BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa transisi dari masa anak menuju masa dewasa yang ditandai oleh adanya perubahan hormonal, fisiologis, fisik, emosi dan psikis, dimana terjadi suatu periode pematangan organ reproduksi manusia dan sering disebut masa pubertas (Andrini, dkk 2014). Saat masa pubertas remaja putri akan mulai mengalami menstruasi pertama *(menarche).* Salah satu permasalahan remaja yang umum dialami oleh remaja putri adalah nyeri saat menstruasi (dismenore). Dimana para remaja putri merasakan keluhan berupa nyeri atau kram pada perut yang dirasakan sebelum dan selama menstrusi. Menurut Murtiningsih dan Karlina (2014) Dismenore adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbul rasa nyeri yang paling sering terjadi pada wanita.

Dismenore bukanlah suatu penyakit, melainkan gejala yang timbul akibat adanya kelainan dalam rongga panggul dan mengganggu aktivitas perempuan, bahkan sering kali berdampak pada remaja usia sekolah karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Seorang siswi yang mengalami dismenore tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenore yang dirasakan pada saat proses belajar mengajar. Dismenore pada remaja harus dapat ditangani dengan tindakan yang tepat untuk menghindari dampak negatif yang akan timbul (Efriyanthi, 2015). Dismenore dapat dibedakan menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer terjadi

pada 6-12 bulan setelah *menarche* dan berlanjut hingga usia 20-an. Dismenore primer disebabkan karena tingginya kadar prostaglandin, sedangkan dismenore sekunder merupakan nyeri menstruasi yang disebabkan oleh keadaan patologi dari pelvik atau uterus, dapat terjadi setiap waktu setelah *menarche* dan ditemukan pada usia 25-33 tahun (Dewi, 2012).

Data dari WHO (2012) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore, 10-15% diantaranya mengalami dismenore berat. Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan di berbagai negara dengan hasil yang mencengangkan, dimana kejadian dismenore primer disetiap negara dilaporkan lebih dari 50%. Sedangkan di Indonesia menurut data dari WHO juga bahwa angka kejadian dismenore sebanyak 55% dikalangan usia produktif, dengan 15% diantaranya mengeluhkan aktivitas menjadi terbatas akibat dismenore (Fahmi, 2014). Dismenore di Provinsi Bali belum ada laporan secara resmi mengenai jumlah angka kejadian, namun terdapat beberapa penelitian yang menjelaskan angka kejadian tersebut, seperti yang dilakukan oleh Dewi dan Dewi, (2014) di SMP Negeri 2 Sukawati menunjukkan data bahwa remaja yang mengalami dismenore dengan skala nyeri sedang sebanyak 55,6 %, skala nyeri ringan 14,8% dan skala nyeri berat 29,6%. Hasil penelitian oleh Andrini, dkk (2014) di SMA Negeri 1 Denpasar dari 49 responden didapatkan 36 orang (73,5%) mengalami dismenore primer atau nyeri pada bagian bawah abdomen sedangkan 13 orang (26,5%) tidak mengalami dismenore primer.

Berdasarkan data seperti tersebut di atas bahwa dismenore merupakan suatu nyeri perut bagian bawah yang dapat terjadi kepada kehidupan wanita dimanapun. Dismenore menyebabkan dampak negatif bagi wanita yang

mengalaminya seperti sulit berkonsentrasi saat pembelajaran dan motivasi belajar menjadi menurun. Hal ini merupakan salah satu masalah dan harus ditangani sehingga akan mengurangi dampak dismenore bagi wanita. Dalam mengurangi dampak dismenore pada remaja terdapat alternatif dalam penanganan dismenore salah satunya kesehatan tradisional. Dalam Undang-undang Republik Indonesia Nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan pasal 47 disebutkan bahwa pelayanan kesehatan tradisional merupakan salah satu upaya kesehatan diselenggarakan dalam bentuk kegiatan dengan pendekatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif yang dilaksanakan secara terpadu, menyeluruh, dan berkesinambungan. Salah satu pengobatan tradisional yang murah, mudah dan terjangkau yang dapat dilakukan untuk pengobatan sendiri di rumah yaitu melalui akupresur yang bermanfaat untuk mencegah serta mengatasi berbagai macam keluhan penyakit ringan.

