

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Periode remaja merupakan perubahan dari periode anak-anak ke periode dewasa yang ditandai oleh perubahan fisik, emosi, dan mental. Periode remaja ialah salah satu tahap perkembangan yang sangat cepat. *World Health Organization* (WHO) mengemukakan remaja yakni masyarakat dalam rentang usia 10- 19 tahun. Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 mengemukakan remaja ialah masyarakat dalam rentang usia 10-18 tahun. Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) juga menyampaikan rentang umur remaja ialah 10-24 tahun serta belum sempat menikah. Peristiwa penting yang dialami pada remaja khususnya remaja putri yaitu pertama kali datangnya menstruasi (menarche). Umumnya remaja mengalami haid pertama pada rentan usia 10-16 tahun (Llewellyn, 2011).

Masa remaja diklasifikasikan menjadi dua yaitu masa remaja dini serta masa remaja akhir. Anak dengan umur 12-16 tahun dikatakan remaja dini serta anak dengan umur 17- 25 tahun dikatakan masa remaja akhir (Depkes RI, 2009).

Pada masa ini proses kematangan remaja terjadi sangat pesat baik secara fisik, kognitif, sosial serta emosional. Kematangan fisik ialah salah satu perubahan yang berlangsung pada masa remaja. Kematangan organ reproduksi ialah salah satu dari sebagian kematangan fisik yang berlangsung

pada masa remaja. Pada perempuan, kematangan organ reproduksi ini ditandai dengan munculnya haid. Perubahan fisiologis yang dijumpai saat menstruasi terjadi pada sistem reproduksi. Perubahan pada sistem reproduksi dapat menimbulkan terjadinya nyeri haid (*dismenorrhea*) (Hockenberry& Wilson, 2013).

Dismenorrhea umumnya terjadi di hari pertama atau kedua menstruasi. *Dismenorrhea* terjadi akibat tingginya produksi prostaglandin yang dapat memicu terjadinya kontraksi uterus. Ketika uterus berkontraksi secara terus-menerus aliran darah ke uterus akan menyusut hingga uterus menjadi iskemia. Saat uterus terjadi iskemia, metabolisme yang ada di dalam tubuh menjadi tidak lancar sehingga memicu saraf nyeri kemudian memberikan kontribusi dalam terjadinya *dismenore* (Rasjidi, 2008).

Dismenore merupakan masalah yang mengganggu kenyamanan perempuan disaat haid (Sukarni & Margareth, 2013). Nyeri haid dapat meluas ke daerah punggung ataupun pangkal kaki. *Dismenore* dapat juga disebabkan dari adanya penyakit ginekologis seperti endometriosis, radang panggul, dan lain- lain (Sari, 2012). *Dismenore* yang dirasakan akan merangsang terbentuknya tekanan pikiran serta pergantian mood pada perempuan sehingga bisa mengusik kegiatan sehari-hari (Welch, 2011).

Kejadian nyeri haid di dunia sangat tinggi. Adapun rata-rata wanita yang mengalami nyeri haid di setiap negara mencapai lebih dari 50%. *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 didapatkan 1.769. 425 jiwa, (90%) perempuan di dunia diantaranya mengalami *Dismenorrhea* berat. Sementara

itu Angka peristiwa *Dismenorhea* di Indonesia sendiri mencapai 60- 70%, dimana angka peristiwa *dimenore* jenis primer di Indonesia yakni 54, 89%, sisanya 45, 11% merupakan jenis sekunder(Oktorika dkk., 2020).

Hasil penelitian mahasiswi Mandala Surabaya pada tahun 2017, ada 264 (84, 35%) dari 313 mahasiswi yang mengalami *dismenorhea* (Inggriani, 2017). Penelitian yang sama di Universitas Dian Nuswantoro pada tahun 2015 didapatkan 75% responden mengalami *dismenorhea* primer (tanpa ada kelainan anatomis gynokologi) sementara itu 25% yang lain tidak mengalami *dismenore* primer (Setiani, 2015).

