

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja atau *adolescence* merupakan periode waktu individu beralih dari fase anak ke fase dewasa. Masa ini ditandai dengan adanya perubahan fisik dan perkembangan psikososial ego. Pada periode ini terjadi peristiwa yang sangat penting bagi remaja dan perlu perhatian yaitu peristiwa pubertas (Bobak, 2005).

Peristiwa pubertas menurut Norwitz & Schorge (2008) merupakan serangkaian peristiwa yang mengarah ke pematangan seksual dengan terjadinya percepatan pertumbuhan, pematangan tulang rangka, perkembangan karakteristik seksual, dan pencapaian fertilitas. Salah satu proses pematangan seksual yang terjadi pada remaja perempuan dalam masa pubertas ini adalah terjadinya menstruasi pertama (*menarche*).

Menstruasi pertama menjadi peristiwa yang paling penting dalam kehidupan seorang gadis remaja dalam keseluruhan periode remajanya. Hal ini juga merupakan tonggak penting pubertas bagi kebanyakan wanita. Meskipun menstruasi pertama hanyalah salah satu bagian dari proses pematangan, namun dalam sudut pandang budaya, hal ini sering didefinisikan sebagai indikator kematangan dan juga kesiapan gadis remaja untuk menikah dan aktivitas seksual (Nagar, 2010).

Menstruasi menurut *The American College of Obstetricians dan Gynecologists* (2012) merupakan peluruhan darah bulanan dan jaringan dari rahim

yang terjadi tanpa adanya kehamilan. Salah satu tanda-tanda biologis fase siklus menstruasi secara subjektif adalah adanya ketidaknyamanan fisik seperti *dismenore* (nyeri haid) (Bobak, 2005; McKesson, 2003).

Prevalensi dismenore di kalangan wanita cukup besar. Thomas dan Magos (2009) mengemukakan bahwa 45% - 72% dari semua wanita dan 43% - 93% dari remaja perempuan mengalami kondisi ini. Angka kejadian dismenore di negara Indonesia sendiri menurut Mulastin (2010) adalah sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder.

Dismenore tidak hanya memunculkan keluhan rasa sakit atau rasa tidak nyaman pada perut bagian bawah saja. Hal lainnya seperti rasa nyeri di bagian bawah punggung, nyeri di bagian dalam atau depan paha, sakit kepala, dan mual juga seringkali dikeluhkan. Bahkan sekitar 10-15% dari wanita dengan dismenore memiliki gejala yang cukup parah. Sehingga hal ini akan berdampak menjadi terhambatnya seseorang dalam melakukan aktifitasnya (McKesson, 2003).

Fakta ini didukung juga oleh Pangulu (2011) dalam penelitiannya mengenai gambaran menstruasi dan prevalensi dismenorea, bahwa terdapat banyak keluhan yang mengikuti dismenorea itu sendiri. Keluhan yang terdata dalam penelitian tersebut tidak terikat hanya satu keluhan untuk satu responden. Data yang diperoleh dari 82 responden yaitu terdapat keluhan perubahan suasana hati (73,17%), kram perut (64,3%), mudah lelah (41,46%), nyeri punggung (31,71%), nyeri kepala (30,48%), mual (12,19%), diare (4,88%), pingsan (3,66%), dan juga muntah (1,22%).

Pangulu (2011) dalam penelitiannya tersebut juga mendapatkan data bahwa dari segi absensi perkuliahan saat mengalami dismenore terdapat 9,8% mahasiswa tidak dapat mengikuti kegiatan perkuliahan, dan 1,2% diantaranya membutuhkan istirahat sehari penuh. Penelitian lain yang dilakukan oleh Widiyanti (2013) tentang pengaruh nyeri haid terhadap aktifitas sehari-hari juga menggambarkan hal senada. Dari 49 responden terdata sebanyak 11 orang (22,4%) mengalami gangguan aktifitas sehari-hari dan 38 orang (77,6%) lainnya tetap bisa beraktifitas. Begsjö dan Andersch (dikutip dari Wildemeersch, 2001) juga mengemukakan bahwa 10-20% wanita dan remaja dengan dismenore terdata tidak masuk kerja selama 1 atau 2 hari, masing-masingnya. Dari beberapa data diatas maka dapat disimpulkan bahwa dismenore dapat mengganggu aktifitas.

