



# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seseorang. Masa ini ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, kognitif, sosial, dan emosional. 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 hormon reproduksi (Oktobriarani & Ratnasari, 2018). Pada saat menstruasi, tidak sedikit wanita yang mengalami keluhan biologis salah satunya yaitu keluhan nyeri atau kram perut dibagian bawah sebelum atau selama menstruasi yang disebut sebagai *dismenorea* (Pejčić & Janković, 2016). *Dismenorea* merupakan masalah ginekologis yang paling umum dialami wanita baik wanita dewasa maupun wanita pada usia remaja (Oktobriarani & Ratnasari, 2018).

*Dismenorea* yang dialami remaja umumnya bukan karena penyakit dan disebut *dismenorea* primer. Remaja yang berada di pondok pesantren, ada banyak kegiatan yang sangat berbeda dengan kehidupan diluar pondok pesantren. Sedangkan, ketika berada di pesantren banyak remaja yang harus mampu menjadi lebih mandiri dan menerima fasilitas yang ada di pondok pesantren, banyaknya aktivitas yang harus dijalankan oleh remaja baik ketika sekolah maupun di asrama, penyesuaian pola makan dan segala kebutuhan harus ditangani sendiri. Tingkat stress berpengaruh terhadap *dismenorea*

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 didalam tubuh sebagai respons terhadap stress. Energi yang dimiliki tubuh akan lebih banyak digunakan untuk merespon stress dan beberapa hormon yang keluar sebagai respons terhadap stress yang mengakibatkan sistem kekebalan tubuh menurun sehingga berpotensi menimbulkan penyakit (Indahwati *et al.*, 2017). Faktor yang dapat mempengaruhi remaja yang berada di pondok pesantren mengalami *dismenorea* bisa disebabkan karena aktivitas yang berat, padatnya jadwal kuliah atau sekolah dan kegiatan dipondok.

Prevalensi kejadian *dismenorea* masih tinggi, berdasarkan Badan Kesehatan Dunia (WHO) angka kejadian *dismenorea* di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami *dismenorea*. Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dismenorea*, dan 10-15% diantaranya mengalami *dismenorea* berat yang dapat menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun (World Health Organization, 2019). Angka kejadian *dismenorea* tahun 2018 di Indonesia cukup tinggi, yaitu menunjukkan penderita *dismenorea* mencapai 60-70% wanita di Indonesia. Angka kejadian *dismenorea* tipe primer di Indonesia adalah 54,89%, sedangkan sisanya 45,11% adalah tipe sekunder (Kemenkes RI, 2019). Di Jawa Timur jumlah remaja putri yang mengalami *dismenorea* sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenorea* primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder (Dhirah dalam Rattu *et al.*, 2021). Dalam



penelitian lain menyebutkan angka kejadian *dismenorea* primer di Jawa Timur sebanyak 71,3% (Ammar dalam Saputra *et al.*, 2021). *Dismenorea* primer pada umumnya terjadi setelah 1-2 tahun dari *menarche*, atau sumber lain mengatakan 1-3 tahun dari *menarche*. *Menarche* atau menstruasi pertama dimulai pada usia 12-15 tahun, berdasarkan hal tersebut maka *dismenorea* akan terjadi pada remaja yang berusia 16-19 tahun tetapi tidak jarang pula pada usia 20 ke atas masih banyak juga yang mengalami *dismenorea*. Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada sebagian santri di Asrama Hurun Inn dari 14 santri ada 85,71% santri dengan masalah *dismenorea*, keluhan yang sering terjadi adalah nyeri pinggang, nyeri perut bagian bawah hingga panggul, pusing, mual bahkan ada yang sampai muntah sehingga bisa mengganggu aktivitas sehari-hari. Upaya yang dapat dilakukan adalah dengan istirahat dan minum obat atau memberikan penanganan yang tepat baik secara farmakologis atau non farmakologis (Rustam, 2015).

Ada dua macam *dismenorea* yaitu *dismenorea* primer dan *dismenorea* sekunder. *Dismenorea* sekunder biasa terjadi pada usia 25 tahun keatas atau sudah menikah. Pada penderita *dismenorea* sekunder terjadi gangguan pada organ reproduksi wanita. Rasa sakit saat menstruasi pada penderita *dismenorea* sekunder ini lebih parah dan berlangsung lebih lama dari pada penderita *dismenorea* primer. *Dismenorea* primer adalah nyeri pada perut bagian bawah saat menstruasi tanpa disertai adanya kelainan atau penyakit pada panggul. *Dismenorea* primer disebabkan oleh zat kimia alami yang diproduksi oleh sel-sel lapisan dinding rahim yang disebut prostaglandin. Prostaglandin akan merangsang otot-otot halus dinding rahim berkontraksi.



Makin tinggi kadar prostaglandin, kontraksi akan makin kuat, sehingga rasa nyeri yang dirasakan makin kuat. Pada hari pertama menstruasi kadar prostaglandin sangat tinggi. Pada hari kedua dan selanjutnya, lapisan dinding rahim akan mulai terlepas dan kadar prostaglandin akan menurun. Rasa sakit dan nyeri haid akan berkurang dengan semakin menurunnya kadar prostaglandin (Nurwana *et al.*, 2017).

Dampak pada penyakit *dismenorea* pada remaja ini akan mengakibatkan aktivitas belajar dalam pembelajaran bisa terganggu, konsentrasi menjadi menurun sehingga materi yang diberikan selama pembelajaran yang berlangsung tidak bisa ditangkap oleh perempuan yang sedang mengalami *dismenorea*, 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 flatus atau buang angin, mengganggu kegiatan sehari-hari (Lestari, 2013).