Akupresur adalah cara pijat berdasarkan ilmu akupunktur atau dapat juga disebut akupunktur tanpa jarum (Ridwan, 2015). Salah satu titik yang dapat mengatasi dismenore adalah titik *sanyinjiao*. Titik *sanyinjiao* atau *spleen 6* merupakan titik limpa dimana salah satu fungsi limpa adalah mengurangi nyeri saat haid. Pencegahan nyeri haid bisa dilakukan melalui pemijatan yang dilakukan searah jarum jam sebanyak 30 putaran selama tiga sampai dengan lima menit. Dalam pemijatan yang perlu diperhatikan jangan terlalu keras dan membuat pasien kesakitan. Pemijatan yang benar harus dapat menciptakan sensasi rasa (nyaman, pegal, panas, gatal, perih, kesemutan, dan lain sebagainya), apabila sensasi rasa dapat tercapai maka di samping sirkulasi *chi* (energi) dan *xue* (darah) lancar, juga dapat merangsang keluarnya hormon *endomorfin*. Hormon

endomorfin adalah sejenis morfin yang dihasilkan dari dalam tubuh untuk memberikan rasa tenang (Hartono, 2012).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Efriyanthi, dkk (2015) pada mahasiswi PSIK FK Unud semester VIII, Hasil analisis perubahan skala nyeri dismenore *pre test* dan *post test* pada kelompok perlakuan menunjukkan perubahan yang signifikan. Hal ini terbukti dari hasil pengukuran skala nyeri dimana rata-rata skala nyeri sebelum terapi akupresur *sanyinjiao point* adalah 5,73 dan rata-rata skala nyeri sesudah terapi akupresur adalah 2,73. Hal tersebut menunjukkan adanya penurunan skala nyeri setelah diberikan terapi akupresur *sanyinjiao point*. Berdasarkan penelitian oleh Kristining, dkk (2018) dari hasil observasi 3 jam setelah perlakuan didapatkan penurunan skala nyeri, dimana penelitian yang dilakukan pada siswi SMA Mardisiswa Semarang menghasilkan bahwa terapi akupresur titik *sanyinjiao* dapat menurunkan skala dismenore. Skala dismenore pada 80 responden sebelum dilakukan terapi akupresur memperoleh hasil nilai median 5.00 sedangkan skala dismenore sesudah diberikan terapi akupresur titik *sanyinjiao* memperoleh hasil nilai median 3.00.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 19 Desember 2019 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Denpasar yang merupakan sekolah yang terletak di jalan Gurita Sesetan Denpasar Selatan didapatkan data dengan mewawancarai 10 orang siswa. Dari 10 siswa ternyata 7 orang siswa menyatakan mengalami nyeri perut saat menstruasi dan nyeri menstruasi yang dirasakan cukup mengganggu dan kadang membuat tidak fokus saat proses pembelajaran berlangsung. Berpijak dari data yang terungkap seperti di atas, bahwa dismenore masih banyak terjadi dikalangan siswa perempuan dan

merupakan hal yang sangat mengganggu aktivitas, sehingga hal tersebut diperlukan solusi untuk mengurangi intensitas nyeri tersebut salah satunya melalui akupresure pada titik *sanyinjiao* yang dipercaya dapat mengurangi dismenore. Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Pengaruh Akupresur Titik *Sanyinjiao* Terhadap Intensitas Dismenore Pada Remaja di SMP Negeri 6 Denpasar".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang yang telah dikemukakan di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah "Apakah ada pengaruh akupresur titik *sanyinjiao* terhadap intensitas dismenore pada remaja di SMP Negeri 6 Denpasar?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Secara umum penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh akupresur titik *sanyinjiao* terhadap intensitas dismenore pada remaja.

2. Tujuan Khusus

a. Mengidentifikasi intensitas dismenore pada remaja sebelum dilakukan akupresur titik *sanyinjiao*.

b. Mengidentifikasi intensitas dismenore pada remaja setelah dilakukan akupresur titik *sanyinjiao*.

c. Menganalisis perbedaan intensitas dismenore sebelum dan sesudah dilakukan akupresur titik *sanyinjiao*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang pengaruh akupresur titik *sanyinjiao* terhadap intensitas dismenore pada remaja dengan metode nonfarmakologi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti, diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan baru bagi peneliti sehingga peneliti lainnya dapat mengembangkan penelitian selanjutnya mengenai pengaruh akupresur titik *sanyinjiao* terhadap intensitas dismenore pada remaja.

b. Bagi tempat penelitian, penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif dalam mengurangi intensitas dismenore pada remaja.

c. Bagi remaja, dengan penelitian ini diharapkan para remaja memiliki alternatif dalam mengurangi dismenore.