

BAB V

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

1. Situasi Lokasi Penelitian

Penelitian dilakukan di SMP Angkasa yang beralamat di Tuban Provinsi Bali yang beralamat di Jalan Nusantara XX, Banjar Pesalakan Tuban Kecamatan Kuta Kabupaten Badung Provinsi Bali. SMP Angkasa merupakan sekolah swasta dengan status kepemilikan Yayasan, didirikan pada bulan 15 Juni 1982 dengan SK pendirian yaitu SKEP.02/YA/X/82. SMP Angkasa sudah memiliki izin operasional dengan nomor : 421.3 / 707 PD /Disdikpora.

Pegawai di SMP Angkasa terdiri dari guru 10 orang, tenaga pendidik 7 orang, guru tambahan 17 orang. Jumlah peserta didik sebanyak 105 orang yang dibagi menjadi laki-laki 67 orang dan perempuan 38 orang. Penyakit yang sering diderita oleh siswa yang sampe menyebabkan tidak masuk sekolah yaitu infeksi saluran atas akut (ispa), konjungtivitis, gastroenteritis dan disminore pada remaja putri.

2. Hasil wawancara

Peneliti melakukan pengumpulan data dengan cara wawancara yang melakukan intervensi akupresur titik SP 6 kepada 5 lima orang siswi putri yang mengalami disminore dengan hasil sebagai berikut :

a. Identitas responden

Responden dari penelitian ini sebanyak lima orang siswas putri yang dengan identitas sebagai berikut :

Tabel 3
Karakteristi Responden

Karakteristik	f	(%)
Umur		
14 tahun	3	60
15 tahun	2	40
Jumlah	5	100
Kelas		
8	2	40
9	3	60
Jumlah	5	100
Kedudukan dalam keluarga		
Anak pertama	3	60
Anak ke dua	2	40
Jumlah	5	100

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa siswi dengan umur 14 tahun sebanyak 2 orang (40%) dan yang umur 15 tahun sebanyak 3 orang (60%). Kedudukan anak dalam keluarga anak pertama 3 orang (60%) dan anak kedua sebanyak dua orang (40%).

b. Penilain nyeri sebelum intervensi

Sebelum dilakukan intervensi dilakukan penilain nyeri terhadap lima responden dengan pertanyaan ‘Bagaimanakah nyeri diminore yang dirasakan saat ini?. Jawaban yang diberikan responden sebagai berikut :

“nyeri disminore yang saya rasakan saat ini datangnya sering, terus menurun dan rasa sakitnya menusuk ” (R1, 14 tahun).

“saat ini saya merasakan nyeri pada perut karena sedang mentruasi hari pertama, nyerinya yang menusuk pada perut bagian bawah yang perut terasa kaki” (R2, 14 tahun)

“disminore yang saya rasakan saat ini seperti ada rasa yang menusuk pada bagian perut bagian bawah dan rasanya perut saya ini agak keram” (R3, 15 tahun).

“sekarang saya merasakan nyeri disminore rasanya itu seperti keram sedikit pada perut tapi tidak sampe menusuk-nusuk, saya sih masi bisa melakukan cuman agak mengganggu” (R4, 15 tahun).

“saya merasakan pada perut bawah seperti keram, keras, saya hari mens hari pertama, kegiatan saya dan belajar saya agak terganggu karena rasa sakit perut”.(R5, 14 tahun).

Nyeri yang dirasakan oleh responden DS berdasarkan pada penilain nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)* mendapatkan nilai nyeri 6 Nyeri disminore yang dirasakan R1 berdasarkan pada penilai dengan *Numeric Rating Scale (NRS)* mendapatkan nilai 5. Penilain nyeri disminore dengan *Numeric Rating Scale (NRS)* pada R2 mendapatkan nilai 5. Responden 4 yaitu R3 mengalami nyeri disminore, berdasarkan penilain nyeri dengan menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)* pada R4 mendapatkan nilai 4. Nyeri disminore primer yang dirasakan oleh dengan menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)* mendapatkan nilai 6.