Penatalaksanaan dismenore dapat dilakukan dengan dua pendekatan, yaitu farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis dapat dilakukan dengan pemakaian obat-obatan, seperti: *Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs* (NSAIDs), *cyclooxygenase II inhibitors*, kontrasepsi oral, gliseril trinitrat, magnesium, kalsium antagonis, vitamin B, dan vitamin E. Sedangkan pendekatan non farmakologi dapat dilakukan dengan cara *Transcutaneous Electrical Nerve Stimulation*, obat herbal, distraksi, akupuntur dan akupresur, latihan, terapi panas topikal, dan musik (Antao, 2005; Harel, 2006; Campbell, 1999).

Berdasarkan teori keseimbangan analgesia pemberian obat penurun nyeri akan meningkatkan ambang nyeri sesudah mengkonsumsi, terutama untuk jangka panjang tidak dianjurkan mengingat efek samping yang dapat merugikan

(Siswanto, 2011; Sodikin, 2012). Oleh karena itu metode non farmakologi menjadi alternatif yang lebih aman (Kaheel, 2013).

Keperawatan holistik selalu berkorelasi dengan agama atau sistem keyakinan. Islam sebagai pandangan holistik, menyediakan ajaran spiritual yang dapat diterapkan dalam praktik keperawatan. Spritualitas ini akan mempengaruhi kebiasaan hidup seseorang, baik perihal makan, berobat, keluarga berencana, dan lain- lain. Dukungan spiritual juga dapat menahan atau meminimalkan distress fisik luar biasa sehingga dapat menyakinkan keberhasilan dalam pengobatan (Mardiyono, 2011, Rahmat,T.T).

Data hasil terakhir BPS pada 2010 menunjukkan persentase agama Islam di Indonesia sebanyak 87,18%. Sumatera Barat merupakan penganut Islam terbanyak ke-3 setelah Aceh dan Gorontalo. Hal ini menyatakan bahwa Sumatera Barat merupakan salah satu profinsi dengan keyakinan spiritual Islam yang tinggi (Ariyanta, 2013).

Salah satu bentuk dari metode non farmakologi dengan pemenuhan spritual individu adalah dengan terapi bacaan Al-Quran. Terdapat banyak alasan yang menjadikan bacaan Al-Quran berbeda dengan terapi suara lainnya dalam hal pengaruh pada kesehatan. Al-Kaheel (2013) mengemukakan beberapa keunggulan yang dimiliki oleh Al-Quran, yaitu: 1) keharmonisan yang sempurna dalam di kata-kata dan huruf-huruf Al-Quran; 2) irama yang berimbang pada susunan dan kata-kata Al-Quran yang sesuai dengan irama otak; 3) makna-makna yang melimpah yang terkandung oleh setiap ayat; dan 4) pengalaman praktis (Al-Kaheel, 2013)

Keunggulan Al-Quran ini telah dibuktikan oleh Dr. Ahmed El-Kadi pada penelitiannya di Amerika Serikat yang diumumkan oleh *Islamic Organization for Medical Sciences*. Penelitian ini dilakukan pada tiga kelompok orang Amerika yang tidak berbicara dengan bahasa Arab atau pun mengerti bahasa tersebut. Ketiga kelompok ini masing-masingnya dihubungkan dengan instrumen yang akan mengukur fungsi biomedis mereka, seperti: tekanan darah, denyut jantung, EEG, myography, dan uji keringat. Ia membacakan beberapa ayat Al-Quran untuk kelompok pertama dan kalimat biasa sehari-hari bahasa Arab untuk kelompok kedua. Sedangkan kelompok ketiga yang merupakan kelompok kontrol berada dalam kondisi beristirahat, dalam keadaan relaksasi. Hasilnya ia menemukan bahwa terdapat perubahan fisiologis untuk kelompok pertama yang mendengarkan bacaan Al-Quran dan telah lebih meningkat secara signifikan jika dibandingkan dengan dua kelompok lainnya (Al-Ghazal, 2004).

