

**PENATALAKSANAAN *DISMENORE* PRIMER PADA REMAJA PUTRI
DI BPM RIA YUKOTAN,S.ST BURNEH**

(Studi di Bidan Praktek Mandiri Ria Yukotan,S.ST Burneh)

NASKAH PUBLIKASI

**Diajukan Dalam Rangka Untuk Melengkapi Sebagian Persyaratan Menjadi Ahli
Madya Kebidanan**



Oleh :

ARIBAH
NIM. 18154010054

**PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
2021**

HALAMAN PENGESAHAN

**PENATALAKSANAAN *DISMENORE* PRIMER PADA REMAJA PUTRI
DI BPM RIA YUKOTAN,S.ST BURNEH**

(Studi di Bidan Praktek Mandiri Ria Yukotan,S.ST Burneh)

NASKAH PUBLIKASI

Disusun oleh :

Aribah
NIM. 18154010054

Telah Disetujui Pada Tanggal :

Jumat, 06 Agustus 2021

Pembimbing

Nailufar firdaus,S.ST,.M.AP
NIDN: 0701078906

PENATALAKSANAAN *DISMENORE* PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI BPM RIA YUKOTAN,S.ST BURNEH

(Studi di Bidan Praktek Mandiri Ria Yukotan,S.ST Burneh)

Aribah², Nailufar Firdaus,S.ST,.M.AP³

*email : aribah0605@gmail.com

ABSTRAK

Menstruasi merupakan perubahan yang fisiologis dalam tubuh seorang perempuan secara berkala yang dipengaruhi oleh hormon reproduksi. *Dismenorea* yaitu salah satu gangguan ginekologi yang diteliti penyebab kecemasan dan ketidaknyamanan pada remaja putri. Kejadiannya di dunia antara 16-91% terjadi pada usia reproduksi, yaitu usia 20 tahun sampai 24 tahun.

Pada penelitian ini, peneliti menggunakan metode kualitatif dengan pendekatan studi kasus. Yang dilakukan di Bidan Praktek Mandiri Ria Yukotan,S.ST Burneh. Penelitian menggunakan 2 partisipan yang mengalami *dismenore* primer. Data yang diperoleh menggunakan metode wawancara, observasi dan dokumentasi dan uji keabsahan data menggunakan triangulasi dari pasien, keluarga dan bidan.

Hasil pengkajian menunjukkan partisipan 1 mengalami rasa tidak nyaman dan nyeri perut bagian bawah dan pada partisipan 2 perutnya terasa nyeri hingga menjalar ke punggung sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, setelah diberikan implementasi pada kedua partisipan didapatkan hasil partisipan 1 dan 2 terasi. Berdasarkan hasil penelitian pemijatan dengan metode *massage effluerage* mampu mengatasi nyeri pada saat *dismenore*.

Pada pemulihan dari kedua partisipan lebih cepat partisipan pertama karena partisipan pertama lebih cepat mengatasi keluhannya yaitu seperti tarik nafas dalam-dalam dan melakukan *massage effluerage* secara mandiri ketika merasakan nyeri. Diharapkan bidan memberikan penanganan secara non farmakolgi yaitu dengan tarik nafas dalam-dalam , menggunakan aroma terapi dan melakukan pemijatan dengan metode *massage effluerage*.

Kata Kunci : Nyeri Menstruasi, *Dismenore* Primer, *Massage Effluerage*

**THE MANAGEMENT OF PRIMARY DYSMENORRHEA IN ADOLESCENT WOMEN
AT BPM RIA YUKOTAN,S.ST BURNEH**

(Study at BPM Ria Yukotan,S.ST Burneh)

Aribah², Nailufar Firdaus,S.ST.,M.AP³

*email : aribah0605@gmail.com

ABSTRACT

Menstruation is a physiological change in a woman's body that occurs periodically and is influenced by reproductive hormones. Dysmenorrhea is one of the gynecological disorders that has been studied to cause anxiety and discomfort in adolescent girls. The prevalence of its occurrence in the world between 16-91% occurs in the reproductive age, namely the age of 20 years to 24 years.