c. Nyeri setelah intervensi titik SP 6

Intervensi akupresur titik SP 6 diberikan kepada lima orang responden yang mengalami nyeri disminore primer. Intervensi akupresur titik SP 6 diberikan setelah dilakukan wawancara dan penilain nyeri dengan *Numeric Rating Scale (NRS)*. Penilain nyeri disminore setelah diberikan intervensi tetap menggunakan *Numeric Rating Scale (NRS)* dengan hasil sebagai berikut :

“setelah diberikan akupresur saya merasakan sakit pada perut saya berkurang, dan rasanya enakan, senang saya diberikan akupresur. Setelah lebih dari 1jam rasanya perut saya kembali sakit tapi sakitnya tidak seperti sebelum diberikan akupresur” (R1, 14 tahun).

“awalnya saya tidak terlalu percaya kalau akupresur bisa mengurangi nyeri mens yang saya rasakan tapi setelah diberikan akupresur ini rasanya perut yang keram jadi sangat jauh berkurang rasa menusuk juga berkurang. Tapi

bu, nyeri kok muncul lagi ya? tapi tidak sama sih sakitnya dari sebelum di akupresur tadi” (R2, 14 tahun).

“sakit sedikit berkurang sebelum diberikan akupresur saya merasa sakitnya seperti menusuk pada bagian perut bagian bawah dan rasanya perut saya ini agak kram setelah diberikan akupresur nyeri yang saya rasakan berkurang sudah tidak menusuk lagi kramnya juga berkurang” (R3, 15 tahun).

“Setelah diberikan akupresur ini saya sudah tidak merasakan adanya sakit di perut saya lagi, rasanya sakitnya sudah hilang” (R4, 15 tahun).

“senang sekali saya diberikan akupresur saat menstruasi hari pertama ini, ini merupakan pengalaman pertama kali yang saya rasakan diberikan akupresur dan kayak ajaib juga sakit perut saya hampir hilang” (R5, 14 tahun).

Nyeri yang dirasakan R1 setelah diberikan intervensi titik SP 6 nilai dengan menggunakan kuesioner yang sama yaitu *Numeric Rating Scale (NRS)* mendapatkan nilai 3. Nyeri disminore yang yang dirasakan oleh DS setelah mendapat intervensi akupresur titik SP 6 mengalami penurunan yaitu dari nilai 6 turun menjadi 3. Nyeri yang dirasakan R2 setelah diberikan intervensi titik SP 6 mengalami penurunan walaupun setelah kurang lebih satu jam nyerinya muncul kembali. Nilai nyeri KP setelah diberikan intervensi menjadi 3 menurun dari sebelum intervensi nilainya 5. Nyeri disminore yang rasakan R3 sebelum intervensi akupresur titik SP 6 adalah 5 setelah diberikan intervensi nilai nyeri berdasarkan *Numeric Rating Scale (NRS)* menurun menjadi 2. Penurunan nyeri terjadi pada R4 nilai nyeri dari nilai nyeri 4 saat sebelum intervensi menjadi nilai 0 atau tidak mengalami nyeri. Responden PN juga tidak merasakan nyeri disminore lagi setelah diberikan intervensi. Responden R5 mengalami penurunan nyeri setelah

diberikan intervensi titik SP nilai nyeri sebelum intervensi 6 setelah diberikan titik SP 6 nilai nyeri berkurang menjadi 1.

Pertanyaan kepada responden lanjutkan dengan “Apakah merasa perlu diberikan akupresur titik SP 6 saat disminore?

“saya merasa sih perlu dilakukan akupresur titik SP 6 karena seperti yang saya rasakan ada pengurangan nyeri setelah diberikan akupresur, walaupun nanti muncul lagi sakitnya tapi tidak seperti sebelum diberikan akupresur”. (R1, 14 tahun).

“perlu dong bu, walau efek mengurnagi sakitnya tidak bertahan lama, tapi rasa sakitnya berkurang jadi bisa beraktifitas kembali saya bu, sakitnya juga tidak seperti diawal sebelum diberikan akupresur” (R2, 14 tahun).