Dismenorhea mempunyai dampak yang besar untuk remaja perempuan karena menimbulkan terganggunya kegiatan sehari- hari. Remaja perempuan yang sedang mengikuti aktivitas pembelajaran dapat mengalami *dismenorhea*. *Dismenorhea* berdampak pada kegiatan pendidikan remaja seperti; konsentrasi jadi menurun, tidak antusias belajar, bahkan sampai ada yang tidak masuk sekolah akibat nyeri saat haid berlangsung.

Penelitian yang dilakukan Saguni (2013) menyampaikan bahwa hambatan dalam kegiatan belajar disebabkan karna nyeri haid yang dialami oleh siswi sepanjang dalam proses pendidikan. Ketidaknyamanan yang dialami kala nyeri haid mengakibatkan siswi tidak mudah untuk berkonsentrasi. Siswi yang mengalami nyeri haid (*disemenore*) saat jam pelajaran berlangsung ada yang sampai memohon izin istirahat di ruang UKS, bahkan ada juga siswi yang memohon izin untuk pulang ke rumah.

Penelitian lain oleh Handayani (2011) menyatakan bahwa salah satu pemicu utama absen sekolah pada remaja perempuan yaitu *dismenorrhea*. Hal tersebut dihubungkan pada pengaruh negatif terhadap kegiatan sosial pada mayoritas remaja perempuan. Remaja perempuan yang mengalami *dismenore* dikala haid memiliki lebih banyak libur sekolah ataupun absen serta prestasinya kurang begitu baik di sekolah dibanding mereka yang tidak mengalami *dismenore*.

Penelitian terkait *dismenore* mempengaruhi kegiatan remaja dilakukan juga oleh Kurniawati dan Kusumawati di Sekolah Menengah Kejuruan (SMK) Batik Surakarta tahun 2011 menerangkan bahwa siswi yang mempunyai skor *dismenorrhea* 6 (ringan) mengalami penurunan kegiatan sebesar 79, 4%. Siswi yang memiliki skor *dismenore* 8 (berat) mengalami penurunan kegiatan sebesar 96, 2%. Hasil tersebut menunjukkan bahwa *dismenore* berpengaruh terhadap kegiatan remaja.

Penatalaksanaan *dismenore* bervariasi diantaranya yaitu: penatalaksanaan farmakologis dan non farmakologis (Hyde, 2007). Inhibitor Prostaglandin Sintetase semacam naproksen (Naprosyn), ibuprofen (Motrin), ataupun asam mefenamat (Ponstel) ialah pengobatan farmakologi yang efisien guna mengatasi *dismenore* primer (Sinclair, 2010).

Penatalaksanaan non- farmakologis *dismenore* meliputi manual terapi semacam Kompres air hangat, Senam *Dismenorrhea*, akupunktur serta akupresure (Potter& Perry, 2011).

Akupresur ialah salah satu pengobatan non- farmakologi yang bisa mengurangi skala nyeri (Waluyo, 2009). Akupresur yaitu seni pengobatan kuno memakai jari guna memencet titik- titik tertentu pada badan secara bertahap yang memicu keahlian badan untuk pengobatan diri secara natural. Pada saat titik- titik akupresur distimulasi ataupun diberikan tekanan, badan akan berelaksasi, peredaran darah menjadi meningkat, kekuatan hidup dan stamina badan akan bertambah untuk menunjang penyembuhan (Wong, 2011).

Akupresur dapat dilakukan dengan penekanan pada satu titik (tunggal) atau kombinasi yang dipastikan mampu digunakan untuk menangani *dismenore*. Akupresur diberikan untuk melancarkan penyebaran darah. Dengan akupresur mampu membuka penyumbatan- penyumbatan ataupun penyempitan pada pembuluh darah vena, memicu simpul- simpul syaraf dan pusat syaraf serta mempengaruhi fungsi- fungsi kelenjar(Ahli Wong 2010).

