

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju dewasa, yang ditandai dengan perubahan hormonal, fisiologis, fisik, emosi dan psikis, meliputi usia 11-13 tahun (remaja awal), 14-17 tahun (remaja pertengahan), serta 18-21 tahun (remaja akhir). Dimana terjadinya suatu periode kematangan organ reproduksi disebut dengan masa pubertas. Masa pubertas remaja putri dimulai saat menstruasi pertama atau menarche (Tyas et al., 2018).

Menstruasi merupakan suatu proses peluruhan dinding rahim yang mengakibatkan perdarahan yang terjadi setiap bulannya kecuali pada wanita hamil (Siyamti et al., 2021). Menstruasi berlangsung dari menarche hingga menopause dengan lamanya menstruasi sekitar 4 sampai 7 hari (Wahyuni & Zulfahmi, 2021). Salah satu masalah yang sering terjadi pada saat menstruasi, yakni dismenore, keluhan yang dirasakan berupa nyeri perut bagian bawah yang terjadi sebelum atau selama menstruasi tanpa adanya kelainan patologis. Dismenore adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga menimbulkan rasa nyeri (Suparyanto dan Rosad (2015, 2020).

Dismenore bukanlah suatu penyakit, melainkan gejala yang disebabkan karena adanya kelainan pada rongga panggul. Dismenore dapat dibedakan menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah nyeri haid yang terjadi sejak menarche dan tidak terdapat kelainan pada alat kandungan, sedangkan dismenore sekunder adalah nyeri haid yang berhubungan dengan kelainan anatomis yang jelas, seperti mesntruasi disertai infeksi, *endometriosis*, *mioma submucosa* dan *polip corpus uteri*. (Wijayanti & Selviana, 2019).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) rata-rata angka kejadian dismenore sebesar 90% diantaranya 10–15% mengalami dismenore berat. Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25%, yang terdiri dari dismenore primer 54,89% dan dismenore sekunder 9,36%, sedangkan 52% pelajar di Yogyakarta melaporkan tingkat aktivitas yang lebih rendah selama periode menstruasi (Sholihah & Kumorojati, 2022).

Dismenore terjadi karena adanya peningkatan kadar prostaglandin (PG) F2-alfa yang merupakan suatu siklooksigenase (COX-2) yang mengakibatkan hipertonus dan vasokonstriksi pada miometrium sehingga terjadinya iskemia dan nyeri pada bagian bawah perut. Adanya kontraksi yang kuat dan lama pada dinding rahim. Hormon prostaglandin yang tinggi dan pelebaran dinding rahim saat mengeluarkan darah haid sehingga terjadinya nyeri saat menstruasi (Sholihah & Azizah, 2020). Adapun beberapa faktor yang mempengaruhi dismenore, yaitu usia menarche, lama menstruasi, siklus menstruasi, riwayat keluarga dan aktivitas olahraga (Sholihah & Kumorojati, 2022).

Berdasarkan data diatas dismenore merupakan suatu nyeri perut bagian bawah yang terjadi pada wanita sehingga menyebabkan dampak negatif yang di alaminya, antara lain rasa letih, sakit didaerah bawah pinggang, perasaan cemas dan tegang, sakit kepala, mual, muntah, diare, kram perut dan sakit perut serta menurunnya produktivitas kegiatan sehari-hari, seperti kesulitan berkonsentrasi saat belajar dan motivasi belajar menurun karena nyeri yang dirasakan. Hal ini merupakan suatu masalah dan harus ditangani untuk mengurangi dampak dismenore pada wanita (Tyas et al., 2018).

Upaya pemerintah dalam menghadapi masalah kesehatan reproduksi pada remaja adalah mengembangkan program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang berkembang sejak 2003. Pemerintah mewujudkan kesehatan pelajar dalam bentuk UKS untuk meningkatkan kemampuan hidup sehat dalam lingkungan hidup (Universitas et al., 2022). Tujuan program PKPR adalah untuk meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan remaja,

meningkatkan pemanfaatan puskesmas untuk memperoleh pelayanan kesehatan oleh remaja, meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja dalam mencegah gangguan kesehatan, dan meningkatkan partisipasi remaja dalam perencanaan, pelaksanaan, dan evaluasi remaja. Layanan terkait kesehatan, layanan ini tersedia di pusat kesehatan, rumah sakit, dan area lain dimana remaja berkumpul (Marleni, 2022). Salah satu program PKPR untuk mengatasi dismenore meliputi, penyuluhan tentang senam dismenore, pelayanan klinis medis termasuk pemeriksaan penunjang, konseling, pendidikan keterampilan hidup sehat (PKHS), pelatihan pendidikan sebaya (yang diberi pelatihan menjadi kader kesehatan remaja) dan konselor sebaya (pendidikan sebaya yang diberikan tambahan pelatihan *interpersonal relationship* dan konseling) serta pelayanan rujukan (Vinnynurfitri. Ayu., 2021).

Adapun upaya penanganan dismenore pada umumnya terbagi menjadi dua yakni, farmakologi dan nonfarmakologi. Penanganan secara farmakologi seperti pemberian obat analgetik serta obat nonsteroid (NSAID), sedangkan secara nonfarmakologi seperti kompres air hangat, yoga, dan akupresure (Wijayanti & Selviana, 2019).