“ibu menurut saya sih sangat perlu dilakukan atatu diberikan akupresur titik SP 6 kalau siswi-siswi disini mengalami dismoninore, karena setelah saya rasakan nyeriny sangat berkurang walaupun tidak hilang terus-terus tapi bisa berkurang jadinya bisa lebih Konsentrasi belajar” (R3, 15 tahun).

“saya merasa perlu diberikan akupresur titik SP 6 pada yang mengalami disminore SP 6, seperti yang saya rasakan setelah diberikan akupresur titik SP 6 saya sudah tidak mengalami nyeri disminore lagi” (R4, 15 tahun).

“saya rasakan sakan penting yang diberikan akupresur titik SP 6 saat menstruasi, saya kira akan sakit saat diberikan akupresur, ternyata tidak sakit, dan sakit perut saya juga ilang, saya sih merokomendasiakn kepada teman-teman saya yang mengalami dismonore untuk dilakukan akupresur titik SP 6” (R5, 14 tahun).

Menurut pendapat R1 bahwa akupresur titik SP 6 penting dilakukan saat mengalami disminore primer karena bisa mengurangi nyeri disminore primer yang dia rasakan.. Pendapat R2 bahwa perlu diberikan diberikan intervensi titik SP 6 saat mengalami disminore SP.6. Menurut R3 pemberian akupresur titik SP 6 penting diberikan kepada siswi atau remaja putri yang mengalami disminore primer karena bisa mengurangi nyeri disminore yang dirasakan. Pendapat R4 bahwa dia

merasakan manfaat diberikan akupresur titik SP 6 saat mengalami disminore karena Menurut PN setiap perempuan perlu diberikan akupresur titik SP 6 untuk mengatasi nyeri disminore yang dirasakannya. Pendapat R5 bahwa Intervensi akupresur titik SP 6 tidak membuat responden sakit bahkan akan menginformasikan teman-teman yang lain jika mengalami disminore untuk melakukan akupresur titik SP 6.

d. Kegiatan untuk mengurangi nyeri disminore primer.

Pertanyaan peneliti selain tentang nyeri yang dirasakan responden sebelum dan sesudah diberikan dintervensi, tapi juga tentang aktifitas yang dilakukan untuk mengurangi nyeri disminore primer, jawaban dari 5 responden yaitu:

“Menurut saya dan yang biasa saya lakukan untuk mengurangi disminore dengan olah raga ringan seperti jogging, jadi pikiran tidak fokus sama nyeri yang saya rasakan” (R1, 14 tahun).

“Mengurangi nyeri disminore biasanya saya menggunakan kompres air panas” (R2, 14 tahun).

“Kegiatan lain yang saya lakukan untuk mengurangi nyeri disminore adalah dengan melakukan jogging ringan dan jalan kaki” (R3, 15 tahun).

“Cara lain yang dia lakukan untuk mengurangi nyeri adalah dengan melakukan olah raga ringan dan jalan kaki” (R4, 15 tahun).

“Kegiatan yang biasa saya lakukan untuk mengurangi nyeri disminore adalah dengan berjalan-jalan ringan” (R5, 14 tahun).

Pendapat responden untuk mengurangi rasa nyeri disminore primer bahwa kegiatan lain yang bisa dilakukan untuk mengurangi nyeri disminore dengan melakukan olah raga ringan seperti jogging dan berjalan kaki. Sedangkan pendapat responden 2 cara yang digunakan untuk mengurangi nyeri dengan melakukan kompres air hangat.

B. Pembahasan

1. Nyeri disminore primer sebelum diberikan akupresur Titik SP 6 di SMP Angkasa Tuban.

Hasil penelitian ini mendapatkan hasil yaitu sebelum diberikan intervensi titik SP 6 seluruh remaja putri mengalami nyeri disminore kategori nyeri sedang. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari Aminatussyadiah dkk (2023) yang sama-sama mendapatkan hasil seluruh responden merasakan nyeri disminore sedang sebelum diberikan akupresure titik SP 6.

