

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Transisi perubahan dari masa kanak – kanak menuju dewasa disebut dengan masa remaja. Ciri pada remaja perempuan yang paling khas salah satunya adalah menstruasi. Menstruasi merupakan keluarnya cairan berwarna merah atau yang disebut dengan darah dari uterus. Menstruasi terjadi ketika lepasnya dinding rahim bersamaan dengan pelepasan endometrium yang dialami oleh remaja perempuan setiap bulan. Terdapat beberapa remaja perempuan yang mengalami gangguan pada menstruasinya.

Remaja perempuan sering mengalami gangguan selama masa menstruasi. Gangguan menstruasi dapat menjadi salah satu indikator yang menunjukkan adanya gangguan pada sistem reproduksi serta bisa dihubungkan dengan risiko penyakit yaitu, kanker payudara, kanker rahim dan infertilitas. Gangguan yang terjadi pada saat menstruasi ada beberapa yaitu, gangguan yang berkepanjangan dan jumlah darah menstruasi, siklus menstruasi, serta gangguan lain yang berkaitan dengan menstruasi. (Shabrinafi Amalia et al., 2022)

Gangguan menstruasi sering dialami oleh remaja perempuan salah satunya dismenore. Dismenore merupakan gangguan menstruasi yang khas dengan kram pada perut. Dismenore pada wanita usia reproduktif dapat disertai dengan rasa sakit yang menjalar ke punggung, dengan rasa mual dan muntah, sakit kepala maupun diare. Penderita yang mengalami dismenore ini

sampai tidak bisa menjalankan aktivitas sehari – hari secara maksimal. Pernyataan ini sejalan dengan dismenore merupakan salah satu gejala bukan suatu penyakit, terjadi karena diakibatkan kontraksi disritmik miometrium yang menampilkan satu atau lebih gejala mulai dari nyeri yang ringan sampai berat (Artawan et al., 2022)

World Health Organization (WHO) 2020, menyatakan angka kejadian dismenore sejumlah 1.769.425 dengan kejadian dismenore primer sebanyak 90% pada wanita. Adapun prevalensi di Amerika Serikat sekitar 85%, di Itali 84,1% serta di Australia 80%. Sementara di Indonesia prevalensi remaja wanita yang mengalami dismenore primer terdapat 60% sampai 75%. Selain itu, pada wanita usia produktif didapatkan angka kejadian dismenore berkisar 45% sampai 95% (Serlina et al., 2025). Menurut data Survei Kesehatan Reproduksi Remaja (SKRR) Provinsi Jawa Timur tahun 2021 sekitar 4.653 remaja mengalami dismenore. Prevalensi kejadian dismenore primer sebanyak 4.297 (90,25%) sedangkan yang mengalami dismenore sekunder sebanyak 365 orang (9,75%) (Meinawati & Malatuzzulfa, 2021).

Dismenore terjadi karena 2 faktor penyebab yaitu fisiologis dan psikologis. Faktor fisiologis terjadi karena tubuh belum bisa beradaptasi dengan perubahan pada hormon dan sistem reproduksi yang belum siap. Faktor psikologis terjadi ketika belum matang secara mental untuk menghadapi dampak menstruasi. (Ayuningtyas & Ratnawati, 2021).

Dismenore pada remaja mempunyai beberapa dampak jika tidak ditangani dengan benar. Dismenore dapat mempengaruhi keterbatasan fisik

dan konsentrasi akademik. Kejadian tersebut dapat dibuktikan dengan penelitian yang dilakukan oleh Selvina, Irma dan Saiful (2024) dengan hasil dari 38 responden terdapat 33 responden yang mengalami gangguan aktivitas belajar (Widianti et al., 2024). Sesuai dengan penelitian I Putu Artawan, et al (2022), menyebutkan sebanyak 132 orang mengalami kualitas tidur yang buruk dikarenakan dismenore sedangkan 13 orang dengan kualitas tidur baik. (Artawan et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Indah dan Susilowati (2022) menunjukkan bahwa dismenore bisa berdampak pada proses belajar pada remaja perempuan. Dikarenakan peningkatan prostaglandin yang menyebabkan kontraksi uterus yang dapat memicu keluhan dismenore. Hal ini dapat berdampak terhadap kondisi fisik yang lemah, sehingga dapat menimbulkan gangguan aktivitas belajar pada remaja perempuan tersebut (Indah & Susilowati, 2022). Selain itu, dampak jangka panjang yang bisa diakibatkan oleh dismenore yaitu kemandulan (Amelia & Mongsidi, 2022).

Penanganan dismenore bisa dilakukan oleh seorang tenaga kesehatan dengan menggunakan metode farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis dengan mengonsumsi obat anti nyeri (Harahap et al., 2022). Sedangkan penanganan secara nonfarmakologis salah satunya yaitu dengan pemberian akupresur.

