

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja dalam perkembangannya, dihadapkan oleh berbagai perubahan yang mencakup perubahan biologis dan psikologis. Salah satu tanda seorang perempuan memasuki masa pubertas adalah terjadinya menstruasi. Menstruasi atau haid adalah perubahan fisiologis dalam tubuh wanita yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormone reproduksi. Menstruasi yang dialami para remaja wanita dapat menimbulkan masalah, salah satunya adalah *dysmenorrhea* atau nyeri haid. *Dysmenorrhea* atau nyeri haid merupakan salah satu keluhan yang dapat dialami wanita saat menstruasi, rasa nyeri mulai dirasakan 24 jam saat menstruasi dan bisa bertahan 49-72 jam. Namun, ada juga wanita yang mengalami nyeri mulai dari awal hingga hari terakhir menstruasi, yaitu sekitar 5 sampai 6 hari. Kejadian ini biasanya terjadi pada remaja yang berusia dibawah 20 tahun (Anurogo dan Wulandari, 2011).

Kejadian *dysmenorrhea* yakni sulitnya peredaran. Singkat *dysmenorrhea* ialah susahnya peredaran menstruasi ditambah nyeri, nyeri pada menstruasi dikatakan juga menjadi *dysmenorrhea*, itu terjadi pada satu sampai beberapa hari disaat menstruasi (Lestari, 2013).

Prevalensi *dysmenorrhea* di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan mengalami *dysmenorrhea* primer. Prevalensi di Amerika serikat kurang lebih sekitar 85%, di Italia sebesar 84,1% dan di Australia sebesar 80%, angka kejadian di Malaysia mencapai 69,4% dan di Indonesia angka kejadian



dysmenorrhea 64,25%. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Posyandu Remaja Desa Tambar Jogoroto Jombang dari 25 remaja putri didapatkan bahwa sebagian remaja putri yang sering mengalami *dysmenorrhea* sebanyak 10 responden dengan masalah *dysmenorrhea* berat, keluhan yang sering terjadi adalah nyeri pinggang, perut hingga panggul, mengalami pusing, mual dan bisa mengganggu aktifitas sehari-hari. Faktor yang dapat mempengaruhi remaja dapat disebabkan karena aktifitas yang berat dan stress. Upaya yang dapat dilakukan dengan istirahat dan meminum obat atau memberikan penanganan yang tepat baik secara farmakologis atau non farmakologis (Rustam, 2015).

Setiap perempuan yang sudah baligh secara biologisnya pasti mengalami menstruasi. Umumnya, banyak remaja mengalami menstruasi ketika berumur 12-16 tahun. Siklus menstruasi ini terjadi secara periodik setiap bulannya dengan rentang 28 hari normalnya, sedangkan masa haidnya antara 3-7 hari, artinya masa menstruasi akan terjadi setiap 28 hari sejak masa *menarche* (menstruasi pertama) dan terus berlangsung sampai masa *menopause* (berhentinya menstruasi secara permanen) yaitu ketika seseorang sudah tidak mengalami menstruasi lagi karena alasan fisiologis terkait usia dan kesuburan sistem reproduksinya. Di dalam siklus menstruasi ini terdapat sifat patologis yang normalnya tidak terjadi pada wanita normal yaitu *dysmenorrhea*. *Dysmenorrhea* yang dialami remaja umumnya bukan karena penyakit dan disebut *dysmenorrhea* primer. Tingkat stress berpengaruh terhadap *dysmenorrhea* primer. Secara umum stress yang timbul dari remaja berupa banyaknya tugas maupun ujian yang berpengaruh terhadap rasa sakit yang timbul saat menstruasi.



Hal ini disebabkan karena stress itu sendiri menyebabkan banyak reaksi yang terjadi dalam tubuh sebagai respon terhadap stress. Energi yang dimiliki tubuh akan lebih banyak digunakan untuk merespon stress dan beberapa hormon yang keluar sebagai respon terhadap stress yang mengakibatkan sistem kekebalan tubuh menurun sehingga berpotensi menimbulkan penyakit (Indahwati *et al.*, 2017).

Dampak pada penyakit *dysmenorrhea* ini akan mengakibatkan aktivitas belajar dalam pembelajaran bisa terganggu, konsentrasi menjadi menurun bahkan materi yang diberikan selama pembelajaran yang berlangsung yang tidak bisa ditangkap oleh perempuan yang mengalami *dysmenorrhea*, bahkan ada yang sampai mengalami pingsan karena rasa nyeri yang sangat berat. Keluhan yang biasanya dialami adalah nyeri lokal dibagian pinggang hingga panggul, rasa seperti ingin BAB dan berat, mammae terasa kencang, pusing, perut terasa begah, sering buang angin, mengganggu kegiatan sehari-hari (Lestari, 2013).

