

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Setiap orang pasti pernah mengalami nyeri itu merupakan alasan yang paling umum untuk mencari pertolongan kesehatan. Seseorang yang nyeri biasanya menderita dan segera mencari bentuk pertolongan. Perawat menggunakan bermacam-macam intervensi demi kenyamanan, akan tetapi perawat tidak bisa melihat dan merasakan nyeri kliennya karena nyeri bersifat subyektif (Potter dan Perry, 2005).

Menurut Maslow, kebutuhan rasa nyaman merupakan kebutuhan dasar setelah kebutuhan fisiologis yang harus terpenuhi. Seseorang yang mengalami nyeri akan berdampak pada aktivitasnya sehari-hari. Orang tersebut akan terganggu pemenuhan kebutuhan istirahat dan tidurnya, pemenuhan kebutuhan individual, juga berpengaruh pada aspek interaksi sosial yang dapat berupa menghindari percakapan, menarik diri dan menghindari kontak (Potter dan Perry, 2005).

Nyeri terjadi karena adanya rangsangan yang sampai ke otak melalui unsur penerima yang disebut reseptor. Rangsangan ini dapat berupa rangsangan kimiawi, mekanis atau kalor yang dapat menimbulkan kerusakan pada jaringan, sehingga terlepasnya zat yang disebut mediator nyeri. Mediator ini melanjutkan pesan isyarat nyeri sampai ke pusat nyeri dalam otak besar, dimana rangsangan ini dirasakan sebagai nyeri (Potter dan Perry, 2005).

Secara umum nyeri dapat dibedakan menjadi nyeri akut dan nyeri kronis menurut penyebab dan durasinya dan yang termasuk nyeri akut salah satunya adalah nyeri saat menstruasi atau biasa disebut dismenorhea (Carpenito, 2000). Nyeri saat menstruasi ditandai dengan penderitaan yang terjadi beberapa saat sebelum darah keluar dengan lancar. Hal ini mempengaruhi lebih dari 50% wanita pada saat tertentu dalam kehidupannya yang menyebabkan ketidakmampuan dalam beraktivitas (tidak produktif) selama 1 sampai 3 hari. remaja tidak sekolah karena dismenorhea sekitar 25% (Griffin, 1997 *cit* Kurniasih, 2004).

Nyeri saat menstruasi umumnya terjadi pada remaja putri usia 15 sampai 25 tahun. Rasa nyeri timbul tidak lama sebelum atau bersama-sama dengan permulaan menstruasi dan berlangsung untuk beberapa jam, walaupun untuk beberapa kasus dapat berlangsung beberapa hari. Namun, ada juga wanita yang mengalami nyeri mulai dari awal hingga hari terakhir menstruasi, yaitu sekitar 5 sampai 6 hari (Etisa, 2001). Hampir semua wanita mengalami rasa tidak enak di perut bawah sebelum dan selama menstruasi serta seringkali timbul rasa mual, sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidupnya sehari-hari untuk beberapa jam atau beberapa hari (Prawirohardjo, 2006).

Penyebab dari nyeri saat menstruasi diduga disebabkan karena faktor keturunan, psikis dan lingkungan. Namun penelitian sekarang menyebutkan bahwa nyeri saat menstruasi terjadi karena pengaruh zat kimia dalam tubuh yang beredar dalam darah yaitu prostaglandin. Prostaglandin ini berperan dalam

mengatur berbagai proses dalam tubuh termasuk aktivitas usus, perubahan diameter pembuluh darah dan kontraksi uterus. Bila dalam keadaan tertentu, dimana kadar prostaglandin berlebihan, maka kontraksi uterus akan bertambah. Hal ini menyebabkan terjadinya nyeri saat menstruasi (Etisa, 2001).