Penelitian yang dilakukan oleh Vira Astira (2021) terhadap 40 orang responden dengan hasil intensitas nyeri haid sebelum diberikan akupresure diperoleh rata-rata 5.10 dengan klasifikasi nyeri paling ringan pada skala 2 (nyeri ringan) dan nyeri paling berat di skala 9 (nyeri berat). Setelah diberikan intervensi terapi akupresure intensitas nyeri haid diperoleh rata-rata 1.55 dengan klasifikasi nyeri paling ringan pada skala 0 (tidak ada nyeri) dan nyeri paling berat pada skala 4 (nyeri sedang) yang menunjukkan bahwa ada pengaruh akupresure terhadap penurunan intensitas nyeri haid pada remaja putri.

Studi pedahuluan yang dilaksanakan di SMKN 1 BULIK TIMUR pada tanggal 5 September 2021 terhadap dua puluh siswi remaja perempuan, didapatkan empat belas dari dua puluh siswi yang telah dilakukan penapisan menyatakan bahwa “ya” mengalami nyeri saat menstruasi dengan kualifikasi nyeri saat menstruasi muncul pada hari pertama hingga hari ketiga menstruasi, nyeri yang dirasakan dalam kurun waktu paling singkat 1 hari dan paling lama 3 hari. Lokasi nyeri yang dirasakan yaitu pada perut bagian bawah, pinggang, pantat bahkan seluruh tubuh. Penyakit gynecologi tidak ditemukan, sedangkan untuk siklus haid ditemukan siklus haid yang tidak teratur paa beberapa siswi. Aktifitas sehari-hari terganggu karena merasakan nyeri haid. Penanganan yang biasa dilakukan yaitu berupa dibiarkan begitu saja atau istirahat. Seluruh siswa menyatakan tidak tahu mengenai terapi akupresure dapat mengatasi nyeri haid.

Fengge dalam penelitian Apriani, S (2017) menyatakan bahwa tindakan akupresur ini merupakan tindakan yang mudah, murah, aman, efisien dan tanpa efek samping. Pengobatan secara medis lebih melihat atau berusaha mengobati gejala atau akibat dari suatu penyakit namun pengobatan dengan terapi akupresur lebih berfokus pada penyebab dari permasalahan kesehatan atau penyakit tersebut. Selain itu pengobatan akupresur juga terbukti memiliki manfaat dalam meningkatkan kesehatan dan daya tahan tubuh (promotif), pencegahan penyakit (preventif), penyembuhan penyakit (curatif), dan pemulihan kondisi kesehatan

(rehabilitatif) seseorang.

Berdasarkan data dan penelitian diatas peneliti tertarik untuk melakukan studi tentang pengaruh terapi akupresur terhadap penurunan intensitas nyeri haid primer pada siswa remaja putri di SMKN 1 BULIK TIMUR agar dapat memberikan penanganan dalam mengatasi nyeri haid primer pada remaja perempuan di SMKN 1 BULIK TIMUR.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah yaitu “Bagaimana Pengaruh Akupresure terhadap Intensitas Nyeri Haid Primer pada Remaja Putri?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Akupresur terhadap Intensitas Nyeri Haid Primer Pada Remaja Putri.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui skala intensitas nyeri haid sebelum diberikan perlakuan/intervensi (*pre test*)
- b. Mengetahui skala intensitas nyeri haid setelah diberikan perlakuan/intervensi (*post test*)
- c. Menganalisa pengaruh akupresure terhadap intensitas nyeri haid primer pada remaja putri

D. Manfaat Penelitian

1) Bagi Pelayanan Kesehatan

Penelitian ini dapat meningkatkan upaya promosi kesehatan dalam memberikan pendidikan mengenai dismenore dan penanganannya pada remaja putri melalui terapi akupresure.

2) Institusi Pendidikan

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya, dalam memberikan asuhan kebidanan komplementer secara langsung khususnya dalam mengatasi dismenore menggunakan terapi akupresure.

3) Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat menambah pengalaman dan ilmu dalam melakukan penelitian, serta ilmu praktik dalam pelaksanaan pemberian terapi akupresure pada remaja putri secara langsung.

4) Bagi Responden

Penelitian ini dapat menambah pengetahuan mengenai penanganan *dismenore* pada saat menstruasi secara efektif dan mudah untuk dilaksanakan.