Banyak cara untuk menghilangkan atau menurunkan nyeri, baik secara farmakologis, misalnya obat-obat analgesik ataupun menghilangkan dengan cara yang bersifat non farmakologis. Pengobatan *dysmenorrhea* secara farmakologis biasanya diobati dengan obat anti-inflamasi *nonsteroidal* (NSAID). Ternyata obat-obatan ini mengakibatkan banyak kerugian, karena menimbulkan iritasi lambung, diare, serangan asma bronchial. Terapi non farmakologi seperti akupuntur telah digunakan untuk mengatasi *dysmenorrhea* dan telah direkomendasikan sebagai intervensi non farmakologi. Akupuntur adalah pengobatan yang aman bebas dari efek samping utama (Oktobriarani dan Ratnasari, 2016).



Titik akupuntur memiliki kemampuan rangsang sistem saraf pusat dan perifer dalam beberapa aspek mengatur aktivitas *neuroendokrin* berkaitan dengan ekspresi *reseptor hipotalamus pituitary ovaria*ksis, meningkatkan tingkat *Nitrit oxide* (NO) sehingga dapat merelaksasi otot uterus serta menghambat kontraksi kerja uterus yang berlebih, meningkatkan relaksasi dan mengurangi tekanan kontraksi otot polos, akibat perubahan mood kimia otak maka derajat serotonin tubuh serta dapat meningkatkan derajat *neuropeptide Y*. Kondisi tersebut akhirnya dapat mengatasi nyeri haid wanita dengan *dysmenorrhea*, merangsang lokasi saraf baik pada otot dan jaringan lain sehingga mendorong pelepasan endorfin dan faktor neuro hormonal yang lain mengakibatkan perubahan proses nyeri didalam otak dan batang spinal mengurangi tingkat peradangan dengan meningkatkan kelancaran pembuluh darah dan pelepasan faktor immunomodulari (Oktobriariani dan Ratnasari, 2016).

Hasil beberapa penelitian yang menjelaskan bahwa ada beberapa titik akupuntur yang dapat menyembuhkan nyeri haid atau *dysmenorrhea*, menurut Sumanto, (2015) dalam menangani *dysmenorrhea* dengan terapi akupuntur menggunakan titik *Guanyuan* (Ren4), *Guilai* (St29) dan *Sanyinjiao* (Sp6). Menurut Zhang et al., (2018) dalam menangani *dysmenorrhea* dengan terapi akupuntur menggunakan titik *Sanyinjiao* (Sp6) dan *Qihai* (Rn 6) (Afiyah, 2019).

Telah banyak penelitian yang menjelaskan efek aktivitas yang menemukan terapi titik akupuntur seperti yang telah dijelaskan tersebut diatas. Namun, pada penelitian belum ada titik kombinasi seperti titik *Hegu* dan *Sanyinjiao*. Keistimewaan pada titik *Hegu* dan titik *Sanyinjiao* adalah titik



kombinasi *Dao Ma* (titik gabungan) yang sangat umum, yang berfungsi mengatur sirkulasi darah sehingga dapat memperlancar menstruasi yang tidak teratur. Sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian aktifitas pada titik *Hegu* dan *Sanyinjiao*, serta peneliti ingin menguji bagaimana pengaruh titik *Hegu* dan *Sanyinjiao* terhadap *dysmenorrhea* pada remaja.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan pernyataan pada penelitian ini adalah : Bagaimana pengaruh terapi akupuntur titik *Sanyinjiao* dan titik *Hegu* terhadap *dysmenorrhea* pada remaja ?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Eksperimental ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi akupuntur titik *Sanyinjiao* dan titik *Hegu* terhadap *dysmenorrhea* pada remaja.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *dysmenorrhea* sebelum dilakukan penusukan terapi akupuntur titik *Sanyinjiao* dan titik *Hegu* terhadap *dysmenorrhea* pada remaja.
- b. Mengidentifikasi *dysmenorrhea* setelah dilakukan penusukan terapi akupuntur titik *Sanyinjiao* dan titik *Hegu* terhadap *dysmenorrhea* pada remaja.
- c. Menganalisis pengaruh terapi akupuntur titik *Sanyinjiao* dan titik *Hegu* terhadap *dysmenorrhea* pada remaja



1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis dari penelitian ini adalah sebagai pengembangan dalam proses belajar – mengajar terutama dalam mengetahui terapi alternatif akupuntur tanpa menggunakan nonfarmakologi dalam penanganan *dysmenorrhea*.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi peneliti

Peneliti dapat mempelajari dan mengetahui cara mengaplikasikan pemberian terapi akupuntur dalam menangani *dysmenorrhrea*

b. Bagi institusi tempat penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi kepada institusi pemerintah dalam hal ini khususnya di Posyandu Remaja Desa Tambar Jogoroto Jombang dapat digunakan sebagai tolak ukur dalam penanganan *dysmenorrhrea*

c. Bagi pelayanan Keperawatan

Untuk dijadikan bahan masukan bagi petugas kesehatan dalam upaya penanganan nyeri