Mengurangi dampak negatif seperti berkurangnya produktifitas kerja dan konsentrasi saat mengalami nyeri menstruasi dapat dilakukan penatalaksanaan nyeri. Dalam penatalaksanaan nyeri digunakan manajemen secara farmakologi dan non farmakologi (Potter dan Perry, 2005). Terapi farmakologis yang sering dilakukan dengan memberikan obat-obatan non steroid anti prostaglandin seperti asam mefenamat, naproksen, dan ibuprofen yang berefek menurunkan konsentrasi prostaglandin di endometrium (Junizar, 2003). Sedangkan terapi non farmakologis antara lain *distraksi* (mendengarkan musik), stimulasi kulit (kompres hangat kering), *anticipatory guidance* (pemberi informasi), *biofeedback* (terapi tingkah laku) seperti kebiasaan olah raga, diet, relaksasi dan *guided imagery*, hipnotis, meditasi dan akupunktur (Wardaningsih, 2004).

Musik yang sejak awal sesuai dengan suasana hati individu, biasanya merupakan pilihan yang paling baik. Menikmati permainan instrument solo atau mendengarkan orkestra klasik. Musik klasik, pop dan moderen (musik tanpa vokal, periode tenang) digunakan dalam terapi musik. Musik menghasilkan perubahan status kesadaran melalui bunyi, kesunyian ruang dan waktu. Musik harus di dengarkan selama 15 menit supaya dapat memberikan efek terapeutik. Dikeadaan perawatan akut mendengarkan musik dapat memberikan hasil yang sangat efektif dalam upaya mengurangi nyeri (Potter & Perry, 2005).

Terapi musik adalah penggunaan musik sebagai peralatan terapi untuk memperbaiki, memelihara, mengembangkan mental, fisik dan kesehatan emosi. Musik dapat menjadi *audioanalgesik* (penenang) untuk menimbulkan pengaruh biomedis yang positif, digunakan untuk menurunkan gejala fisiologis dan kadar stres, mengalihkan perhatian dari rasa sakit, mengubah persepsi secara langsung dengan menurunkan tingkat persepsi terhadap rasa sakit (Djohan, 2005).

Distraksi dengan musik adalah salah satu cara untuk mengurangi nyeri dengan mengalihkan perhatian kepada musik sehingga kesadaran klien terhadap nyeri-nya berkurang. Pada teori *Gate Control*, sel-sel reseptor di *spina cord* yang menerima stimuli nyeri periferal dihambat oleh stimuli dari serabut saraf yang lain seperti saraf pendengaran pada saat mendengarkan musik lembut seperti musik Mozart dan musik Kenny G. Pesan-pesan nyeri yang menjalar menjadi lebih lambat dari pesan-pesan diversional maka pintu *spina cord* yang mengontrol jumlah input ke otak menutup dan pasien merasa nyeri menstruasinya berkurang. *Spina cord* yang telah diaktifkan oleh sinyal pada diversional menjadi sulit menerima sinyal pesan nyeri dan mahasiswa merasakan nyeri menstruasinya berkurang. Mendengarkan musik merupakan metode untuk menghilangkan nyeri dengan mengalihkan perhatian pada musik yang menyebabkan klien akan melupakan pikiran nyerinya (Potter dan Perry, 2005).

Penulis tertarik untuk meneliti pengaruh tehnik distraksi (mendengarkan musik Mozart dan Kenny G) terhadap penurunan nyeri saat menstruasi hari ke-1 pada mahasiswa keperawatan UMY. Peneliti menggunakan kedua musik tersebut (musik Mozart dan Kenny G) karena ingin membandingkan keefektifan kedua

musik sebagai alat terapi. Musik klasik Mozart dan Kenny G mempunyai nada yang lembut, nada-nada yang memberikan stimulasi gelombang alfa, gelombang yang memberikan ketenangan, kenyamanan dan ketentrangan dapat memberi energi untuk menutupi, mengalihkan perhatian atau melepaskan ketegangan maupun rasa sakit dan dapat mengubah kesadaran dari beta menuju kisaran alpha (Chambell, 2002).

Sasaran dari terapi ini adalah mahasiswa putri Keperawatan UMY, karena pada survey awal didapatkan dari 100 mahasiswa yang disurvei 85 orang diantaranya mengalami nyeri menstruasi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah dapat dirumuskan: “Adakah pengaruh tehnik distraksi (mendengarkan musik Mozart dan Kenny G) terhadap penurunan nyeri saat menstruasi hari-1 pada mahasiswa PSIK UMY?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui dan mengkaji pengaruh tehnik distraksi (mendengarkan musik) terhadap penurunan nyeri saat menstruasi hari pertama pada mahasiswa PSIK UMY.

