

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Indeks Pembangunan Manusia Indonesia (IPM) untuk 2015 adalah 0.689. Ini menempatkan Indonesia dalam kategori pembangunan manusia menengah, dan peringkat 113 dari 188 negara dan wilayah. Nilai IPM meningkat 30,5 persen dari nilai pada tahun 1990. Hal ini mencerminkan kemajuan yang telah dicapai Indonesia dalam hal harapan hidup saat lahir, rata-rata tahun bersekolah, harapan lama bersekolah dan pendapatan nasional bruto (PNB) per kapita selama periode tersebut.

Sebagai ukuran kualitas hidup, IPM dibangun melalui pendekatan tiga dimensi dasar. Dimensi tersebut mencakup umur panjang dan sehat, pengetahuan dan kehidupan yang layak. Ketiga dimensi tersebut memiliki pengertian sangat luas karena terkait banyak faktor. Untuk mengukur dimensi kesehatan, digunakan angka umur harapan hidup. Selanjutnya untuk mengukur dimensi pengetahuan digunakan gabungan indikator angka melek huruf dan rata lama sekolah.

Dalam hal ini dapat dikatakan salah satu faktor turun naiknya indeks pembangunan manusia adalah tingkat pengetahuan dan kehidupan yang layak. Dalam masalah pendidikan banyak faktor yang menyebabkan menurunnya minat pelajar, terkhusus dalam masalah kesehatan pada remaja. Keluhan yang sering terjadi pada umumnya pada remaja di kalangan sekolahan yang jarang jadi perhatian publik adalah masalah dismenorhea atau nyeri menstruasi.(Badan Pusat Statistik 2015)

Menurut Arifin 2010 dalam penelitian Arifa 2011 Angka kejadian nyeri menstruasi didunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara prevalensi

Dismenorhea di Indonesia berkisar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenorhea primer dan 9,36% dismenorhea sekunder dikalangan usia produktif. Walau pada umumnya tidak berbahaya namun sering kali mengganggu aktifitas bagi wanita yang mengalaminya. Saat ini belum ada data pasti mengenai masalah remaja yang mengalami dismenorhea di Sumatra Utara.

Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda. Sebagian wanita mendapatkan menstruasi tanpa keluhan, namun tidak sedikit dari mereka mendapatkan menstruasi disertai keluhan berupa dismenorhea yang mengakibatkan rasa ketidaknyamanan serta berdampak terhadap gangguan aktivitas seperti: remaja tidak konsentrasi dalam menerima pelajaran, menurunnya prestasi belajar serta sering absen. Dismenorhe merupakan nyeri perut bagian bawah yang terkadang meluas hingga kepinggang, punggung bagian bawah dan paha.

Menurut Santoso 2008 dalam penelitian Shinta 2014 Prevalensi dan keluhan dismenorhea biasanya dialami remaja putri diperkirakan 40-50%, remaja putri dengan dismenorhea kadang malas berangkat kerja dan tidak masuk sekolah sekitar 15% dan yang tidak membutuhkan pengobatan pengurangan rasa nyeri sekitar 30%. Peran pemerintah dalam membantu menangani kejadian dismenorhea dengan menetapkan UU No 13 Tahun 2003 Pasal 81 ayat 1 tentang perihal cuti haid. Namun belum ada penanganan yang lebih intensif untuk mengurangi penderita Dismenorhea.

Hampir seluruh perempuan pasti pernah merasakan nyeri menstruasi dengan berbagai tingkatan mulai dari yang sekedar pegal-pegal dipanggul, hingga rasa nyeri yang luar biasa sehingga mengganggu aktifitas dan pada umumnya itu terjadi pada hari pertama sampai hari kedua menstruasi atau lebih.(Sarwono 2012)

Untuk mengantisipasi nyeri menstruasi dapat dilakukan dengan dua cara, yaitu farmakologis dan non farmakologis, secara farmakologis dapat digunakan dengan mengkonsumsi obat-obatan, sedangkan secara non farmakologis nyeri haid dapat dikurangi dengan latihan relaksasi musik klasik, dan kompres hangat pada daerah perut. Mendengar musik klasik dapat merilekskan sistem pusat sehingga berfokus pada penurunan nyeri,

sedangkan kompres hangat dalam dapat membuat sirkulasi darah lancar, vaskularisasi lancar dan terjadi vasodilatasi yang membuat relaksasi pada otot karena otot mendapat nutrisi yang dibawa oleh darah sehingga kontraksi otot menurun. (Poverawati 2017)

Dalam salah satu penelitian oleh Dera pada penelitiannya mengenai terapi musik klasik didapati terapi musik klasik Mozart berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri haid pada remaja, sehingga banyak penelitian menganjurkan musik klasik mozart yang diciptakan oleh Woflgang Amadeus Mozart karena aplikasi medis musik Mozart telah membuktikan hasil yang menakjubkan bagi perkembangan ilmu.

Bedasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Dera, O dkk (2015) tentang *pengaruh Musik Klasik Mozart terhadap Intensitas Nyeri Haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak* dan hasil penelitian Rahayuningrum (2016) tentang *perbandingan relaksasi Nafas dalam dan kompres hangat dalam menurunkan dismenorhea pada remaja SMA Negeri 3 Padang*. Hasil penelitian menunjukkan adalahnya pengaruh antara Musik Klasik Mozart dan Kompres Hangat terhadap penurunan Intensitas Nyeri Dismenorhea pada remaja dimana rata-rata nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 1 Pontianak sebelum di terapi yaitu 6,00 dengan standar defiasi 1,633. Pada pengukuran setelah diberikan terapi didapatkan rata-rata skalal nyeri haid 3,21 dengan skala standar deviasi 2,070. Hasil uji statistik paired sampel t test diperoleh nilai p value sebelum dan sesudah dilakukan terapi musik klasik Mozart yaitu $p=0,000$ ($p>0,05$) yang berarti ada penurunan signifikan antara skala nyeri haid sebelum dan setelah diberikan terapi musik klasik Mozart.

Hasil penelitian mengenai kompres hangat dimana skala dismenorhea sebelum dilakukan kompres hangat nilai minimum 3, nilai maksimum 8 dengan rata-rata 6,31 dan standar deviasi 1,662 dan sesudah dilakukan kompres hangat nilai minimum 1, nilai maksimum 6 dengan rata-rata 3,81 dan standar deviasi 1,601. Rata-rata terjadi penurunan skala dismenorhea setelah dilakukan kompres hangat.

Kompres hangat merupakan pemberian *hotpack* (kantong air panas) yang telah diisi air hangat dan dibungkus handuk dan diletakkan diatas perut bagian

bawah juga termasuk alternatif pilihan non farmakologis dan menurunkan tingkat dismenor pada remaja, dalam penelitian yang dilakukan oleh Arihta S, dkk (2016) tentang *Efektivitas terapi Kunyit Asam dan Kompres hangat terhadap penurunan Dismenorhea pada mahasiswa Akademi Kebidanan Di Medan*. Hasil penelitian tentang kompres hangat diberikan dapat menurunkan intensitas nyeri dismenorhea, hal ini dapat terjadi karena kompres hangat dapat merangsang tubuh untuk mengeluarkan endorfin dan neurotransmitter lain (*opoid endogen*) yang dapat menghambat nyeri.

Dari hasil survey pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 26 Maret 2018 didapat bahwa ada sekitar 100 siswi yang sudah menstruasi dan sekitar 40 siswi yang mengalami dismenorhea primer.

Oleh karena itu peneliti ingin meneliti mengenai perbandingan keefektifitasan antara dua terapi tersebut, sehingga dapat mengetahui mana terapi yang lebih efektif untuk menurunkan nyeri haid pada remaja putri.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Adakah Efektivitas Musik Klasik Mozart dengan Kompres Hangat dalam menurunkan keluhan Dismenorhea pada Remaja
2. Metode manakah yang lebih efektif terhadap penurunan nyeri dismenorhea pada remaja.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektifitas Musik Klasik Mozart dan Kompres hangat dalam menurunkan Dismenorhea pada remaja putri di Madrasah Aliyah Negeri 2 Model Medan

2. Tujuan Khusus

- a) Untuk mengetahui intensitas nyeri dismenorhea pada kelompok yang diberi perlakuan terapi Musik Klasik Mozart.
- b) Untuk mengetahui intensitas nyeri dismenorhea pada kelompok yang diberi perlakuan terapi kompres hangat

- c) Menganalisis perbandingan efektivitas penurunan intensitas nyeri terhadap terapi Musik Klasik Mozart dan Kompres hangat.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan terhadap penanganan non farmakologis bagi remaja penderita Dismenorea, sehingga para remaja tidak merasa khawatir saat terjadi menstruasi tiba.

2. Manfaat Praktis

a) Bagi Responden

Diharapkan dapat menerapkan penanganan dismenorea non farmakologis pada remaja putri dengan menggunakan metode non farmakologis.

b) Bagi peneliti selanjutnya

Sebagai bahan perbandingan dalam melakukan penelitian yang akan datang serta memberi masukan dan menambah wawasan peneliti.

c) Bagi institusi

Data atau informasi hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan dan digunakan sebagai perbandingan dalam kegiatan perkuliahan khususnya dalam mata kuliah kesehatan reproduksi remaja.