

# **BAB I PENDAHULUAN**

## **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis, maupun intelektual. Menurut *WHO*, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2005 tahun 2017, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah (Kementerian Kesehatan RI, 2018).

Masa remaja awal disebut masa pubertas karena pada periode ini remaja akan mengalami kejadian pematangan fisik yang sangat cepat yang tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan yang meliputi mental dan emosional. Masa pubertas merupakan masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa melibatkan perubahan-perubahan fisiologi dan psikologi. *The larche* (permulaan perkembangan payudara) dimulai pada usia rata-rata 10,5 tahun. *Adrenarche* (pertumbuhan rambut pubis dan ketiak) langsung dimulai pada usia rata-rata 11 tahun. Kegiatan pertumbuhan dimulai pada usia rata-rata 11,5 tahun, dan menarche (permulaan periode menstruasi) mulai pada usia rata-rata 12,8 tahun. Pada usia ini, remaja putri mulai mendapatkan menstruasi pertamanya atau disebut juga dengan

menarche. *Menars* atau *menarche* adalah perdarahan pertama dari uterus yang terjadi pada seorang wanita (Marzuki, 2022).

Kesehatan remaja masih menjadi permasalahan yang perlu perhatian. Namun masalah remaja tidak hanya masalah seksual saja, tetapi juga menyangkut hormone reproduksinya. Terutama pada remaja putri di antaranya yaitu masalah perkembangan seks sekunder seperti suara, pembesaran payudara, pembesaran pinggul, dan *menarche*. Menstruasi yang terjadi pertama kali dialami seorang wanita biasanya terjadi kram, nyeri, dan ketidaknyamanan selama menstruasi yang disebut dengan *dismenore*. Setiap wanita mengalami tingkat nyeri yang berbeda selama haid, untuk sebagian wanita menderita rasa sakit atau nyeri yang dapat menghentikan kegiatan sehari hari (Suyanti, 2021).

Berdasarkan World Health Organization (WHO) angka *dismenore* di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami *dismenore*. Di Swedia sekitar 72%, di Amerika Serikat hormon 90% wanita mengalami *dismenore*, dan 10-15% diantaranya mengalami *dismenore* berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Di Indonesia angka kejadian *dismenore* primer sekitar 54,89% sisanya adalah tipe sekunder (Wahyuni & Safei, 2022).

Angka kejadian *dismenore* tahun 2018 di Indonesia cukup tinggi, yaitu mencapai 60-70% wanita di Indonesia, Angka kejadian *dismenore*

tipe primer di Indonesia mencapai 54,89% sedangkan sisanya 45,11% adalah tipe sekunder (Kemenkes 2019) .Berdasarkan Profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2018 angka kejadian *disminore* cukup tinggi yaitu tingkat nyeri ringan sebesar 57,7%, nyeri sedang 38,5% dan nyeri berat sebesar 3,8%. Hal ini menunjukkan bahwa banyaknya remaja putri mengalami *dismenore* (Dinkes Provinsi Sulawesi Selatan, 2018).

Nyeri haid atau *dismenore* dapat diatasi dengan tindakan secara farmakologi dan non farmakologi. Salah satunya dengan pemberian obat golongan *Nonsteroidal Antiinflammatory Drugs* (NSAIDs) yang dapat meredakan nyeri dengan cara memblok *prostaglandin* yang menyebabkan nyeri sedangkan pengobatan non farmakologi dapat dilakukan yaitu relaksasi, akupunktur, hipnoterapi dan pijatan atau *massage* (Pangaribuan et al., 2019).

Salah satu terapi *massage* yang dapat dilakukan adalah *endorphin massage*, *Endorphine Massage* merupakan metode sentuhan ringan yang di kembangkan pertama kali oleh Constance Palinsky yang dipergunakan untuk mengolah rasa sakit. Teknik ini juga dapat di gunakan untuk menormalkan denyut jantung. Teknik ini dilakukan dengan pemijatan yang dapat membuat rambut-rambut halus di permukaan kulit berdiri (Pangaribuan et al., 2019). Berdasarkan hasil penelitian Septianingrum (2019) pada mahasiswi Keperawatan Universitas Nahdlatul Ulama Surabaya menunjukkan

bahwa ada pengaruh *endorphin massage* terhadap nyeri haid sejalan dengan hasil penelitian Elvira (2018) pada siswi yang mengalami *dismenore* di SMAN 1 Sumedang menunjukkan bahwa ada pengaruh yang signifikan antara pijat *endorphin* terhadap skali nyeri *dismenore* ( $p = 0,002$ ),

Berdasarkan pengambilan data awal peneliti pada tanggal 16 Januari 2023 didapatkan bahwa jumlah siswi di SMKN 2 Takalar adalah sebanyak 217 orang yang terbagi ke dalam 3 angkatan dimana terdiri dari kelas X sebanyak 68 orang, kelas XI sebanyak 55 orang dan kelas XII sebanyak 94 orang. Peneliti melakukan wawancara pada setiap kelas terdapat 40 orang yang mengalami *dismenore* setiap kali menstruasi. Dari 40 orang tersebut, sebanyak 15 orang mengompres perutnya dengan air hangat bila nyeri datang pada saat mereka dirumah. 10 orang mengatakan mengonsumsi obat anti nyeri seperti minuman pereda nyeri dan sebanyak 15 orang hanya mampu menahan rasa nyeri yang dirasakan, dapat disimpulkan bahwa tidak ada siswi yang mengetahui bahwa *Endorphine Massage* dapat dilakukan sebagai pengobatan alternatif untuk menurunkan tingkat nyeri pada siswi yang mengalami *dismenore*.

Berdasarkan data tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang pengaruh *Endorphin Massage* terhadap penurunan *dismenore* pada remaja putri di SMKN 2 Takalar

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang masalah dari uraian diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah apakah ada pengaruh *Endorphin massage* terhadap penurunan *dismenore* pada remaja putri di SMKN 2 Takalar?

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan umum

Mengetahui adanya pengaruh *endorphin massage* terhadap penurunan *dismenore* pada remaja putri di SMKN 2 Takalar

### 2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui penurunan *dismenore* sebelum dilakukan *endorphin massage* pada remaja putri di SMKN 2 Takalar
- b. Mengetahui penurunan *dismenore* setelah dilakukan *endorphin massage* pada remaja putri di SMKN2 Takalar
- c. Mengetahui pengaruh *endorphin massage* terhadap penurunan *dismenore* pada remaja putri di SMKN 2 Takalar

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat teoritis

Secara teoritis diharapkan dapat bermanfaat dalam menambah wawasan dan pengetahuan tentang pengatasan nyeri pada saat nyeri pada remaja, diharapkan adanya masukan dari peneliti, ataupun pembacanya, agar lebih luas wawasan dan pengetahuan

## 2. Manfaat praktis

### a. Bagi Profesi Keperawatan dan Profesi Kesehatan lainnya

Dapat dijadikan bahan rekomendasi dan bahan perkembangan pengetahuan

### b. Bagi siswi

Dapat dijadikan acuan penanganan dan di aplikasikan bila terjadi *dismenore* di sekolah

### c. Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai sumber informasi dalam melakukan penelitian yang berkaitan dengan penerapan *endorphin massage* pada yang mengalami *dismenore*