

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1 Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2018) remaja merupakan penduduk dengan rentang usia 10-19 tahun, sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), remaja dengan rentang usia 10-24 tahun yang belum menikah. Masa remaja merupakan masa peralihan dalam kehidupan setiap manusia yang merupakan transisi dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa yang mana akan menghadapi banyak perubahan dan tantangan baru seperti perubahan dari aspek biologis, pemikiran lebih abstrak dan idealis, mendapatkan pengalaman baru, serta banyak menghabiskan waktu dengan teman sebaya dibandingkan dengan orang tua (Santrock, 2018). Prevalensi remaja di dunia menurut WHO (2018) mencapai angka 1,2 miliar dan kemungkinan angka tersebut akan meningkat sampai tahun 2050. Sedangkan di Indonesia sendiri menurut Badan Pusat Statistik (2020) remaja di Indonesia mencapai 74,93 juta jiwa yang mana jumlah remaja mendominasi dibandingkan dewasa maupun lansia dengan total 27,94%.

Terjadinya proses pertumbuhan dan perkembangan pada remaja baik dari segi fisik, psikologis dan intelektual sehingga tidak sedikit remaja yang memiliki rasa ingin tahu yang besar dan menyukai tantangan (Hapsari, 2019). Perubahan pada fisik remaja wanita ditandai dengan adanya pertumbuhan tinggi badan, bertumbuhnya payudara serta dimulainya menstruasi pertama (*menarche*) atau disebut sebagai masa pubertas. Menstruasi atau haid merupakan fase terjadinya perdarahan setiap bulan akibat dari luruhnya dinding endometrium yang dipengaruhi dengan turunnya kadar hormon estrogen dan progesteron didalam tubuh dan terjadi dan 1 siklus menstruasi normalnya terjadi selama 28 hari. Setiap memasuki fase menstruasi banyak wanita yang mengalami dismenore atau yang biasa disebut nyeri haid (Dhayana, 2019).

Dismenore primer merupakan nyeri menstruasi yang biasanya dirasakan pada saat tiga tahun menarche. Karakteristik gejala yang dialami saat nyeri menstruasi adalah nyeri di bawah pusar dan terjadi 8 hingga 72 jam menstruasi dan meningkat saat aliran menstruasi meningkat. Gejala yang dirasakan selain kram dan nyeri perut, banyak wanita yang mengalami gejala nyeri punggung, nyeri pada paha, sakit kepala, diare, mual dan muntah (Armour et al., 2019). Diantara keluhan tersebut, nyeri dismenore paling sering dikeluhkan sebanyak 60%-90% bahkan nyeri dismenore menjadi salah satu alasan remaja tidak hadir ke sekolah dan aktivitas berkurang (Natalia et al., 2020). Prevalensi dismenore yang dialami wanita di dunia mencapai lebih dari 50%, sedangkan angka kejadian dismenore wanita di Indonesia mencapai angka 55%. Sehingga dalam hal ini apabila kejadian dismenore tidak segera ditangani akan terjadi dampak buruk yang tidak diinginkan (M. U. K. Dewi et al., 2022).

Dismenore yang dialami remaja di Indonesia terdapat keluhan yang dialaminya, seperti nyeri dan sangat tidak nyaman sehingga timbul rasa mudah tersinggung dan mudah marah (Anggriani et al., 2021). Untuk mengatasi dan menghindari kejadian nyeri haid yang dialami para remaja terdapat teknik farmakologi dan non farmakologi guna mengurangi dan mencegah nyeri dismenore. Perawatan nyeri dismenore dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dengan memberikan obat analgesik yang dapat mengurangi nyeri, namun tidak semua obat dapat meringankan gejala yang dialami wanita yang mengalami nyeri haid, selain itu tidak semua wanita dapat mengkonsumsi obat tersebut dikarenakan alergi pada obat sehingga masih banyak wanita yang tidak meminum obat nyeri untuk membantu mengurangi nyeri haidnya. Selain terapi farmakologis, terapi non farmakologis dapat membantu meringankan nyeri pada wanita dismenore dengan memberikan terapi akupresur (Mejías-Gil et al., 2021).

Akupresur adalah teknik pengobatan tradisional dari Cina yang melibatkan penggunaan jari dan telapak tangan untuk melakukan terapi non medis. Metode akupresur ini mudah dipelajari dan diajarkan, sederhana dan tidak memiliki efek samping negatif sehingga setiap orang mampu melakukannya sendiri tanpa petugas yang berpengalaman (Selçuk & Yanikkerem, 2021). Akupresur merupakan terapi yang memberikan intervensi berupa tekanan jari pada titik

akupuntur tertentu pada tubuh untuk menyeimbangkan fungsi internalnya (Wong et al., 2010). Akupresur merupakan salah satu metode yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri haid. Akupresur ini bermanfaat untuk mengaktifkan energi pada tubuh, memperlancar aliran darah, merangsang produksi endorfin dan menghilangkan rasa sakit dan nyeri (Selçuk & Yanikkerem, 2021).