Akupresure adalah metode tradisional *china* dengan menggunakan teknik pemijatan pada titik meridian (Yuniati & Mareta, 2018). Salah satu titik yang dapat mengatasi nyeri dismenore adalah titik sanyinjiao (SP6), titik yang terletak 3 cun atau empat jari di atas mata kaki bagian dalam. Akupresure memiliki efek yang dihasilkan melalui penekanan pada titik maridian sehingga dapat menurunkan nyeri serta memiliki angka keberhasilan yang cukup tinggi. Pencegahan bisa dilakukan dengan melakukan pemijatan searah jarum jam sebanyak 30 putaran selama 3-5 menit. Lakukan 1-2 kali sehari ketika mengalami nyeri dismenore (Wijayanti & Selviana, 2019). Pemijatan yang benar harus menciptakan sensasi rasa (nyaman, pegal, panas, gatal, perih,

kesemutan dan lain sebagainya, apabila sensasi yang dirasakan dapat tercapai maka disamping sirkulasi *chi* (energi) dan *xue* (darah) lancar, maka merangsang keluarnya hormon endorphen dalam tubuh. Hormon endorphen adalah hormon yang dihasilkan dari dalam tubuh sebagai penghilang rasa sakit. Selain itu, terapi akupresure sanyinjiao (SP6) juga dapat meringankan nyeri dismenore selama kurang lebih tiga bulan (Rahmawati et al., 2019)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 13 Februari 2023 terhadap seluruh mahasiswi asrama putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta melalui pengisian kuesioner berupa *google form* didapatkan data mahasiswi yang mengalami dismenore sebanyak 98 orang, dengan prevalensi kejadian 17 orang (17,4%) mengalami nyeri ringan, 66 orang (67,3%) mengalami nyeri sedang dan 15 orang (15,3%) mengalami nyeri berat. Adapun upaya penanganan untuk mengatasi dismenore, didapatkan beberapa cara penanganan dismenore mahasiswi asrama putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta saat mengalami dismenore yaitu, membiarkan nyeri hilang dengan sendirinya sehingga mengalami penurunan produktivitas seperti, kesulitan berkonsentrasi saat belajar dan menurunnya motivasi belajar. Dilihat dari kejadian dismenore yang masih tinggi pada mahasiswi yang dapat menurunkan produktivitas kegiatan sehari-hari maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian terapi akupresure titik sanyinjiao (SP6) terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore primer pada mahasiswi asrama putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, didapati rumusan masalah yakni “Apakah ada pengaruh pemberian terapi akupresure titik sanyinjiao (SP6) terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore primer pada mahasiswi asrama putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Diketahui Pengaruh pemberian terapi akupresure titik Sanyinjiao (SP6) terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore primer pada mahasiswi asrama putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

2. Tujuan Khusus

- a. Diidentifikasi intensitas nyeri dismenore primer pada remaja sebelum pemberian terapi akupresure titik Sanyinjiao (SP6)
- b. Diidentifikasi intensitas nyeri dismenore primer pada remaja setelah pemberian terapi akupresure titik Sanyinjiao (SP6)
- c. Dianalisis pengaruh pemberian terapi akupresure titik Sanyinjiao (SP6) terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore primer pada mahasiswi asrama putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang pengaruh pemberian terapi akupresure titik Sanyinjiao (SP6) terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore dengan metode nonfarmakologi

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi yang bisa digunakan untuk proses pembelajaran kebidanan untuk mengetahui pengaruh akupresure titik Sanyinjiao (SP6) terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore.

b. Bagi Keilmuan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk tatalaksana dalam peningkatan kesehatan reproduksi remaja khususnya dismenore dengan pendekatan komplementer.

c. Bagi Mahasiswi

Diharapkan dapat menambah pengetahuan sehingga mampu menerapkan akupresure titik Sanyinjiao (SP6) untuk mengurangi nyeri dismenore secara mandiri.

d. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru serta peneliti mampu mengaplikasikannya.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Desain Penelitian	Teknik Sampling	Hasil Penelitian
1.	Heni Wijayanti, Seviana 2019	Akupresure sanyinjiao point mampu menurunkan intensitas nyeri dismenore primer	<i>Quasi Eksperimen</i>	<i>Purposive sampling</i>	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada pengaruh terapi akupresure sanyinjiao point terhadap intensitas nyeri dismenore primer di SMAN 11 Semarang.
2.	Diyah Rahmawati, Ronalen Situmorang, Syami Yulianti. 2019	Pengaruh akupresure terhadap penurunan nyeri dismenore	<i>Quasi Eksperimen</i>	<i>Purposive sampling</i>	Hasil statistika menunjukkan bahwa ada perbedaan yang signifikan antara sebelum dan sesudah dilakukan akupresure, berarti ada pengaruh akupresure terhadap penurunan intensitas skala nyeri dismenore.

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Desain penelitian	Teknik Sampling	Hasil Penelitian
3.	Januari Kristining tyas, Apolonia Antonilda Ina, Prabo Tjondronegor 2018	Pengaruh terapi titik sanyinjiao terhadap skala dismenore	<i>Pra Eksperimental</i>	<i>Purposive sampling</i>	Hasil uji statistic didapatkan hasil $\rho < 0,001$ yang berarti ada pengaruh terapi akupresure titik sanyinjiao terhadap skala dismenore ($\rho < 0,005$).

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YAN
YOGYAKARTA