

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi merupakan kondisi kesejahteraan yang mencakup aspek fisik, mental dan sosial secara menyeluruh, bukan hanya terbebas dari penyakit atau kecacatan. Kondisi ini berkaitan dengan seluruh aspek sistem reproduksi, termasuk fungsi serta proses yang terjadi di dalamnya. Sementara itu, kesehatan reproduksi remaja mengacu pada keadaan sehat yang berhubungan dengan sistem, fungsi dan proses reproduksi pada masa remaja. Sehat dalam konteks ini tidak hanya berarti bebas dari gangguan kesehatan, tetapi juga mencerminkan kesejahteraan fisik, mental dan social budaya. Indikator utama dari berfungsinya sistem reproduksi perempuan dengan baik adalah Menstruasi. (Wardani & Pratiwi, 2022)

Menstruasi merupakan proses keluarnya darah dari rahim yang terjadi secara berkala akibat peluruhan lapisan endometrium. Proses ini umumnya berlangsung sekitar 14 hari setelah ovulasi apabila tidak terjadi pembuahan oleh sperma. Karena sel telur tidak dibuahi, lapisan endometrium yang sebelumnya telah menebal sebagai persiapan kehamilan akan mengalami peluruhan dan dikeluarkan melalui vagina. Pada perempuan yang tidak mengalami kehamilan, siklus menstruasi akan berulang setiap bulan. Secara umum, siklus menstruasi normal berlangsung selama 28-35 hari dengan lama perdarahan sekitar 3-7 hari.

Siklus menstruasi dinyatakan tidak normal apabila berlangsung kurang dari 21 hari atau lebih dari 40 hari. (Sinaga et al., 2022)

Menstruasi merupakan proses alami yang dialami oleh setiap perempuan dengan kondisi kesehatan yang normal. Namun, selama masa menstruasi dapat muncul beberapa perubahan atau keluhan yang terkadang menimbulkan kekhawatiran, baik bagi diri sendiri maupun keluarga. Meskipun tidak semua perempuan mengalami kondisi yang sama, berbagai gangguan atau perubahan yang terjadi saat menstruasi umumnya masih termasuk dalam batas normal. Beberapa contoh gangguan menstruasi diantaranya adalah *Amenorrhea*, *Pseudoamenorrhe*, *Menstruasi Praecox*, *Hypomenorrhea*, *Oligomenorrhea*, *Polymenorrhea* dan *Dysmenorhea*. (Villasari, 2021)

Dismenorea atau nyeri haid merupakan kondisi yang ditandai dengan rasa nyeri atau kram saat menstruasi. Dalam Bahasa Inggris, kondisi ini dikenal sebagai *painful period*. Nyeri umumnya dirasakan pada bagian bawah perut, tetapi dapat menjalar ke punggung bawah, pinggang, panggul, paha atas, hingga betis. Selain itu, *dismenorea* sering disertai dengan kram perut yang cukup hebat. Kondisi tersebut terjadi akibat kontraksi otot rahim yang sangat kuat ketika mengeluarkan darah menstruasi. Kontraksi yang berlebihan menyebabkan otot-otot menjadi tegang sehingga menimbulkan rasa kram dan nyeri. Ketegangan otot tidak hanya terjadi pada daerah perut, tetapi juga dapat dirasakan pada otot-otot penunjang di punggung bawah, pinggang, panggul, paha, hingga betis. (Villasari, 2021)

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2025 menunjukkan bahwa sekitar 80% remaja putri di dunia dilaporkan mengalami dismenore yang memengaruhi aktivitas harian mereka (World Health Organization, 2025). Dari 26,5 juta remaja putri di Indonesia (Badan Pusat Statistik, 2023), sekitar 84-90% atau sejumlah 22-24 juta sudah mengalami menstruasi dan 45% mengalami dismenore primer (Kementrian Kesehatan RI, 2024). Dari 1,2 juta remaja putri di Jawa Tengah (BPS Provinsi Jawa Tengah, 2023), sekitar 89,1% atau sejumlah 1,03 juta sudah mengalami menstruasi dan 87-92% mengalami dismenore (Kementrian Kesehatan RI, 2024).

