

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dismenore merupakan gangguan fisik yang sangat menonjol pada perempuan yang sedang haid berupa gangguan nyeri atau kram perut. Nyeri ini ada yang ringan dan samar-samar tetapi adapula yang berat, bahkan beberapa perempuan sampai pingsan karena tidak kuat menahannya. Nyeri atau kram perut mulai terjadi pada 24 jam sebelum terjadinya pendarahan haid dan dapat terasa selama 24-36 jam. Kram dirasakan pada daerah perut bagian bawah yang dapat menjalar ke punggung dan paha. Kasus berat dismenore dapat disertai muntah dan diare (Lestari, 2011). Lebih lanjut Bobak (2004, dalam Laili, 2012) menjelaskan bahwa dismenore merupakan gejala yang timbul karena adanya kelainan dalam rongga panggul dan sangat mengganggu aktivitas perempuan, bahkan seringkali mengharuskan penderita beristirahat dan meninggalkan aktivitasnya.

Rata-rata angka kejadian dismenore lebih dari 50% perempuan di setiap dunia mengalaminya. Dari hasil penelitian di Amerika Serikat persentase kejadian dismenore sekitar 60%, Swedia 72% dan di Indonesia 55%. Penelitian di Amerika Serikat menyebutkan bahwa dismenore dialami oleh 30-50% perempuan usia produksi dan 10-15% diantaranya kehilangan kesempatan kerja, mengganggu kegiatan belajar di sekolah dan kehidupan keluarga (Paramita, dalam Purba *et al*, 2014). Tangchai (dalam Rakhma,

2012) mengatakan sebanyak 92% penderita dismenore hanya beristirahat untuk menghilangkan nyeri, penggunaan obat penghilang nyeri digunakan oleh 32%, sedangkan sebanyak 7.1% penderita dismenore berkonsultasi ke dokter.

Penanganan dismenore umumnya menggunakan obat farmakologi, seperti analgesik *Nonsteroid Anti-Inflammatory Drugs* (NSAID) yang berperan mencegah pembentukan zat prostaglandin. Obat analgesik nonsteroid, seperti profen, peroksikam, diklofenak, dan lain-lain atau yang steroid, seperti kortison dan turunannya, dapat menyebabkan efek samping terhadap lambung, karena bisa mengakibatkan peradangan atau tukak lambung. Ia juga menyebabkan efek samping berbahaya terhadap ginjal karena bisa menyebabkan terjadinya gagal ginjal, melemahnya kemampuan ginjal dalam menyaring sisa-sisa metabolisme dalam darah, atau radang ginjal. Selain itu bisa menyebabkan penurunan aktivitas sumsum tulang dalam memproduksi sel darah merah serta menyebabkan kehilangan selera makan dan mual (Sharaf, 2012).

Berbagai penelitian di Indonesia telah dilakukan dan menunjukkan bahwa terdapat banyak cara dalam menangani dismenore. Diantaranya ialah Teknik Relaksasi Nafas Dalam (Rosianti, 2011), Senam Dismenore (Laili, 2012), Terapi Murottal (Ihsan *et al*, 2013). Menurut Kasdu (2005, dalam Rakhma, 2012) teknik keperawatan untuk mengurangi nyeri dapat diterapkan seperti kompres hangat pada daerah abdomen, masase abdomen, mempertahankan

postur tubuh yang baik, latihan atau olahraga serta gizi seimbang. Sedangkan menurut Dianawati (2003, dalam Rakhma 2012) penanganan dismenore dapat juga dilakukan dengan olahraga ringan, mengkonsumsi buah dan sayur, serta mengurangi kadar gula dan kafein. Apabila permasalahan semakin parah, maka harus berkonsultasi dengan dokter.

