

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses fisiologis alami yang dialami perempuan sejak masa pubertas hingga akhir usia reproduktif (Fitri *et al.*, 2024). Proses ini terjadi akibat peluruhan lapisan endometrium dinding rahim yang tidak mengalami implantasi embrio, sehingga dikeluarkan dalam bentuk darah menstruasi. Peluruhan endometrium berlangsung secara periodik sebagai bagian dari siklus reproduksi normal pada wanita (Andini, 2022).

Selama masa menstruasi, banyak perempuan mengalami berbagai keluhan, salah satunya adalah rasa tidak nyaman berupa nyeri haid atau dismenore (Hitipeuw & Achmad, 2022). Dismenore merupakan kondisi nyeri yang muncul saat menstruasi, ditandai dengan rasa sakit di bagian perut bawah yang dapat menjalar ke area pinggang hingga paha (Fernández-Martínez *et al.*, 2018). Nyeri ini dapat muncul sebelum atau selama menstruasi, berlangsung dari beberapa jam hingga beberapa hari, dan sering kali disertai dengan gejala tambahan seperti keringat berlebih, sakit kepala, mual, muntah, diare, serta gemetar (Alya *et al.*, 2022). Dalam kasus tertentu, nyeri ini bisa sangat hebat hingga mengganggu aktivitas sehari-hari (Nursangadah *et al.*, 2021).

Secara global, prevalensi dismenore dilaporkan lebih dari 50%, dengan angka yang lebih tinggi di beberapa negara seperti Amerika Serikat (85%), Australia (80%), dan Italia (84,1%). Di Indonesia, prevalensi dismenore

dilaporkan mencapai 64,25%, dengan 54,89% diantaranya mengalami dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Widiarti *et al.*, 2024). Di Sumatera Barat, angka kejadian dismenore pada perempuan mencapai 57,3% (Ernawati & Askar, 2024).

Dalam beberapa kasus, dismenore dapat menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari jika tidak diatasi dengan baik. Dismenore tidak hanya menyebabkan gangguan aktivitas, tetapi juga memberi dampak bagi fisik dan psikologis, misalnya cepat letih dan sering marah (Wianti & Karimah, 2018). Akibat dari dismenore tidak hanya mengganggu kegiatan setiap hari tetapi juga dapat menyebabkan muntah serta diare (Nursangadah *et al.*, 2021). Menurut Sari *et al.*, (2023), jika dismenore tidak ditangani maka memiliki dampak patologis (kelainan atau gangguan) yang mendasari, yang berpotensi meningkatkan angka kematian bahkan kemandulan. Selain itu konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan dapat memainkan peranan serta menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan asing.

Pada remaja, dismenore sering kali mengganggu aktivitas sekolah seperti sulitnya berkonsentrasi saat proses belajar mengajar yang diakibatkan oleh perasaan tidak nyaman pada saat nyeri haid. Dismenore yang diderita siswi sering menjadi penyebab mereka tidak masuk sekolah (Oktorika *et al.*, 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Wianti, remaja dengan dismenore berat mendapat nilai yang rendah (6,5%), menurunnya konsentrasi (87,1%) dan absen dari sekolah (80,6%) (Wianti & Karimah, 2018).

Secara umum penanganan dismenore terbagi menjadi dua kategori yaitu secara farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis yaitu dengan pemberian kontrasepsi kombinasi hormon, dan obat-obatan *Non Steroidal Anti-Inflammatory Drugs* (NSAID). Walaupun analgesik dapat menghilangkan nyeri dengan efektif, namun penggunaan analgesik sering mempunyai efek samping bagi tubuh, misalnya mual dan sakit kepala sehingga perlu pertimbangan untuk menggunakannya (Puspita *et al.*, 2022). Adapun manajemen non farmakologi yang dapat digunakan salah satunya yaitu teknik relaksasi yang berfungsi untuk menghambat otak untuk mengeluarkan sensasi nyeri serta tidak menyebabkan efek samping bagi tubuh (Veronica & Oliana, 2022). Teknik relaksasi yang digunakan antara lain kompres hangat, masase aromaterapi, effleurage, akupuntur, yoga, dan latihan fisik (Bobak *et al.*, 2004; Hasanah & Chotimah, 2022).

Menurut Atiqa *et al.*, (2025), mengatakan bahwa dari berbagai teknik non farmakologis tersebut, salah satu teknik yang efektif dalam menurunkan nyeri menstruasi adalah teknik *massage effleurage*. Teknik ini terbukti dalam mengurangi nyeri menstruasi dengan derajat sedang hingga berat karena teknik *effleurage* ini dapat memberikan kenyamanan dan relaksasi sehingga system saraf merespon rangsangan sentuhan tersebut. Hal tersebut juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hasanah & Chotimah (2022), menyatakan bahwa keunggulan *massage effleurage* dibandingkan dengan pijatan yang lainnya adalah teknik terapi *massage effleurage* ini dapat mendistraksi dan menurunkan transmisi sensorik dengan menstimulasi dinding abdomen

sehingga mengurangi rasa ketidaknyamanan pada area nyeri. Teknik pijatan ini juga dapat menurunkan ketegangan otot serta meningkatkan sirkulasi oksigen di area nyeri sehingga nyeri menstruasi dapat berkurang (Fitriana & Wibowo, 2022).