Penanganan dismenore pada umumnya dilakukan dengan pemberian obat antiinflamasi nonsteroid (NSAID). Namun, penggunaan obat tersebut dalam jangka waktu yang lama dapat meningkatkan risiko terjadinya efek samping pada saluran pencernaan. Oleh sebab itu, terapi non-farmakologis menjadi pilihan yang lebih aman untuk membantu mengurangi nyeri, seperti relaksasi napas dalam, terapi music, hipnoterapi, mengkonsumsi minuman herbal, pijat dan kompres air hangat (Maharani et al., 2024). Keunggulan kompres hangat menggunakan *menstrual heating pad* terletak pada vasodilatasi yang meningkatkan sirkulasi darah dan oksigen ke jaringan rahim yang mengalami iskemia (penyebab nyeri), merelaksasi otot-otot perut, dan rangsangan panas dapat menghambat transmisi impuls nyeri menuju otak sehingga intensitas nyeri yang dirasakan menjadi berkurang lebih cepat dibandingkan terapi non farmakologi lainnya. (Rahayu, 2023)

Pemberian kompres hangat menggunakan *Menstrual Heating Pad* atau bantal penghangat dapat meningkatkan sirkulasi darah, meredakan kontraksi otot pada rahim, serta mengurangi intensitas nyeri yang dirasakan. Penerapan panas dari *Menstrual Heating Pad* ke area tubuh tertentu dapat membantu meningkatkan aliran darah yang kaya oksigen menuju arteri uterus sehingga sirkulasi darah menjadi lebih lancar. Paparan panas akan merangsang reseptor termal pada kulit yang kemudian mengirimkan impuls ke hipotalamus. Selanjutnya, hipotalamus mengaktifkan sistem saraf otonom yang memicu vasodilatasi perifer serta meningkatkan produksi keringat. Mekanisme tersebut diatur oleh pusat vasomotor di medula oblongata di bawah kendali hipotalamus anterior. Vasodilatasi pembuluh darah yang terjadi akan meningkatkan perfusi jaringan sehingga suplai oksigen dan nutrisi ke sel menjadi lebih optimal serta membantu pembuangan sisa metabolisme. Dengan demikian, terapi panas dapat mengurangi ketidaknyamanan saat menstruasi melalui peningkatan aliran darah ke jaringan endometrium, relaksasi otot rahim, dan penurunan intensitas nyeri yang dirasakan. (Amaliah, 2025)

Dismenore yang tidak mendapatkan penanganan yang tepat dapat mengganggu aktivitas sehari-hari serta meningkatkan risiko terjadinya komplikasi, seperti *retrograd menstruasi* (menstruasi semakin mundur), *infertilitas* (kemandulan) dan infeksi. Selain berdampak pada kondisi fisik, *Dismenorea* juga dapat memengaruhi kondisi psikologis, antara lain menimbulkan stress emosional, kecemasan, dan ketegangan. Gangguan emosional tersebut dapat memperburuk rasa tidak nyaman yang dialami serta

menyebabkan individu merasa tertekan. Apabila kondisi ini terus berlanjut tanpa penanganan, keluhan yang awalnya ringan dapat berkembang menjadi masalah yang lebih serius dan disertai berbagai dampak negatif. Oleh karena itu, *dismenorea* perlu ditangani secara tepat agar tidak menimbulkan berbagai komplikasi maupun gangguan terhadap kualitas hidup penderita. (Amaliah, 2025)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Mila Amaliah (2025) dengan judul “Pengaruh Pemberian Bantal Penghangat terhadap Tingkat Nyeri Dismenorea pada Remaja Putri” dapat menurunkan keluhan nyeri dismenore kategori sedang sebelum pemberian bantal penghangat yaitu (37,5%) dan setelah diberikan bantal penghangat menjadi (21,9%). Kesimpulannya, pemberian *Menstrual Heating Pad* dapat digunakan sebagai cara sederhana untuk mengurangi intensitas nyeri dismenore. (Amaliah, 2025)

Jika penelitian sebelumnya lebih banyak menggunakan buli – buli panas yang dimasukkan ke dalam botol, penelitian saya menggunakan *Menstrual Heating Pad* dengan sasaran remaja putri di wilayah Puskesmas Toroh 1. Keunggulan desain yang ergonomis dan kemudahan penggunaan pada *Menstrual Heating Pad* berpotensi meningkatkan tingkat kepatuhan remaja dalam melakukann terapi non farmakologis secara mandiri dibandingkan dengan metode kompres tradisional yang memerlukan persiapan lebih rumit. Evaluasi dilakukan selama 20-30 menit karena durasi tersebut adalah waktu yang optimal untuk menghasilkan *vasodilatasi* atau pelebaran pembuluh darah yang optimal didukung oleh hasil penelitian Clariza Nugraheni Dian Puspitasari