In this study, the researcher used a qualitative approach with a case study approach. What was done at BPM Ria Yukotan, S.ST. The study used 2 participants who experienced primary dysmenorrhea. Collecting data using interview, observation, and documentation methods and testing the validity of the data using triangulation from patients, families, and midwives.

The results of the study showed that participant 1 experienced discomfort and lower abdominal pain and in participant 2 the pain radiated to the back so that it could interfere with daily activities, after being given implementation to both participants, the results of participants 1 and 2 were shrimp paste. Based on the research results, massage using the massage effleurage method can overcome pain during dysmenorrhea.

In the recovery of the two participants, the first participant was faster because the first participant was faster in overcoming his complaints, such as taking deep breaths and doing effleurage massage independently when he felt pain.

Midwives are expected to provide non-pharmacological treatment, namely by taking deep breaths, using aromatherapy, and doing massage using the effluerage massage method.

Keywords : Menstrual pain, Primary dysmenorrhea, Massage effluerage

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan keadaan dimana endometrium mengalami pelepasan yang pelepasan tersebut berupa serpihan juga perdarahan. Pada umumnya setiap perempuan akan mengalami yang namanya gangguan haid yang mengakibatkan timbul efek yang negatif pada kehidupan perempuan, di antaranya yaitu *dismenorea*. *Dismenorea* merupakan gangguan ginekologi yang menyebabkan kecemasan serta ketidaknyamanan pada remaja perempuan. Hal ini terjadi akibat adanya kontraksi pada lapisan endometrium yang memiliki gejala nyeri ringan sampai dengan nyeri berat pada abdomen bawah, punggung hingga medial paha. *Dismenorea* dapat disimpulkan nyeri yang berpusat pada abdomen bawah yang menyebar pada pinggang dan paha yang terasa selama menstruasi. *Dismenorea* primer disebabkan karena adanya kontraksi pada uterus yang dipicu F2a yang biasanya sebagai konsekuensi penghentian hormon estrogen dan hormon progesteron pada akhir ovulasi yang normal.

Nyeri menstruasi dirasakan dari beberapa jam sebelum atau beberapa jam sesudah menstruasi, nyeri pada perempuan *dismenorea* primer terasa pada hari ke dua sampai hari ke tiga. Kejadian *dismenorea* di dunia antara 16-19% pada perempuan usia reproduktif antara dua puluh hingga dua puluh empat tahun. Berdasarkan studi pendahuluan yang diambil pada Januari 2021 di Bidan Praktek Mandiri Ria Yukotan,S,ST Burneh terdapat tiga remaja perempuan yang mengalami *dismenorea* primer. Desember 2018 di SMP An-Nur Ungaran diperoleh 25 siswi remaja putri yang telah menstruasi, 6 siswi belum menstruasi. Dari data tersebut didapatkan hasil 13 siswi remaja putri

nyeri ringan dengan intensitas skala nyeri (1-3), 8 siswi nyeri sedang (4-6), 4 siswi tidak nyeri sama sekali (0), pengukuran nyeri menggunakan skala nyeri numerik 0-10.(Ria Resti Fauzi, 2019).

Nyeri dirasakan pada 24-36 jam pertama yang hal ini disebabkan karena meningkatnya produksi prostaglandin. *Dismenorea* belum mendapat penentuan derajat kesehatan namun perlu perhatian serta penatalaksanaan. Kerugian yang ditimbulkan karena *dismenorea* yaitu mengganggu aktivitas sampai menurunnya konsentrasi ketika proses belajar (Lestari, NMSD 2013).