*Massage effleurage* dapat meredakan nyeri dengan cara menstimulasi kulit (serabut taktil) yang dapat menghambat sinyal nyeri dari area tubuh. Cara kerja dari teknik *effleurage* sebagai penghambat nyeri yaitu mempengaruhi hipotalamus dan pintu gerbang nyeri yang merangsang hipofise anterior untuk menghasilkan endorfin yang dapat menimbulkan perasaan nyaman (Jamhariyah et al., 2021). *Massage effleurage* bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, menghangatkan otot abdomen, dan meningkatkan relaksasi fisik dan mental (Wulan & Andriani, 2025).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zuraida & Aslim (2020), yang mengatakan bahwa rata-rata tingkat nyeri haid remaja putri sebelum pemberian *massage effleurage* berada pada tingkat skala nyeri sedang dengan rata-rata 4,33 dan rata-rata tingkat nyeri haid remaja putri sesudah pemberian *massage effleurage* berada pada tingkat skala nyeri ringan dengan rata-rata 1,60, sehingga dapat disimpulkan bahwa adanya pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri di SMA N 1 Sutura Kabupaten Pesisir Selatan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Karnasih et al., (2021), bahwa sebagian besar responden mengalami dismenore sedang (86,4%) dan sesudah dilakukan *massage effleurage* intensitas dismenore menjadi nyeri ringan (81,8%), sehingga dapat disimpulkan bahwa

adanya pengaruh *massage effleurage* terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi.

Berdasarkan hasil wawancara dan pengkajian yang dilakukan pada pasien didapatkan bahwa pasien mengeluhkan nyeri perut bagian bawah dan terasa seperti diremas. Saat nyeri haid datang, pasien berusaha beristirahat dengan menekan perut menggunakan bantal guling atau mengangkat kaki sejajar dinding. Jika nyeri tidak hilang, pasien membeli obat di apotik. Pasien tidak mengetahui cara non-farmakologis untuk mengurangi nyeri. Dampak yang dirasakan ialah kesulitan berkonsentrasi saat belajar. Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti menyusun laporan karya ilmiah akhir tentang “Asuhan Keperawatan Pada Nn. S (16 Tahun) Dengan Masalah Nyeri Menstruasi (*Dismenorea*) Dan Penerapan *Massage Effleurage* Di Wilayah Kerja Puskesmas Pauh Kota Padang”

## **B. Tujuan**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk menganalisis asuhan keperawatan pada Nn. S (16 tahun) dengan masalah nyeri menstruasi (*dismenorea*) dan penerapan *massage effleurage* di wilayah kerja puskesmas pauh kota padang

### **2. Tujuan Khusus**

Untuk memaparkan pemberian asuhan keperawatan secara komprehensif pada Nn. S. dengan dismenore yang terdiri dari :

- a. Melakukan pengkajian keperawatan pada Nn. S dengan masalah nyeri menstruasi (*dismenorea*).
- b. Merumuskan diagnosis keperawatan pada Nn. S dengan masalah nyeri menstruasi (*dismenorea*).
- c. Merencanakan intervensi keperawatan pada Nn. S dengan masalah nyeri menstruasi (*dismenorea*).
- d. Melakukan implementasi keperawatan pada Nn. S dan penerapan EBNP *massage effleurage* untuk menurunkan nyeri menstruasi (*dismenorea*).
- e. Menggambarkan evaluasi keperawatan pada Nn. S dengan masalah nyeri menstruasi (*dismenorea*).

### C. Manfaat

#### 1. Bagi Instansi Pendidikan

Hasil dari karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat menjadi salah satu sumber referensi kepustakaan terkait dengan pemberian asuhan keperawatan pada Nn. S yang mengalami dismenore serta penerapan *evidence based nursing practice* melalui teknik *massage effleurage* untuk menurunkan nyeri menstruasi.

#### 2. Bagi Klien

Diharapkan dengan diberikannya asuhan keperawatan pada klien, klien dapat memahami dan menerapkan terapi *massage effleurage* sebagai salah satu cara untuk menurunkan nyeri saat menstruasi.

### 3. Bagi Penulis

Karya ilmiah akhir ini diharapkan dapat memperluas wawasan dan meningkatkan pengetahuan dalam memberikan asuhan keperawatan maternitas dalam penerapan teknik *massage effleurage* untuk menangani nyeri menstruasi.