(2025) (Nugraheni et al., 2024). Kompres hangat yang dilakukan dengan frekuensi terlalu sering atau berkali-kali tanpa jeda yang cukup akan beresiko menyebabkan iritasi kulit atau luka bakar ringan, maka pemberian kompres hangat menggunakan *Menstrual Heating Pad* dengan frekuensi satu kali sehari dalam durasi yang cukup dapat memberikan sinyal hangat ke hipotalamus dan bekerja menutup gerbang bagi sinyal nyeri, sehingga sudah mampu memberikan rasa nyaman yang cukup lama bagi penderita dismenore primer sebagaimana ditunjukkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Hasna Nur Azizah (2025). (Ramandhani et al., 2025)

Merujuk pada studi pendahuluan yang dilakukan di Puskesmas Toroh 1 pada tanggal 01 Januari 2026 hingga tanggal 11 April 2026 didapatkan data sebanyak 2.214 remaja putri yang sudah mengalami menstruasi, 11 orang diantaranya datang ke Puskesmas Toroh 1 dengan keluhan gangguan menstruasi berupa dismenore. (Puskesmas Toroh 1, 2026)

Berdasarkan pada uraian diatas bahwa dismenore merupakan masalah kesehatan reproduksi yang umum namun memerlukan penanganan serius agar tidak menurunkan kualitas hidup remaja, peneliti bermaksud melaksanakan studi kasus yang berjudul “Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian Menstrual Heating Pad Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1”.

B. Rumusan Masalah

Mengacu pada uraian latar belakang yang telah dipaparkan, dapat disusun rumusan masalah pada Laporan Tugas Akhir ini adalah “Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui bagaimana Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1.

2. Tujuan Khusus

Menggambarkan Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1, diharapkan peneliti mampu :

- a. Mahasiswa melakukan pengkajian Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1.

- b. Mahasiswa menginterpretasikan data Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1.
- c. Mahasiswa menentukan diagnosa masalah potensial Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1.
- d. Mahasiswa melaksanakan antisipasi masalah pada Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1.
- e. Mahasiswa menentukan intervensi pada Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1.
- f. Mahasiswa melaksanakan implementasi pada Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1.

- g. Mahasiswa dapat melakukan evaluasi dan rencana tindakan pada Asuhan Kebidanan Kesehatan Reproduksi Pada Nn. S dengan Fokus Intervensi Pemberian *Menstrual Heating Pad* Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenore Di Wilayah Puskesmas Toroh 1.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Hasil LTA ini di harapkan mampu memperkaya kepustakaan sehingga dapat menjadi wacana ilmu pengetahuan bagi profesi kebidanan khususnya tentang pemberian menstrual heating pad untuk mengurangi intensitas nyeri dismenorea dan dapat dijadikan sumber rujukan untuk peneliti berikutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini mampu memberikan referensi bagi peneliti selanjutnya terkait pengaruh pemberian kompres hangat untuk mengurangi intensitas nyeri dismenorea.

b. Manfaat Bagi Tenaga Kesehatan

Manfaat penelitian untuk tenaga kesehatan khususnya bidan agar dapat ditingkatkan dalam pengetahuan tentang pengaruh pemberian kompres hangat untuk mengurangi intensitas nyeri dismenorea sehingga dapat mengurangi angka kesakitan pada remaja.

c. Manfaat Bagi Pasien dan Keluarga

Dapat meningkatkan pengetahuan tentang pemberian kompres hangat untuk mengurangi intensitas nyeri dismenorea serta dapat mengatasi dismenorea secara non farmakologi.

E. Sistematika Penulisan

Dalam penyusunan Laporan Tugas Akhir ini, peneliti menggunakan sistem penyusunan sebagai berikut:

BAB I : PENDAHULUAN

Menjelaskan tentang Latar Belakang, Rumusan Masalah,, Tujuan, Manfaat dan Sistematika Penulisan.

BAB II : TINJAUAN TEORI

Memaparkan tentang teori medis yang meliputi teori tentang : Pengertian, Etiologi, Klasifikasi, Patofisiologis, Tanda dan gejala, Komplikasi, Pencegahan dan Penatalaksanaan Dismenorea.

BAB III : TINJAUAN KASUS

Melibatkan kasus dan manajemen yang dilakukan oleh penulis untuk klien yang melibatkan tujuh tahapan *Varney*, yaitu. Pengkajian, interpretasi data, diagnosa potensial, antisipasi, intervensi, implementasi dan evaluasi.

BAB IV : PEMBAHASAN

Menguraikan tentang Asuhan Kebidanan berdasarkan manajemen kebidanan 7 langkah Varney yang meliputi : pengkajian, interpretasi data, diagnose potensial, antisipasi, intervensi, implementasi dan evaluasi. Pembahasan dilakukan dengan menganalisis kesesuaian teori yang ada dalam tinjauan pustaka terhadap hasil asuhan yang dilakukan di lapangan.

BAB V : PENUTUP

Meliputi kesimpulan dan saran.

DAFTAR PUSTAKA