Dalam mengatasi dismenore salah satu caranya ada dengan pemberian akupresur. Akupresur merupakan suatu tindakan fisioterapi dengan cara diberikan pijatan serta stimulasi di titik – titik tertentu pada tubuh. Tindakan

ini memiliki tujuan untuk menurunkan dismenore serta dapat membantu mencegah suatu penyakit (Sari & Listiarini, 2021).

Pemberian pijatan pada titik – titik meridian akupresur, sistem saraf akan menugaskan sistem endokrin untuk membebaskan endorphen menyesuaikan kebutuhan tubuh yang dapat memberikan rileksasi secara alami pada tubuh. Endorphen merupakan salah satu pembunuh rasa nyeri yang bisa diberikan oleh tubuh sendiri dengan cara salah satunya akupresur (Dewi et al., 2025). Titik yang bisa dilakukan akupresur dengan tujuan menurunkan dismenore yaitu pada titik LI4, SP6, dan PC6. Akupresur ini dapat dilakukan pemijatan sebanyak 30 kali untuk setiap titik dan diterapkan selama 2 hari menunjukkan adanya penurunan intensitas nyeri dismenore (Jatnika et al., 2022).

Penelitian yang dilakukan Uliarta dan Lili (2022) mengatakan bahwa saat diberikan akupresur pada titik LI4 terdapat perbedaan antara nyeri sebelum pemberian akupresur dan sesudah diberikan akupresur. Titik LI4 dapat digunakan untuk menenangkan pikiran dan menghilangkan kecemasan, dalam hal ini dismenore bisa disebabkan oleh stres, dan gangguan psikologis (Marbun & Sari, 2022). Titik LI4 pada daerah tangan (di permukaan punggung tangan antara ibu jari dan jari telunjuk kira-kira di tengah tulang metacarpal kedua) (Revianti et al., 2021).

Menurut penelitian dari Frisca dan Fitri (2024) menemukan bahwa efektif untuk menurunkan nyeri dismenore. Titik ini berada dipergelangan

tangan. PC6 ini berfungsi untuk menyeimbangkan energi dan mengurangi mual serta nyeri haid (Wardani & Windari, 2024).

Pemberian akupresur pada titik meridian SP6 yang memiliki manfaat yaitu untuk memperkuat limpa, dan mengembalikan keseimbangan *Yin* dan darah, hati, serta ginjal. Sehingga, dapat memperkuat pasokan darah dan memperlancar peredaran darah. Hasilnya akupresur pada titik ini dapat mengurangi nyeri dismenore (Aminatussyadiah et al., 2023). Titik SP6 terletak di kaki bagian dalam tepatnya 4 jari di atas mata kaki (Jatnika et al., 2022).

Dari 214 mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang Kampus IV Kebidanan Kediri terdapat 179 mahasiswa yang mengalami nyeri haid. Dengan proses pengumpulan data dengan cara primer menggunakan *google form*. Sehingga, terdapat beberapa yang tidak mengisi sebanyak 15 mahasiswa. Dapat disimpulkan bahwa terdapat lebih dari 50% dari jumlah mahasiswa yang mengalami nyeri menstruasi

Berdasarkan uraian tersebut, maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui Efektivitas Pemberian akupresur terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang Kebidanan Kampus IV Kebidanan Kediri.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, didapatkan rumusan masalah yaitu:

“Adakah Efektivitas Pemberian Akupresur Pada Titik LI4, PC6 dan SP6 Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang Kampus IV Kebidanan Kediri?”

1.3 Tujuan Penelitian

Tujuan penelitian ini adalah untuk:

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Efektivitas Pemberian Akupresur Pada Titik LI4, PC6 Dan SP6 Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang Kampus IV Kebidanan Kediri.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri menstruasi sebelum pemberian akupresur titik LI4, PC6 dan SP6 pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang Kampus IV Kebidanan Kediri.
- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri menstruasi sesudah pemberian akupresur titik LI4, PC6 dan SP6 pada Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Malang Kampus IV Kebidanan Kediri.
- c. Menganalisis efektivitas pemberian akupresur pada titik LI4, PC6 dan SP6 terhadap penurunan nyeri menstruasi pada Poltekkes Kemenkes Malang Kampus IV Kebidanan Kediri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan menambah ilmu pengetahuan kebidanan tentang efektivitas pemberian akupresur pada titik LI4, PC6 dan SP6 terhadap penurunan nyeri menstruasi pada mahasiswa kebidanan Kampus IV Kediri.

1.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menambah pengalaman dan wawasan, serta menjelaskan efektivitas pemberian akupresur pada titik LI4, PC6 dan SP6 terhadap penurunan nyeri menstruasi.

b. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi bagi remaja perempuan yang mengalami nyeri menstruasi.

c. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan ilmu khususnya tentang manfaat akupresur terhadap penurunan nyeri menstruasi.