7% mengalami nyeri dismenorea (Sentra Kuwula Muda Lampung & *Crisis Children Center*, 2014).

Berdasarkan angka kejadian dismenorea yang tinggi, untuk mengurangi terjadinya dismenorea banyak hal yang dapat dilakukan diantaranya dengan obat-obatan dan non obat-obatan. Penatalaksanaan dismenorea yang biasanya digunakan oleh remaja dengan cara manajemen memakai obat-obatan baik anti nyeri yang mengandung narkotik atau non narkotik. Cara mengurangi dismenorea dengan obat-obatan yaitu pemberian obat analgesik seperti ponstan, asam mefenamat dan novalgin. Obat-obatan ini sangat membantu untuk mengurangi rasa nyeri dismenorea (Calis, 2011). Menurut penelitian yang dilakukan oleh Baziad (2014), walaupun analgesik dapat menghilangkan nyeri dengan efektif, namun penggunaan analgesik akan berdampak ketagihan dan dalam jangka panjang berdampak buruk ke ginjal dan liver.

Penanganan dismenorea dengan cara non obat-obatan bisa dengan kompres atau mandi air hangat, melakukan latihan, masase, akupuntur, dan istirahat (Morgan & Hamiton, 2009). Penanganan untuk mengurangi nyeri dismenorea dengan cara non obat-obatan sebagai salah satu alternatif secara nonfarmakologi yang aman, efektif, dan mudah untuk dilakukan dirumah (Dwi, 2016). Menurut penelitian yang telah dilakukan oleh Hermawan (2012), penatalaksanaan nyeri haid juga dapat dimanajemen secara non farmakologi

melalui tehnik relaksasi dan distraksi seperti pengalihan nyeri dengan menarik nafas panjang, imajinasi terbimbing, kompres hangat atau dingin.

Maka ada beberapa cara atau metode yang digunakan untuk mengalihkan perhatian terhadap rasa nyeri yang dialaminya, antara lain : stimulasi, distraksi visual, distraksi pendengaran, distraksi pernafasan, tehnik pernafasan, imajinasi terbimbing. Salah satunya dengan menggunakan aromaterapi, untuk merangsang tubuh agar dapat merasa nyaman dengan aroma yang menyejukan (Bakir, 2009). Aromaterapi yang dapat digunakan untuk menurunkan nyeri dismenorea salah satunya aromaterapi jasmine.

Aromaterapi jasmine ini dapat menurunkan derajat dismenorea berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Dewi, Hendra dan Ariyani (2015). Hal ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Alonso (2008), aromaterapi jasmine ini dapat mengatasi nyeri dismenorea dikarenakan aroma bunga jasmine ini mengandung khasiat anti depresif yang dapat menghilangkan nyeri. Selain itu minyak jasmine ini sangat bermanfaat untuk mendorong kontraksi dan menghilangkan rasa sakit sehingga dapat menurunkan rasa sakit atau nyeri saat menstruasi.

Berdasarkan pre survey yang dilakukan pada tanggal 04 April 2019 di Asrama STIKes Muhammadiyah Pringsewu di dapatkan data remaja putri D III Keperawatan sejumlah 68 orang. Berdasarkan wawancara dengan remaja putri di asrama menunjukkan bahwa dalam 1 minggu terakhir sudah ada 24 orang yang mengeluh dismenorea. Saat ditanya tentang dismenorea 9

diantaranya sudah mengetahui cara mengatasi dismenorea dengan beberapa cara diantaranya, istirahat tidur dan mengoleskan minyak kayu putih, mengkonsumsi jamutradisional sebanyak 5 orang (45%), minum obat pereda nyeri yaitu asam mefenamat sebanyak 4 orang (42%), 15 diantaranya belum mengetahui cara mengatasi dismenorea dan belum ada mahasiswa yang tahu dan memakai aromaterapi jasmine saat mengalami dismenorea. Sehingga penulis merasa perlu untuk melakukan penerapan penggunaan aromaterapi jasmine terhadap nyeri dismenorea pada remaja putri D III Keperawatan di Wilayah Kabupaten Pringsewu Lampung.

F. Rumusan Masalah

1. Bagaimanakah penerapan aromaterapi jasmine terhadap nyeri dismenorea pada remaja putri D III Keperawatan Di Wilayah Kabupaten Pringsewu Tahun 2019.
2. Apakah penerapan aromaterapi jasmine dapat menurunkan skala nyeri dismenorea pada remaja putri D III Keperawatan Di Wilayah Kabupaten Pringsewu Tahun 2019.

G. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui “Penerapan Aromaterapi Jasmine Terhadap Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri D III Keperawatan Di Wilayah Kabupaten Pringsewu Tahun 2019”

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi skala nyeri dismenorea sebelum dilakukan penerapan aromaterapi jasmine
- b. Mengidentifikasi skala nyeri dismenorea setelah dilakukan penerapan aromaterapi jasmine

H. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Praktis

- a. Bagi Perawat

Sebagai tambahan informasi untuk penatalaksanaan dismenorea pada remaja putri dapat dilakukan tindakan penggunaan aromaterapi jasmine.

- b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya dan menjadi referensi untuk peningkatan kualitas pendidikan di institusi mengenai penerapan aromaterapi jasmine terhadap nyeri dismenorea pada remaja putri D III Keperawatan Di Wilayah Kabupaten Pringsewu

- c. Bagi Klien

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah ilmu pengetahuan dan informasi pada klien mengenai aromaterapi jasmine dapat membantu menurunkan skala nyeri dismenorea pada remaja putri D III Keperawatan Di Wilayah Kabupaten Pringsewu

2. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi dan masukan bagi perkembangan ilmu kesehatan, khususnya ilmu keperawatan tentang aromaterapi jasmine dapat menurunkan skala nyeri dismenorea pada remaja putri D III Keperawatan Di Wilayah Kabupaten Pringsewu.