Dismenore primer merupakan kondisi nyeri yang muncul saat periode menstruasi tanpa adanya kondisi patologis pada area panggul maupun komplikasi lainnya. Nyeri ini biasanya dialami oleh remaja yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, dan biasanya menggunakan obat nonsteroid antiinflamasi. Penatalaksanaan nyeri dengan berbagai jenis obat untuk menghilangkan nyeri haid seperti parasetamol yang paling umum digunakan sebanyak 41,3% menggunakan obat (Ningtyas, 2024).

Dismenore primer tidak menyebabkan komplikasi, biasanya dismenore tidak berbahaya dan tidak menyebabkan komplikasi, meski memang keluhan ini bisa mengganggu aktivitas seperti belajar, bekerja, dan hubungan sosial (Kemenkes, 2022). Dismenore primer, sering juga disebut dismenore spasmodik biasanya mulai 1-3 tahun setelah *menarche*, karena biasanya siklus pertama bersifat anovulatoir, tidak nyeri, dan mencapai maksimal antara usia 15-25 tahun. Frekuensi menurun sesuai dengan penambahan usia dan biasanya berhenti setelah melahirkan. Sifat rasa nyeri pada dismenore primer biasanya terbatas pada perut bawah, tetapi dapat menyebar ke daerah pinggang dan paha (Wiknjosastro, 2017),

Lokasi nyeri dapat terjadi di daerah suprapubik, terasa tajam, menusuk, terasa diremas dan sangat sakit. Selain rasa nyeri, dapat disertai dengan gejala sistematis dan gangguan emosional (Mitayani, 2018).

Menurut peneliti responden mengalami nyeri disminore sedang karena umur responden yang berada pada umur 14 tahun sampai dengan 15 tahun. Berdasarkan wawancara dengan responden mengatakan bahwa mereka jarang melakukan olah raga, hanya berolah raga disaat jam pelajaran olah raga di sekolah. Saat sedang mendapatkan menstruasi tidak pernah melakukan olah raga ringan bahkan jika saat jam olah raga sedang menstruasi hari pertama dan kedua akan ijin tidak mengikuti olah raga karena merasa nyeri. Dengan berolah raga secara tertur dan saat menstruasi hari pertama dan kedua melakukan olah raga secara ringan dapat mengurangi nyeri disminore.

Dismenorea akan meningkat dengan kurangnya olahraga, sehingga ketika terjadi dismenorea, oksigen tidak dapat tersalurkan ke pembuluh- pembuluh darah di organ reproduksi yang saat ini terjadi vasokonstriksi sehingga menyebabkan timbulnya rasa nyeri tetap bila seseorang teratur melakukan olahraga, maka dia dapat menyediakan oksigen hampir 2 kali lipat per menit sehingga oksigen tersampaikan ke pembuluh darah yang mengalami vasokonstriksi. Hal ini dapat menyebabkan terjadinya penurunan dismenorea

2. Nyeri disminore primer setelah diberikan akupresur Titik SP 6 di SMP Angkasa Tuban.

Hasil penelitian ini mendapatkan data bahwa setelah diberikan intervensi dengan akupresur titik SP 6 bahwa seluruh responden mengalami penurunan nilai

nyeri disminore. Sebelum intervensi seluruh responden berada pada kategori nyeri sedang, setelah diberikan intervensi akupresur titik SP 6 seluruh responden mengalami kategori penurunan kategori nyeri yaitu menjadi nyeri ringan. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian dari Khasanah (2023) yang sama-sama mendapatkan data bahwa setelah diberikan intervensi akupresure titik SP 6 responden mengalami penurunan kategori nyeri.

Akupresur adalah terapi warisan pengobatan tiongkok yang dilakukan dengan menotok atau menekan titik akupunktur yang ada di meridian untuk melancarkan Qi (energi vital), sehingga kesembuhan dan kesehatan bisa optimal. Akupresur ini berevolusi dari seni bela diri Cina (wushu) dan dimodifikasi dengan gerakan karate yang kuat, sehingga dapat diterima oleh tubuh (Indah, 2021). Titik untuk mengatasi nyeri haid titik yang digunakan untuk mengurangi nyeri haid yaitu Titik SP 6. Titik SP 6 terkenal untuk meredakan nyeri menstruasi, stres, dan masalah pencernaan. Lokasi titik ini cukup mudah yaitu berada di empat jari di atas pergelangan kaki bagian dalam, tepat di belakang tulang kering. Pijat titik ini dengan gerakan melingkar atau berirama selama 3—5 menit.

