

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menarche berasal dari bahasa Yunani yakni *men* (bulan) dan *arkhe* (permulaan) adalah siklus menstruasi pertama, atau permulaan perdarahan menstruasi pertama, pada manusia wanita. Menarche adalah saat haid/menstruasi yang datang pertama kali pada seorang wanita yang sedang menginjak dewasa (Prawirohardjo, S., 2008).

Menarche biasa terjadi dalam rentan usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja di tengah masa pubertas sebelum memasuki masa reproduksi. Hal tersebut merupakan tanda awal adanya perubahan seperti pertumbuhan payudara, pertumbuhan rambut daerah pubis dan aksila, serta lemak pada daerah pinggul. (Proverawati, A., & Misaroh, S., 2009).

Rata-rata wanita mengalami rasa tidak nyaman pada saat menstruasi, seperti keram dan biasanya juga dengan mual dan pusing, terkadang pingsan hal ini biasa disebut dengan Dismenore. Dismenore diklasifikasikan menjadi dua jenis, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Umumnya terjadi pada tahun-tahun pertama yaitu menarche/menstruasi pertama. (Anugroho, S., 2011).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 didapatkan kejadian dismenore sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore dengan 10-16% mengalami dismenore berat. Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar, rata-rata hampir lebih dari 50% wanita mengalaminya (World Health Organization (WHO), 2017).

Angka dismenore di Indonesia juga tidak kalah tinggi dibandingkan dengan negara di dunia lainnya. Menurut (Proverawati, A., & Misaroh, S., 2009) di Indonesia angka kejadian dismenore terdiri dari 72,89% dismenore primer dan 21,11% dismenore sekunder dan angka kejadian dismenore berkisar 45-95% di kalangan perempuan umur produktif.

Umur menarche merupakan penyebab timbulnya dismenore, diketahui bahwa kejadian dismenore sebanyak 88% terjadi pada wanita dengan umur

menarche < 12 tahun dibandingkan dengan > 12 tahun sebanyak 65,2% (Novia, 2020).

Hasil survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di Pondok Pesantren Al-Ibtikary Karang Kabupaten Trenggalek pada tanggal 17 Agustus 2023. Dari jumlah keseluruhan santri berumur 12-13 tahun berjumlah 50 orang yang dilakukan observasi, 35 santri mengalami nyeri *dismenore* dan 15 tidak mengalami nyeri *dismenore*. siswi menangani nyeri tersebut dengan beberapa cara diantaranya menggunakan obat anti nyeri sebanyak 15 orang, dengan minum jamu sebanyak 4 orang, dan 9 orang diantaranya dengan cara dikompres dan minum air hangat, sedangkan 7 orang lainnya mengurangi nyeri menstruasi dengan membiarkan nyeri tersebut hilang dengan sendirinya. Walaupun mereka mengabaikan nyeri tersebut, mereka menyatakan bahwa nyeri yang dialami ketika menstruasi dapat mengganggu aktivitas sehari – hari, bahkan 2 orang tidak masuk sekolah akibat nyeri *dismenore*.

Salah satu cara yang efektif untuk mencegah *dismenore* adalah dengan cara *Guided imagery*. *Guided imagery* adalah suatu teknik yang menggunakan imajinasi individu dengan imajinasi terarah untuk mengurangi stres (Kalsum, S., & Patricia., 2020). (Snyder, C. R., & Lindquist, R., 2002) mendefinisikan bimbingan imajinasi sebagai intervensi pikiran dan tubuh manusia menggunakan kekuatan imajinasi untuk mendapatkan affect fisik, emosional maupun spiritual. *Guided imagery* dikategorikan dalam terapi *mind-body medicine* oleh (Bedford, S., 2012) dengan mengombinasikan bimbingan imajinasi dengan meditasi pikiran sebagai cross-modal adaptation. Imajinasi merupakan representasi mental individu dalam tahap relaksasi. Imajinasi dapat dilakukan dengan berbagai indra antara lain visual, auditor, olfaktori maupun taktil.

Terapi *Guided imagery* dan *murottal* merupakan hal baru yang dicoba dalam menurunkan nyeri *dismenore* pada orang dewasa, dengan menggunakan musik *murottal* dengan melodi yang tenang dan lembut juga dapat dijadikan terapi untuk merilekskan pikiran sehingga dapat dijadikan terapi untuk mengurangi nyeri *dismenore*.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah yang di paparkan sebelumnya, maka rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada pengaruh terapi *guided imagery* dan *murottal* terhadap nyeri *menarche* pada semua santri berumur 12-13 tahun di Pondok Pesantren Al-Ibtikary Karanganyar Kabupaten Trenggalek?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh terapi *guided imagery* dan *murottal* terhadap nyeri *menarche*.

2. Tujuan Khusus

- a. Menganalisis tingkat nyeri sebelum dilakukan terapi *guided imagery* dan *murottal*.
- b. Menganalisis tingkat nyeri sesudah dilakukan terapi *guided imagery* dan *murottal*.
- c. Menganalisis perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah dilakukan terapi *guided imagery* dan *murottal*.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada mahasiswa, dosen, maupun pihak-pihak terkait, mengenai Pengaruh Terapi *Guided Imagery* dan *Murottal* Terhadap Nyeri *Menarche* Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Al-Ibtikary Karanganyar Kabupaten Trenggalek.

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat sebagai wacana pengembang ilmu keperawatan, mendapatkan pengetahuan berdasarkan kebenaran ilmiah, serta penelitian lebih lanjut tentang pengaruh terapi *guided imagery* dan *murottal* terhadap nyeri *menarche*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penelitian mengenai pengaruh terapi *guided imagery* dan *murottal* terhadap nyeri *menarche*.

b. Manfaat Bagi Keperawatan

Dapat menambah ilmu pengetahuan bagi petugas kesehatan dalam pengaruh terapi *guided imagery* dan *murottal* terhadap nyeri *menarche*.

c. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan dampak yang positif dalam mengembangkan konsep dan ilmu kesehatan mengenai pengaruh terapi *guided imagery* dan *murottal* terhadap nyeri *menarche*.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai Terapi *Guided Imagery* dan *Murottal* terhadap nyeri *Menarche* pernah dilakukan oleh peneliti sebelumnya, yaitu :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama Peneliti	Judul Skripsi	Persamaan	Perbedaan
Muhammad Febrian Al Amin (2020)	<i>Guide imagery and music (GIM) untuk menurunkan kecemasan kompetitif pada atlet sebelum bertanding.</i>	Variabel penelitian terapi <i>guided imagery and music (GIM)</i>	Variabel terikat, tempat penelitian, analisis data, jumlah populasi dan sasaran responden
Mega Shilviana Rismayani (2019)	Pengaruh Terapi Relaksasi Guided Imagery Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Putri Di Sman 1 Pabuaran Kabupaten Subang	Variabel penelitian terapi relaksasi <i>guided imagery</i>	Variabel terikat, tempat penelitian, analisis data, jumlah populasi dan sasaran responden

Arum Kusuma Wardhani (2018)	Hubungan Tingkat Pengetahuan Nyeri Haid Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi <i>Menarche</i> Pada Siswi Kelas IV dan V SDN 01 Purworejo Madiun	Variabel terikat tentang <i>Menarche</i> , analisis data Chi-Square	Variabel penelitian, tempat penelitian, jumlah populasi dan sasaran responden
Desi Sandra Fatmawati (2021)	Penurunan Skala Nyeri Pada Pasien Dismenore Menggunakan Terapi Murottal	Variabel Penelitian tentang Terapi Murottal	Variabel terikat, tempat penelitian, analisis data, jumlah populasi dan sasaran responden