Terdapat dua cara pengobatan *dismenorea* yaitu farmakologi dan non farmakologi. *Massage effleurage* salah satu cara non farmakologi untuk mengatasi nyeri pada saat menstruasi yang bertujuan meningkatkan sirkulasi darah, membuat abdomen terasa hangat dan dapat membuat rileks pada fisik serta mental. Metode ini aman dan sangat mudah dilakukan secara mandiri bahkan tidak memerlukan biaya dan juga tidak ada efek samping apapun (Pratiwi, 2019).

METODE PENELITIAN

Populasinya adalah remaja perempuan usia produktif yang mengalami *dismenorea* primer di Bidan Praktek Mandiri Ria Yukotan,S,ST Burneh.

Laporan tugas akhir ini menggunakan pendekatan kualitatif studi kasus pada remaja perempuan dengan penatalaksanaan *dismenorea* primer. Data yang diambil menyertakan berbagai informasi dari remaja perempuan, keluarga, serta tenaga kesehatan. (Moleong, 2004).

HASIL PENELITIAN

Pada pengkajian data subyektif keluhan utama pada partisipan satu mengalami perutnya terasa nyeri dan

rasa tidak nyaman sehingga malas untuk bergerak, nyeri dirasakan pada hari pertama hingga ke tiga menstruasi. Dan partisipan kedua mengatakan bahwa nyeri perut hingga menjalar ke punggung, nyeri dirasakan hari 1-3 menstruasi.

Perihal ini cocok dengan teori Manuaba, 2012 pasien yang mengalami *dismenorea* biasa mengeluh sakit pada abdomen bawah, punggung dan paha terasa pegal, mual muntah, pusing, diare pada saat menstruasi berlangsung.

Berdasarkan pengkajian umum pada kedua partisipan baik dan tanda tanda vital juga dalam batas normal, sedangkan pada pemeriksaan fisik kedua partisipan wajah sama-sama terlihat pucat dan meringis kesakitan.

Perihal ini sesuai dengan teori varney, 2010 pada inspeksi muka pada pasien yang keluhan *dismenore* akan terlihat pucat dan meringis menahan sakit.

Analisa yang didapat bersumber pada hasil pengkajian informasi subyektif serta obyektif pada kedua partisipan remaja dengan *dismenore* primer. Kedua partisipan mengalami nyeri perut bagian bawah yang hal ini fisiologis, dikatakan fisiologis karena tidak ditemukan kelainan pada alat reproduksi.

Hal ini sesuai dengan teori Nilda Syntia Dewi, 2012 *dismenorea* primer di mulai sejak menarche serta tidak ditemukannya kelainan dari alat kandungan atau organ lainnya.

Intervensi merupakan perencanaan bersama dengan pasien yang kemudian membuat kesepakatan bersama dengan pasien tersebut sebelum melaksanakannya. Mengajarkan pada pasien cara mengatasi nyeri pada saat menstruasi seperti pijat dengan teknik *massage effluerage*, mengambil posisi menungging, menggunakan aroma

terapi, tarik nafas dalam-dalam, minum obat analgesik jika diperlukan, dan anjurkan segera kontrol ulang jika ada keluhan lain.

KESIMPULAN DAN SARAN

Data dari pengkajian data subyektif maupun data obyektif dari kedua partisipan ditemukan beberapa hasil yang memiliki perbedaan. Misalnya pada keluhan utama ditemukan pada partisipan 1 mengalami nyeri perut pada saat menstruasi yang mengakibatkan ketidaknyamanan sehingga membuat remaja kurang istirahat dan nafsu makan menurun dan partisipan 2 mengalami nyeri perut yang menjalar ke punggung yang mengalami istirahatnya terganggu dan nafsu makan menurun.

Proses pemulihan pada kedua partisipan, partisipan pertama lebih cepat mengatasi keluhannya dari pada partisipan kedua. Dan terapi yang sering dilakukan oleh kedua partisipan yaitu tarik nafas dalam-dalam dan melakukan pemijatan secara lembut dengan teknik *massage effluerage* secara mandiri.