Akupresur *sanyinjiao point* dapat mengurangi intensitas nyeri dismenore primer. Penurunan nyeri dismenorea ini disebabkan karena akupresur pada titik *sanyinjiao* berfungsi untuk memperkuat limpa, dan mengembalikan keseimbangan Yin dan darah, hati, dan ginjal, sehingga hal tersebut dapat memperkuat peredaran darah, dengan demikian akupresur pada titik *sanyinjiau* dapat mengurangi nyeri dismenorea. Serta Efek penekanan di titik akupresur terkait dengan dampaknya terhadap produksi endorphen dalam tubuh. Saat mengalami nyeri haid atau

dismenore lalu dilakukan pemijatan akupresur titik Sanyinjiao tubuh akan merangsang saraf untuk melepaskan hormon endorphen (Apriyelve dkk, 2021).

Menurut peneliti keberhasilan titik akupresur menurunkan nilai nyeri disminore primer dipengaruhi pula dari karakteristik responden yang berada pada kelompok umur remaja yang dengan cepat dapat memahami dan mampu melakukan instruksi yang diberikan untuk mengurangi nyeri disminore yaitu kebenaran melakukan penekanan pada titik SP 6, sehingga dapat memaksimalkan pengaruh akupresur titik SP 6 untuk mengurangi nyeri disminore. Menurut Listayani dkk (2023) akupresur berdasarkan pada teori Yin-Yang dan lima unsur. Teori Yin Yang WU-Sing dalam ilmu kedokteran Tiongkok digunakan dalam berbagai bidang seperti: fisiologi, patologi, etiologi, analisis dan diagnosis penyakit dan pengobatan. Teori Yin Yang menyatakan bahwa segala sesuatu yang berada dalam alam semesta dibentuk, dilahirkan, bergerak, berkembang, dan berubah karena dorongan atau bimbingan dari dua aspek yang berlawanan yaitu aspek fisik dan aspek Yin dann aspek Yang. Segala sesuatu yang berada di alam pasti terdapat aspek Yin dan Yang. Aspek Yin dan Yang menjadi beberapa hubungan bertentangan, saling mengandalkan, saling dan saling membentuk, serta pada kondisi tertentu dapat berubah dari aspek ke aspek lainnya yaitu itu Yin ke Yang sebaliknya. Menurut *gate control teory* yaitu bahwa serabut nyeri membawa stimulasi nyeri ke otak lebih kecil dan perjalanan sensasinya lebih lambat dari pada serabut yang luas dan sensasinya berjalan lebih cepat. Ketika sentuhan dan nyeri dirangsang bersama sensasi sentuhan berjalan ke otak dan menutup pintu gerbang dalam otak dan terjadi pembatasan intensitas nyeri di otak. Akupresur merupakan distraksi yang dapat meningkatkan pembentukan endorphen sehingga dapat

membuat lebih nyaman karena relaksasi otot. Akupresur menghalangi sinyal rasa sakit ke otak melalui stimulasi ringan, menghalangi sensasi rasa sakit melalui syaraf spinal menuju otak. Stimulasi pada titik-titik akupresur tidak hanya dapat menghilangkan sumbatan pada jalur meridian, juga dapat menghilangkan aliran Qi, darah serta mengharmoniskan Yin dan Yang tubuh.

C. Kelemahan Penelitian

Penelitian ini masih memiliki kelemahan-kelemahan yang disebabkan karena kurang pengalaman peneliti dalam melakukan penelitian kesehatan. Kelemahan dari penelitian ini yaitu penelitian ini belum dilakukan uji perbedaan untuk melihat perbedaan secara uji statistik nyeri disminor primer sebelum dan sesudah diberikan akupresur titik SP 6.