

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar belakang**

Dismenore diartikan sebagai aliran menstruasi yang sulit yang ditandai dengan adanya nyeri perut.<sup>1,2</sup> Gejala dismenore dapat dimulai beberapa jam sebelum dan beberapa jam setelah dimulainya menstruasi.<sup>1</sup> Secara umum, dismenore adalah penyakit ginekologi yang paling sering terjadi dan dilaporkan oleh wanita.<sup>3</sup> Menurut WHO angka dismenore di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenore.<sup>4</sup> Angka kejadian yang dialami di Amerika Serikat tercatat hampir 90% wanita mengalami dismenore dan 10-15% lainnya mengalami dismenore berat menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun.<sup>5</sup> Sedangkan di Indonesia sendiri kejadian dismenore cukup besar, sekitar 60-70% wanita mengalami dismenore.<sup>4</sup> Tingkat rasa nyeri dismenore berbeda-beda yang dapat berdampak pada gangguan aktivitas sehari-hari. Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Gunawan di 4 SLTP di Jakarta tahun 2002 menunjukkan sebanyak 76,6% siswi tidak hadir di sekolah karena nyeri menstruasi.<sup>6</sup>

Nyeri yang dirasakan pada saat menstruasi muncul karena adanya kontraksi otot rahim dan vasokonstriksi suplai darah ke endometrium. Rasa nyeri yang timbul akan mengaktivasi sistem saraf simpatis untuk menstimulasi medulla adrenal untuk melepaskan epinefrin dan norepinefrin untuk menghasilkan respon stress. Respon fisiologis ini akan meningkatkan kecemasan, ketegangan otot dan persepsi wajah.<sup>7</sup>

Dismenore dapat diatasi dengan terapi farmakologi dan terapi non-farmakologi. Obat farmakologi yang dapat digunakan salah satunya adalah obat anti inflamasi non steroid (NSAID). Namun, efektivitas dari penggunaan obat tidak konsisten, bervariasi antara 64% dan 100%. Sedangkan terapi non-farmakologi dapat dijadikan rekomendasi untuk meredakan dismenore karena mempunyai efek samping yang sedikit, tidak memerlukan biaya dan mudah untuk dilakukan salah satunya adalah terapi musik.<sup>8</sup>

Musik dapat mengeluarkan stimulus sensori yang dapat menyebabkan pelepasan dari endorfin. Endorfin berfungsi sebagai obat penenang alami yang diproduksi otak.<sup>6</sup> Endorfin akan bekerja dengan memblokir transmisi stimulus nyeri sehingga dapat menurunkan kontraksi uterus.<sup>9</sup> Meta-analitik sebelumnya melaporkan bahwa musik dapat mengubah aktivitas otak selama stimulus nyeri dan mendukung efek analgesik.<sup>10</sup> Efek psikologis dari terapi musik adalah relaksasi yang dapat menurunkan detak jantung, laju pernapasan, metabolisme, memperbaiki tanda-tanda fisik, menurunkan hormon stress dan menstabilkan tanda-tanda vital.<sup>11</sup>

Penelitian meta-analisis terbaru menunjukkan bahwa musik tanpa lirik, tanpa perkusi, dan tanpa suara alam efektif untuk meredakan nyeri.<sup>8,10</sup> Penelitian sebelumnya melaporkan bahwa karakteristik musik yang berbeda akan diproses secara berbeda di otak. Hal ini menunjukkan bahwa karakteristik musik yang berbeda mungkin dapat memiliki efek yang berbeda.<sup>10</sup> Penelitian di Colombia mengenai terapi musik klasik terhadap nyeri dismenore menyatakan bahwa kelompok yang diberikan terapi musik skor nyeri rata-rata lebih rendah ( $p=0,0006$ ) daripada kelompok kontrol.<sup>8</sup> Meski telah dilakukan penelitian yang serupa sebelumnya, penelitian-penelitian sebelumnya mengenai efektivitas terapi musik terhadap dismenore belum membahas mengenai kecemasan pada nyeri dismenore. Penelitian mengenai efektivitas terapi musik terhadap kecemasan dan nyeri pada dismenore di Indonesia masih sedikit sehingga perlu diteliti lebih lanjut.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Penelitian sebelumnya di Columbia menggunakan musik klasik sebagai terapi manajemen nyeri dismenore menyatakan bahwa terapi musik klasik dapat menurunkan tingkat nyeri dismenore. Walaupun sudah pernah dilaporkan pada penelitian sebelumnya, namun penelitian mengenai efektivitas terapi musik klasik terhadap kecemasan dan nyeri pada dismenore di Indonesia masih sedikit sehingga perlu di teliti lebih lanjut.

## **1.3 Pertanyaan Penelitian**

1.3.1 Apakah terapi musik klasik efektif untuk menurunkan kecemasan dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.3.2 Apakah terapi musik klasik efektif untuk menurunkan nyeri dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

#### **1.4 Tujuan Penelitian**

##### 1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas pemberian terapi musik klasik dalam menurunkan kecemasan dan nyeri dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

##### 1.4.2 Tujuan Khusus

- Untuk mengetahui tingkat kecemasan dismenore sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
- Untuk mengetahui skala nyeri dismenore sebelum dan sesudah diberikan terapi musik klasik pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

#### **1.5 Manfaat Penelitian**

##### 1.5.1 Manfaat akademik

- Meningkatkan mahasiswa untuk berpikir logis dan kritis melalui penulisan karya tulis ilmiah
- Menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang akan meneliti mengenai efektivitas terapi musik klasik terhadap tingkat kecemasan dan nyeri dismenore

##### 1.5.2 Manfaat praktis

- Menjadi saran pedoman ilmiah bagi masyarakat luas untuk menggunakan terapi musik klasik untuk menurunkan nyeri dan kecemasan dismenore pada remaja wanita