Penelitian yang dilakukan Sodikin (2012) tentang pengaruh terapi bacaan Al-Quran terhadap respon nyeri post operasi hernia juga membuktikan keunggulan dari bacaan Al-Quran. Menurutnya manajemen nyeri dengan terapi analgetik tetap menimbulkan nyeri kembali 6 jam paska analgetik. Hasil penelitian menunjukkan terdapat perbedaan skala nyeri ($p=0,008$; $\alpha=0,05$) dan denyut nadi ($p=0,001$; $\alpha=0,05$) sebelum dan sesudah TBA. Sementara pada kelompok tidak TBA didapatkan hasil tidak ada perbedaan skala nyeri dan denyut nadi sebelum dan sesudah terapi. Terdapat perbedaan skala nyeri setelah TBA pada kedua kelompok ($p=0,005$; $\alpha=0,05$).

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Adelina (2011) tentang efektifitas mendengarkan bacaan Al-Quran dan teknik relaksasi nafas dalam terhadap penurunan skala nyeri pada pasien pasca bedah fraktur ekstremitas bawah. Hasil penelitian menunjukkan bahwa perbedaan nilai *mean* antara pengukuran sebelum dan sesudah terapi adalah 2,800 dengan standar deviasi 1,521 dan $p=0,000$.

Penelitian lainnya dilakukan oleh Safitri dan Sumaryani (2013) tentang pengaruh terapi relaksasi nafas dalam kombinasi murotal mendengarkan ayat Al-Quran (Ar-Rahman) terhadap tingkat nyeri pada pasien post section caesar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat pengaruh yang signifikan dari terapi terhadap tingkat nyeri, dengan nilai $p=0,000 < 0,05$. Perbandingan kelompok kontrol dan eksperimen pada postes adalah $p=0,048 < 0,05$, artinya ada perbedaan yang signifikan antara keduanya.

Penelitian terkait lainnya juga dilakukan oleh Putri (2011) tentang pengaruh teknik relaksasi nafas dalam dan mendengarkan ayat Al-Quran terhadap tingkat nyeri saat menstruasi. Hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa teknik tersebut berpengaruh terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi dengan nilai $P=0,000 (P < 0,05)$.

Perbandingan terapi bacaan Al-Quran dengan intervensi lain telah diteliti oleh Hasanah (2012). Penelitian ini bertujuan melihat perbedaan terapi distraksi pendengaran metode bacaan Al-Quran dengan terapi musik klasik. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi distraksi pendengaran metode bacaan Al-Quran lebih efektif menurunkan kecemasan dibandingkan dengan musik klasik. Keunggulan ini menjadikan semua ayat Al-Quran dapat digunakan sebagai terapi.

Penelitian senada juga dilakukan oleh Faradasi (2009) tentang efektivitas terapi mural dan terapi musik klasik terhadap penurunan tingkat kecemasan pasien pra operasi. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terapi pembacaan Al-Qur'an lebih efektif untuk menurunkan tingkat kecemasan pada pasien pre-operasi jika dibandingkan dengan terapi musik, dengan nilai t hitung sebesar 2,946 ($p = 0,000 < 0,05$).

Tingkat keyakinan seseorang pada ayat-ayat Al-Qur'an memberikan sumbangan yang besar terhadap kebermaknaan hidupnya dalam upaya mencapai kesembuhan. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nuzulatin (2010) tentang pengaruh keyakinan pada ayat-ayat Al-Quran terhadap kebermaknaan hidup pasien dimana terdapat pengaruh yang signifikan antara keyakinan seseorang pada ayat-ayat Al-Quran terhadap kebermaknaan hidup.

