

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenore adalah kram menstruasi bagian bawah abdomen yang sebenarnya berasal dari rahim, dan dianggap sebagai salah satu gangguan ginekologi yang paling umum di antara wanita usia subur.^{1,2} Sesuai dengan patofisiologinya, dismenore diklasifikasikan menjadi dua, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder.² Dismenore primer tidak terkait dengan penyakit atau patologi lain di dalam atau di luar rahim, sedangkan dismenore sekunder biasanya berhubungan dengan hal tersebut.² Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar, hal ini dialami oleh 50-90% wanita masa reproduksi di seluruh dunia dengan wanita muda sebagai kelompok mayoritas.³ Angka kejadian dismenore di Asia sendiri meliputi wanita usia reproduksi sebesar 74.5% pada suatu penelitian yang dilakukan di Malaysia.⁴ Angka kejadian dismenore di Indonesia sendiri didapatkan insidensinya sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder.⁵

Dismenore menyangkut sakit perut, lemas, sulit berkonsentrasi, pusing, dan keseluruhan dari gejala ini dapat mengganggu aktivitas individu yang mengalaminya, bahkan tidak sedikit penderita yang meninggalkan pekerjaannya karena tidak dapat menahan rasa nyeri tersebut.⁶ Maka dari itu kebanyakan wanita biasanya mencoba menangani nyeri tersebut melalui

terapi farmakologi yaitu dengan mengonsumsi obat-obatan NSAID (*Non-Steroidal Anti-Inflammatory Drugs*).⁷ Selain terapi farmakologi, dapat juga dilakukan terapi non-farmakologi antara lain berupa kompres hangat, teknik relaksasi nafas dalam, teknik distraksi, aromaterapi, meminum herbal, atau latihan fisik.⁸ Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sari pada tahun 2013, kelebihan dari terapi non-farmakologi adalah terapi ini lebih mudah dan murah untuk dilakukan, sedangkan untuk terapi farmakologi kekurangannya dalam penggunaannya adalah mual, muntah, konstipasi, kegelisahan, dan rasa ngantuk, serta dapat juga mempengaruhi risiko penyakit ginjal, hati, dan masalah jantung.⁹

Pemberian kompres hangat dalam menangani dismenore merupakan tindakan yang paling praktis untuk dilakukan. Apabila dikaitkan dengan nyeri dismenore, terdapat suatu penelitian yang dilakukan oleh Potur dkk. pada tahun 2014 di Turkey pada mahasiswi memiliki kesimpulan bahwa kompres merupakan suatu metode yang efektif dalam penanganan dismenore.¹⁰ Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Susanti dkk. pada tahun 2016 di Magelang dengan subjek siswi SMA memiliki kesimpulan bahwa perut bagian bawah jika diberikan kompres hangat akan meningkatkan tekanan dan sirkulasi pembuluh darah sehingga membuat otot rahim menjadi rileks dan juga mengurangi spasme.¹¹ Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zangga dkk. pada tahun 2023 di Yogyakarta dengan subjek siswi SMP juga menunjukkan adanya pengaruh signifikan kompres hangat dalam mengurangi nyeri haid.¹² Penelitian lain yang dilakukan oleh

Dahlia dkk. pada tahun 2021 di Palembang dengan subjek siswi SMP memiliki kesimpulan bahwa adanya pengaruh kompres hangat terhadap penurunan dismenore, tetapi skala yang mereka gunakan untuk menilai dismenore adalah NRS (*Numerical Rating Scale*) yang biasa digunakan untuk menilai derajat nyeri secara umum.¹³

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian ini karena masih kurangnya penelitian dengan kelompok usia pada mahasiswi universitas dan tidak ada penelitian yang menggunakan kuesioner khusus untuk dismenore.

1.2 Rumusan Masalah

Sudah terdapat beberapa penelitian yang meneliti mengenai pengaruh antara penggunaan kompres hangat dengan derajat dismenore. Tetapi, kebanyakan penelitian tersebut menggunakan kelompok usia siswi yang masih menempuh pendidikan SMP dan SMA, dimana aktivitas tingkat pendidikan dan tingkat stresnya pasti akan berbeda dibandingkan dengan mahasiswi universitas. Selain itu dalam penelitian yang telah dilakukan sebelumnya, instrumen pengukuran derajat dismenore masih menggunakan kuesioner NRS (*Numerical Rating Scale*) dan VAS (*Visual Analogue Scale*) yang sebenarnya digunakan untuk mengukur nyeri secara umum. Oleh karena itu, peneliti hendak melakukan penelitian mengenai hubungan antara penggunaan kompres hangat terhadap derajat dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Bagaimana hubungan antara penggunaan kompres hangat dengan derajat dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara penggunaan kompres hangat dengan derajat dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.4.2 Tujuan Khusus

- a) Mengetahui pada derajat berapa mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan melakukan kompres hangat dan terapi analgetik untuk menangani dismenore.
- b) Mengetahui hubungan antara stres dengan derajat dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- c) Mengetahui hubungan antara IMT dengan derajat dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

- a) Meningkatkan pengetahuan mahasiswa dan mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan mengenai hubungan kompres hangat dengan dismenore.
- b) Menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.

1.5.2 Manfaat Praktis

Dapat menambah wawasan pembaca dan dapat dijadikan sebagai bahan pertimbangan dalam penanganan dismenore.