Terapi non-farmakologi yang dapat membantu mengurangi nyeri meliputi kompres panas, kompres dingin, masase, distraksi, relaksasi, olahraga, bekam dan lain-lain. Bekam merupakan cara pengobatan tradisional yang memiliki prinsip kerja vakumisasi, perlukaan dan penyedotan darah di area tertentu sehingga dapat menyembuhkan penyakit (Umar, dalam Nuari, 2014). Terapi ini dilakukan sebagai pengobatan yang bersifat preventif sekaligus kuratif yang dinilai sangat efektif, maka terapi bekam bisa diberikan untuk berbagai kasus (Pusponegoro, dalam Nuari, 2014). Lebih lanjut Yanti (2012) mengatakan bahwa terapi bekam dapat meningkatkan sekresi enkefalin dan endorfin. Enkefalin dan endorfin merupakan opioid endogen berfungsi untuk menghambat nyeri, selain itu proses penyembuhan dapat terjadi karena bekam bekerja langsung pada sistem endokrin. Nyeri akan hilang disertai dengan perbaikan aliran darah pada area yang dibekam, hal ini menyebabkan relaksasi otot dan sirkulasi darah menjadi lancar akibat efek dari vasodilatasi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada 10 mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Universitas Muhammadiyah

Jember, didapatkan bahwa penanganan dismenore yang sering dilakukan adalah dengan beristirahat (tiduran) sebanyak 7 mahasiswi dan penggunaan obat analgesik 3 mahasiswi. Sedangkan untuk terapi bekam belum pernah dilakukan. Terdapat beberapa penelitian mengenai mekanisme kerja bekam terhadap penurunan nyeri, diantaranya Bekam Terhadap Perubahan Skala Nyeri Kepala (Yanti, 2012), Bekam Terhadap Perubahan Skala Nyeri Punggung Bawah (Suarsyaf, 2012). Peneliti tertarik untuk meneliti Efektivitas Terapi Bekam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Bekam diharapkan dapat menjadi pengobatan alternatif yang efektif dan tanpa efek samping seperti obat untuk membantu mengurangi dan mengatasi dismenore.

B. Rumusan Masalah

1. Pernyataan Masalah

Nyeri dismenore menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas fisik yang seringkali mengharuskan penderita beristirahat dan meninggalkan aktivitasnya. Ketidaknyamanan yang di sebabkan oleh dismenore mengakibatkan penurunan produktifitas bagi perempuan setiap bulannya. Penanganan yang efektif merupakan hal yang sangat diperlukan bagi penderita dismenore. Efektif yang dimaksud adalah penanganan yang tepat, cepat dan tanpa efek samping. Terapi bekam dapat meningkatkan sekresi enkafalin dan endorfin yang merupakan opioid endogen berfungsi untuk menghambat nyeri, selain itu proses

penyembuhan dapat terjadi karena bekam bekerja langsung pada sistem endokrin dan makrovaskular.

2. Pertanyaan Masalah

- a. Bagaimana skala nyeri dismenore sebelum dan setelah dilakukan terapi bekam pada kelompok perlakuan pada mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?
- b. Bagaimana skala nyeri dismenore sebelum dan setelah dilakukan kompres hangat pada kelompok kontrol pada mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?
- c. Bagaimana efektifitas terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember?

C. Tujuan Penelitian

1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi efektifitas terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi skala nyeri dismenore sebelum dan setelah dilakukan terapi bekam pada kelompok perlakuan pada mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- b. Mengidentifikasi skala nyeri dismenore sebelum dan setelah dilakukan kompres hangat pada kelompok kontrol pada mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.
- c. Menganalisis efektifitas terapi bekam terhadap penurunan skala nyeri dismenore pada mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

D. Manfaat Penelitian

1 Manfaat Bagi Layanan Kesehatan

Hasil penelitian yang sudah dilaksanakan mampu memberikan pengetahuan mengenai efektifitas terapi bekam terhadap penurunan skala dismenore, sehingga dapat digunakan sebagai salah satu jenis terapi non-farmakologi dalam penanganan dismenore.

2 Manfaat Bagi Instansi Pendidikan

Manfaat yang dapat diperoleh bagi instansi pendidikan adalah sebagai tambahan referensi dan pengembangan penelitian tentang perbedaan skala nyeri dismenore sebelum dan setelah dilakukan terapi bekam

pada mahasiswi Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

3 Manfaat Bagi Penentu Kebijakan Kesehatan

Sebagai masukan untuk pengembangan terapi bekam sebagai salah satu metode dalam penanganan dismenore.

4 Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Manfaat bagi peneliti adalah memperoleh pengetahuan dan wawasan mengenai efektifitas terapi bekam terhadap penurunan skala dismenore.