Peneliti dalam penelitian ini memilih mahasiswi A 2013 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang sebagai responden, karena: 1) usia rata-rata mahasiswi A 2013 umumnya berada pada rentang usia remaja, sekaligus rentang usia dimana dismenore biasanya umum terjadi (Thomas dan Magos, 2009); 2) Mahasiswi A 2013 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas yang merupakan calon perawat masa depan nantinya akan dapat mengaplikasikan terapi distraksi pendengaran bacaan Al-Quran sebagai salah satu intervensi asuhan keperawatan untuk masalah dismenore baik untuk diri sendiri, keluarga, pasien maupun komunitas masyarakat.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan selama bulan Januari 2014 terhadap 14 orang mahasiswi A 2013 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas,

didapatkan data 8 orang (57,14%) menyatakan selalu mengalami dismenore, 3 orang (21,43%) menyatakan mengalami dismenore namun tidak di setiap siklus haid, dan 3 orang (21,43%) menyatakan tidak mengalami dismenore. Diantara mahasiswi yang mengalami dismenore, 4 orang (50%) menyatakan masih bisa berkonsentrasi dalam belajar, 3 orang (37,5%) menyatakan tidak bisa berkonsentrasi untuk belajar, mengalami pusing, dan berkeringat dingin, dan 1 orang (12,5%) menyatakan pernah mengalami muntah saat menstruasi. Penatalaksanaan dismenore ini, didapatkan data bahwa sebanyak 25% mengkonsumsi obat pereda nyeri haid, 25% menggunakan minyak angin, 25% meminum air putih hangat, dan sebanyak 50% mengatasinya dengan tidur. Dalam hal ini satu individu tidak terikat dengan satu cara saja, bisa dua atau lebih.

Dari fenomena di atas peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian guna mengetahui pengaruh terapi distraksi pendengaran metode bacaan Al-Quran terhadap intensitas nyeri haid pada mahasiswi A 2013 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang tahun 2014.

B. Penetapan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti merumuskan masalah penelitian “apakah terdapat pengaruh terapi bacaan Al-Quran melalui media audio terhadap skala dismenore pada mahasiswi program A 2013 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang tahun 2014”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh terapi bacaan Al-Quran melalui media audio terhadap skala dismenore pada mahasiswi program A 2013 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang tahun 2014.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui skala dismenore sebelum diberi terapi bacaan Al-Quran melalui media audio pada mahasiswi program A 2013 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang tahun 2014
- b. Mengetahui skala dismenore setelah diberi terapi bacaan Al-Quran melalui media audio pada mahasiswi program A 2013 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang tahun 2014
- c. Mengetahui pengaruh terapi bacaan Al-Quran melalui media audio terhadap skala dismenore pada mahasiswi program A 2013 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas Padang tahun 2014

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Ilmu Keperawatan

Adapun manfaat dari penelitian ini bagi pendidikan adalah:

- a. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan terhadap pembelajaran dalam pendidikan, khususnya pada mata ajar maternitas

- b. Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkuat teori keperawatan bahwa terapi bacaan Al-Quran merupakan salah satu metode dalam mengurangi nyeri khususnya pada dismenore

2. Bagi Fasilitas Kesehatan / Pelayanan Keperawatan

Memberikan sumbangan ilmiah dan bahan literatur bagi institusi rumah sakit serta sebagai bahan masukan dan pertimbangan bagi tenaga kesehatan terutama perawat dalam melakukan asuhan keperawatan atau intervensi kepada wanita dengan dismenore baik di rumah sakit maupun di komunitas, serta bahan masukan dan pertimbangan dalam mengadakan penyuluhan kepada remaja baik di sekolah ataupun di instansi-instansi sejenisnya.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai data dasar ataupun sebagai pembanding bagi peneliti selanjutnya dalam mengadakan penelitian yang berkaitan dismenore dan terapi bacaan Al-Quran melalui media audio .