Saran Teoritis

Meningkatkan kemampuan untuk remaja perempuan sebagai lahan informasi dan pengetahuan sehingga dapat menimbulkan kesadaran pada remaja perempuan dengan *dismenorea* primer. Dan sebagai panduan untuk teman-teman mahasiswa kesehatan yang akan melakukan pengkajian terhadap pasien dengan *dismenore* primer di masa selanjutnya.

Saran Praktis

Memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja putri terkait pentingnya pemeriksaan alat reproduksi untuk memperoleh informasi dari tenaga kesehatan mengenai pentingnya menghindari kejadian *dismenore* dengan skala nyeri

berat. Memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja terkait pentingnya cara mengatasi nyeri pada saat menstruasi dengan cara : lakukan pemijatan *massage effleurage* pada bagian perut yang terasa kram, anjurkan pasien untuk mengambil posisi menungging, anjurkan pasien menggunakan aroma terapi, menganjurkan pasien untuk tarik nafas dalam-dalam, anjurkan untuk meminum obat analgesik, dan anjurkan untuk segera kontrol ulang apabila ada keluhan lain.

DAFTAR PUSTAKA

- Estiwidani, D. 2008. *Konsep Kebidanan*. Yogyakarta : Fitramaya.
- H, N., Amelia, C.R., & Ariani, D. 2018. Pengaruh Pemberian Masase Effleurage Menggunakan Minyak Aromaterapi Mawar terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea pada Remaja Putri di SMK Negeri 2 Malang Jurusan Keperawatan. *Journal of Issues in Midwifery*, 2(2).
- Lubis, P.Y. 2018. Fakto-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Siswi SMA Dharma Sakti Medan Politeknik kesehatan Kemenkes RI Medan Jurusan Kebidanan Medan Prodi D-IV Kebidanan..
- Manuaba. 2013. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan KB*. Jakarta: EGC.
- Marfuah. D., & Mayasari, R.. Hubungan Status Nutrisi Dengan Nyeri Menstruasi pada Remaja SMP Negeri 16 Bandung. *Journal Of Holistic Nursing*, 5(2).
- Rahayu, A. 2017. Kesehatan Reproduksi Remaja dan Lansia. *Journal Of Chemical Information and Modelin*, 53(9).
- Rahmawati. 2019. Hubungan Tingkat Aktivitas Fisik dengan Tingkat Dismenorea pada Mahasiswi di Asrama Putri Gondokusuman Yogyakarta.
- Setyaningsih. 2013. Efektivitas Pijat Effleurage Terhadap Penurunan Nyeri Haid pada Siswi SMK Negeri 1 Pedan.
- Smeltzer, S.C., & Bare, B.G.. 2012. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah: Brunner dan Suddarth*. Jakarta: EGC.
- Sukarni, I., & Wahyu, P. 2013. *Buku Ajar Keperawatan Maternitas Dilengkapi Contoh Askep*. Yogyakarta: Nuamedika.
- Syahda, S., & Elmayasari. 2020. Hubungan engetahuan dan Peran Orang Tua (Ibu) dengan Perilaku Personal Hygiene Saat Menstruasi di SMPN 2 Ukui Kabupaten pelalawan. *Journal Doppler Universitas ahlawan Tuanku Tambusi*, 4(1).
- Sintia, N. 2012. *Biologi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Tristiana, A. 2017. Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore Primer pada Santri di Pondok Pesantren X di Kabupaten Bogor.
- Varney & Helen. 2010. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4*. Jakarta: EGC.
- Widjanarko. 2006. Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer.
- Wiknjosastro, H. 2011. *Ilmu Bedah Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka.

Yahya, A. F. 2010. *Menaklukkan Pembunuh No. 1: Mencegah dan Mengatasi Penyakit Jantung Koroner Secara Tepat*. Bandung: PT Mizan Pustaka.

Zuraida & Aslim, M. 2020. Pengaruh Massage Effleurage Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Sma N 1 Sutera Kabupaten Pesisir Selatan. *Menara Ilmu*, 14(1).