2. Tujuan khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat nyeri saat menstruasi kelompok kontrol pada observasi pertama.
- b. Untuk mengetahui tingkat nyeri saat menstruasi kelompok kontrol pada observasi kedua.
- c. Untuk mengetahui tingkat nyeri saat menstruasi pada kelompok eksperimen satu (pemberian musik Mozart) sebelum intervensi (pada observasi pertama).
- d. Untuk mengetahui tingkat nyeri saat menstruasi kelompok eksperimen satu sesudah intervensi (pada observasi kedua).
- e. Untuk mengetahui tingkat nyeri saat menstruasi pada kelompok eksperimen dua (pemberian musik Kenny G) sebelum intervensi (pada observasi pertama).
- f. Untuk mengetahui tingkat nyeri saat menstruasi pada kelompok eksperimen dua sesudah intervensi (pada observasi kedua)
- g. Untuk mengetahui perbedaan efek terapi musik terhadap penurunan tingkat nyeri saat menstruasi pada kelompok kontrol dengan kelompok

eksperimen baik kelompok eksperimen satu maupun kelompok eksperimen dua sebelum dan sesudah intervensi.

D. Manfaat Penelitian

1. Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan masukan dalam mengembangkan atau memodifikasi intervensi keperawatan dengan upaya penanggulangan nyeri pada klien saat menstruasi.

2. Bagi Institusi

a. Bagi Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dibidang penelitian atau riset.

b. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai bahan masukan tentang salah satu cara untuk menanggulangi nyeri saat menstruasi.

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai rujukan untuk melakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor yang mempengaruhi nyeri.

E. Keaslian Penelitian

Sebatas pengetahuan peneliti, belum ada yang meneliti tentang pengaruh tehnik distraksi (mendengarkan musik Mozart dan Kenny G) terhadap penurunan nyeri saat menstruasi. Akan tetapi, ada beberapa penelitian lain yang memiliki kesamaan variabel antara lain:

1. Ami Kurniasih, 2004

Judul penelitian "Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Kering Terhadap Tingkat Nyeri Pada Saat Menstruasi Di Panti Asuhan Putri Aisyiah Yogyakarta". Jenis penelitian true experiment dengan perancangan pretest–posttest with control group, dengan jumlah responden 30 orang (15 sebagai kelompok kontrol, 15 lagi sebagai kelompok eksperimen). Hasil penelitian ada pengaruh pemberian kompres hangat kering terhadap tingkat nyeri saat menstruasi.

2. Dwi Agustiana Sari, 2007

Judul penelitian "Pengaruh Pemberian Terapi Musik Mozart Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswa Keperawatan UMY". Jenis penelitian true experimen dengan perancangan pretest–posttest with control group, dengan jumlah responden 35 orang (17 sebagai kelompok kontrol, 18 lagi sebagai kelompok eksperimen). Hasil penelitian ada pengaruh pemberian terapi musik Mozart terhadap penurunan tingkat nyeri saat menstruasi.

3. Glita Windiasih, 2007

Judul penelitian ” Pengaruh Terapi Musik Klasik Terhadap Tingkat Nyeri Persalinan Pada Ibu Bersalin Kala 1 Di Yayasan RS Arvita Bunda Sleman Yogyakarta”. Jenis penelitian quasi experiment dengan perancangan pretest-posttest with control group, dengan jumlah responden 30 orang (15 sebagai kelompok kontrol, 15 lagi sebagai kelompok eksperimen). Hasil penelitian ada pengaruh terapi musik klasik terhadap tingkat nyeri persalinan pada ibu bersalin kala 1.

4. Oky Lestia Utari, 2007

Judul penelitian ”Penerapan Tehnik Distraksi (Mendengarkan Musik) Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Pada Pasien Post Op Seksio Sesarea Hari Ke-2 Di Ruang Melati RSUD Mataram ”. Jenis penelitian studi kasus, hasil penelitian terjadinya penurunan rasa nyeri pada pasien post op seksio sesaria dengan menerapkan tehnik distraksi (mendengarkan musik).