Banyak cara untuk menghilangkan atau menurunkan nyeri, baik secara farmakologis, misal obat-obat analgesik ataupun menghilangkan dengan cara yang bersifat non farmakologis. Namun, pengobatan farmakologi dapat mengakibatkan banyak kerugian, karena menimbulkan iritasi lambung, kolik usus, diare, lekopeni dan serangan asma bronkial. Terapi non farmakologi seperti akupunktur telah digunakan untuk mengatasi *dismenorea* dan telah direkomendasikan sebagai intervensi non farmakologi. Akupunktur adalah pengobatan yang aman bebas dari efek samping utama (Oktobriarani & Ratnasari, 2018).



Titik akupunktur memiliki kemampuan rangsang sistem saraf pusat dan perifer, mengatur aktivitas neuroendokrin berkaitan dengan ekspresi *reseptor hipotalamus pituitari ovariansis*, meningkatkan tingkat Nitrit oksida (NO), merelaksasi otot uterus dan menghambat kontraksi uterus yang berlebih. Akupunktur juga mengatasi perubahan mood dengan meningkatkan sekresi endomorfina dan *neuropeptida Y*. Kondisi tersebut akhirnya dapat mengatasi nyeri haid dengan merangsang lokasi saraf, memicu pelepasan endorfin, mengubah proses nyeri didalam otak dan batang spinal, serta mengurangi peradangan dengan meningkatkan kelancaran pembuluh darah dan pelepasan faktor immunomodulasi (Oktobriani & Ratnasari, 2018).

Hasil beberapa penelitian yang menjelaskan bahwa ada beberapa titik akupunktur yang dapat menyembuhkan nyeri haid atau *dismenorea*, menurut Sumanto, (2015) dalam menangani *dismenorea* dengan terapi akupunktur menggunakan titik Guanyuan (RN4), Guilan (ST29) dan Sanyinjiao (SP6). Menurut Yu *et al.*, (2020) dalam menangani *dismenorea* dengan terapi akupunktur menggunakan titik Sanyinjiao (SP6) dan Xuanzhong (GB39). Menurut Oktobriani & Ratnasari (2018) dalam menangani *dismenorea* dengan terapi akupunktur menggunakan titik Kuan Yen (XIII.4) dan Sanyinjiao (IV,6). Menurut Zhang *et al.*, (2019) dalam menangani *dismenorea* dengan terapi akupunktur menggunakan titik Sanyinjiao (SP6) dan Xuanzhong (GB39) dan dalam menangani *dismenorea* dengan terapi akupunktur menggunakan titik Guanyuan (RN4) dan Qihai (RN6) (Afiyah & Umamah, 2019).



Telah banyak penelitian yang menjelaskan efektivitas yang menemukan terapi titik akupunktur terhadap *dismenorea* seperti yang telah di jelaskan tersebut diatas. Namun, pada penelitian belum ada titik kombinasi *Tung's* yang dijelaskan di buku *Lectures on Tung's Acupuncture* ada 3 titik untuk mengatasi *dismenorea*, yaitu *Men Jin* (66.05), *Mufu* (66.02) dan *Fu Ke* (11.24). Pada titik *Fu Ke* ini adalah poin utama untuk masalah ginekologi dan juga efektif untuk *dismenorea*, titik *Mufu* untuk gangguan reproduksi wanita terutama keputihan dan titik *Men Jin* digunakan untuk mengobati penyakit nyeri akut. Oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian menggunakan 2 titik yaitu titik *Fu Ke* dan *Men Jin*, serta peneliti ingin melihat apakah titik-titik ini bisa menjadi alternative yang efektif atau bahkan lebih baik dari titik-titik yang sudah ada dalam penelitian sebelumnya dan peneliti ingin menguji bagaimana pengaruh titik *Fu Ke* dan *Men Jin* terhadap *dismenorea* pada remaja.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, maka dapat dirumuskan pernyataan pada penelitian ini adalah : Bagaimana pengaruh terapi keperawatan komplementer akupunktur titik *Fu Ke* dan *Men Jin* terhadap *dismenorea* pada remaja?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Eksperimental ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh terapi keperawatan komplementer akupunktur titik *Fu Ke* dan *Men Jin* terhadap *dismenorea* pada remaja.



### 1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi *dismenorea* sebelum dilakukan penusukan terapi akupunktur titik *Fu Ke* dan *Men Jin* pada remaja.
- b. Mengidentifikasi *dismenorea* setelah dilakukan penusukan terapi akupunktur titik *Fu Ke* dan *Men Jin* pada remaja.
- c. Menganalisis pengaruh terapi akupunktur titik *Fu Ke* dan *Men Jin* terhadap *dismenorea* pada remaja.

### 1.4 Manfaat Penelitian

#### 1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti dapat mempelajari dan mengetahui cara mengaplikasikan pemberian terapi akupunktur dalam menangani *dismenorea*.

#### 1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian bisa dijadikan sebagai referensi dalam mengembangkan teori ilmu keperawatan khususnya dalam terapi non farmakologi dalam penanganan *dismenorea*.

#### 1.4.3 Manfaat Bagi Remaja

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai acuan atau bahan pengetahuan pada remaja sebagai dasar bahan pertimbangan terapi *alternative* tanpa menggunakan farmakologi untuk *dismenorea*.