Menurut Othman et al., (2019) dalam penelitiannya, hasil yang didapatkan selama 2 bulan dan selama 3 hari siklus haid diberikan terapi akupresur dan didapatkan keparahan nyeri dan gangguan menstruasi menurun secara bertahap setiap bulan dan pengurangan nyeri yang signifikan pada bulan kedua. Dalam studi tersebut mengungkapkan bahwa akupresur titik SP 6 merupakan metode yang sederhana, nyaman, tanpa biaya, non invasif dan efisien dalam mengurangi nyeri haid serta dapat dilakukan secara mandiri bagi remaja putri yang mengalami dismenore. Selain itu, dalam jurnal Wong et al., (2010) berdasarkan prinsip pengobatan tradisional cina, titik akupresur sanyinjiao (SP 6) dipercaya dapat memperkuat limpa, mengatasi dan mengeluarkan kelembapan dan mengembalikan keseimbangan pada darah, hati dan ginjal sehingga dapat memperkuat suplai darah dan dapat meredakan nyeri dismenore.

Peran perawat dalam menghadapi masalah kesehatan yang dialami remaja dapat menjadikan seorang perawat memiliki peranan untuk memberikan pendidikan kesehatan serta mengedukasi mengenai cara pencegahan dismenore baik secara farmakologis dan non farmakologis kepada remaja (N. P. Dewi et al., 2018). Selain itu peran keluarga merupakan hal yang penting bagi remaja untuk menghadapi dismenore yang dialaminya seperti keluarga dapat memberikan edukasi atau pengetahuan mengenai penanganan untuk meringankan atau mencegah dismenore yang dialami remaja putri dalam keluarga (Hayati et al., 2020).

Berdasarkan hasil wawancara penulis terhadap beberapa remaja putri di wilayah Kecamatan Kemayoran didapatkan bahwa sebanyak 3 dari 5 remaja mengalami nyeri saat menstruasi dan hanya 1 diantaranya yang memahami cara mengurangi nyeri menstruasi yang dialaminya. Selain itu setelah dilakukan wawancara dengan orangtua remaja tersebut, mereka mengatakan takut apabila

memberikan sesuatu kepada anaknya nantinya akan menambah nyeri yang dirasakan anaknya sehingga orangtua tersebut hanya menyuruh untuk beristirahat.

Sehingga berdasarkan uraian penjelasan diatas, nyeri dismenore dapat mengganggu aktivitas sehari-hari remaja putri dan prevalensi dismenore relatif tinggi sehingga untuk membantu mengurangi nyeri haid pada remaja penulis tertarik untuk melakukan “Analisa Asuhan Keperawatan Pada Remaja dengan Dismenore Melalui Intervensi Terapi Akupresur *Sanyinjiao* (SP 6)”.

## **I.2 Tujuan Penulisan**

### **I.2.1 Tujuan Umum**

Tujuan umum pada karya ilmiah ini adalah dapat memberikan informasi, pengetahuan dan pembelajaran kepada keluarga mengenai dismenore melalui pendidikan kesehatan

### **I.2.2 Tujuan Khusus**

- a. Memberikan asuhan keperawatan kepada remaja wanita yang mengalami dismenore mengenai dismenore
- b. Memberikan intervensi kepada remaja wanita yang mengalami dismenore mengenai cara mengurangi nyeri haid dengan melakukan terapi akupresur *sanyinjiao* (SP 6).
- c. Membuat media berupa *booklet* yang mencakup cara penanganannya dengan melakukan terapi akupresur *sanyinjiao* (Sp 6) yang nantinya dapat dilakukan secara mandiri.

### **I.2.3 Target Luaran**

- a. Target luaran dari karya ilmiah ini adalah *booklet* yang akan mendapatkan sertifikat HAKI

## **I.3 Manfaat Penelitian**

### **I.3.1 Bagi remaja dan keluarga**

Diharapkan karya ilmiah ini dapat memberikan informasi remaja yang mengalami dismenore yang dapat menjadi penanganan awal saat mengalami dismenore serta dapat menambah wawasan bagi keluarga yang masih awam dengan penanganan yang tepat untuk remaja dengan dismenore.

### **I.3.2 Bagi Pelayanan Kesehatan**

Diharapkan karya ilmiah ini dapat memberikan masukan, saran dan pedoman bagi pelayanan kesehatan untuk dapat memberikan pendidikan kesehatan mengenai dismenore serta dapat memberikan referensi terapi akupresure bagi remaja dengan dismenore.