

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja juga sering disebut masa pubertas, yaitu suatu fase perkembangan yang ditandai dengan terjadinya kematangan organ seksual dan tercapainya kemampuan reproduksi. Batasan usia remaja berbeda-beda sesuai dengan masalah pada masa remaja. Secara fisik remaja ditandai oleh perubahan ciri pada penampilan fisik dan fungsi fisiologis, terutama yang berkaitan dengan kelenjar seksual, yang salah satunya adalah dengan mulainya menstruasi (pratiwi, 2012)

Menstruasi terjadi karena kerja hipotalamus dan hipofisis, yang berinteraksi dengan faktor genetalia maupun lingkungan dan perubahan hormonal (estrogen dan progesteron). Menstruasi merupakan penandaan kematangan organ reproduksi pada wanita, umumnya remaja mengalami menarche pada usia 12-16 tahun dengan siklus normal 22-35 hari, selama 2-7 hari. (Kusmiran,2013), Dismenore adalah nyeri haid yang dirasakan di bagian perut bagian bawah dan menjalar sampai ke panggul yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. (Apriliani, 2013).

Umumnya saat menstruasi banyak wanita yang merasakan keluhan berupa nyeri yang berlangsung 2-3 hari, dimulai sehari sebelum mulai haid. Nyeri saat haid (dismenorea) yang dirasakan setiap wanita berbeda-beda, ada yang sedikit terganggu namun ada pula yang sangat terganggu

hingga tidak dapat menjalankan aktivitas sehari-hari dan membuatnya harus istirahat bahkan terpaksa absen dari sekolah(Andriyani, 2013).

Dismemore merupakan rasa sakit atau nyeri hebat pada bagian bawah perut yang terjadi saat wanita mengalami siklus menstruasi. Nyeri biasanya berlangsung sesaat sebelum haid, selama haid, hingga berakhirnya siklus menstruasi. Nyeri yang terus-menerus membuat penderitanya tidak bisa beraktivitas (“Asuhan Keperawatan Pada Pasien Dengan Gangguan Sistem Reproduksi,” 2018).

Meskipun dismenore banyak dialami oleh perempuan yang menstruasi, tetapi banyak pula dari mereka yang sering mengabaikan nyeri tersebut tanpa melakukan upaya penanganan yang tepat, kondisi seperti ini bisa saja membahayakan kesehatan mereka sendiri apabila dibiarkan begitu saja karena nyeri tersebut bisa saja merupakan gejala endometriosis atau penyakit dismenore sekunder lainnya, padahal masih banyak cara yang bisa mereka lakukan untuk mengurangi nyeri tersebut.

Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami dismenore. Berdasarkan kriteria WHO umur remaja berkisar antara 10-19 tahun. Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia cukup besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap Negara mengalami nyeri menstruasi, survei yang dilakukan frontier menyatakan 62,7% dari wanita Indonesia mengalami nyeri yang mengganggu pada saat menstruasi dan menjadi kendala bagi wanita dalam melakukan aktivitas, berdasarkan hasil penelitian angka kejadian dsmienore di jawa barat cukup tinggi hasil penelitian

didapatkan kejadian sebesar 54,9% wanita mengalami dismenore, terdiri dari 24,5% mengalami dismenore ringan, 21,28% mengalami dismenore sedang dan 9,36% mengalami dismenore berat. (Arnis, 2012). Untuk mengurangi dismenore terdapat dua tindakan yaitu secara farmakologi dan non farmakologi, pengobatan farmakologi yaitu dengan pemberian analgetik sebagai penghilang rasa sakit sedangkan non farmakologi dapat diatasi dengan Akupresur. (“manajemen kesehatan menstruasi,” 2017)

Akupresur merupakan pengobatan dari Tiongkok yang sudah dikenal sejak ribuan tahun lalu dan dengan memberikan tekanan atau pemijatan dan menstimulasi titik-titik tertentu dalam tubuh. Salah satu efek penekanan titik akupresur yaitu dapat meningkatkan kadar endorphen yang berguna sebagai pereda nyeri yang diproduksi tubuh di dalam susunan saraf pusat (Hartono, 2012).

Teknik akupresur dapat mengurangi sensasi-sensasi nyeri melalui peningkatan endorphen, yaitu hormon yang mampu menghadirkan rasa rileks pada tubuh secara alami, memblok reseptor nyeri ke otak (Aprillia, 2010). Penekanan titik akupresur dapat berpengaruh terhadap produksi endorphen dalam tubuh. Endorphen adalah pembunuh rasa nyeri yang dihasilkan sendiri oleh tubuh.

Menurut penelitian at.all 2011 Neda Mirbagher-Ajorpaz, Mohsen Adib-Hajbaghery Akupresur efektif untuk mengurangi dismenore. Terapi akupresur secara empiris terbukti dapat meningkatkan hormon endorphen pada otak yang secara alami dapat membantu menawarkan rasa nyeri. Dalam Neda Mirbagher-

Ajorpaz, Mohsen Adib-Hajbaghery 2011 melaporkan bahwa efektivitas akupresur dalam meringankan disemenorea segera dan hingga 2 jam setelah dilakukan akupresure. Menurut hasil penelitian kami efek analgesic positif dari akupresur berlanjut selama 3 jam dengan efek puncaknya kembali pada 6 jam setelah perawatan (Mirbagher-Ajorpaz, Adib-Hajbaghery, & Mosaebi, 2011).

Melihat dari latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk memberikan Teknik Akupresur untuk mengurangi intensitas nyeri dismenore pada remaja, karena selain teknik ini terbukti efektif mengurangi intensitas nyeri dismenore, teknik ini juga mudah dilakukan dan tidak perlu mengeluarkan biaya.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka dibuat rumusan masalah dalam penelitian ini “ Asuhan Kebidanan Penatalaksanaan Teknik Akupresur untuk Menurunkan Nyeri Dismenore Primer pada Remaja”

C. Tujuan Asuhan

Melakukan asuhan Teknik Akupresur untuk mengurangi nyeri dismenore pada remaja.

D. Manfaat Asuhan Kebidanan

1. Manfaat Teoritis

Memberikan informasi, pengetahuan dan pengembangan ilmu tentang tehnik Akupresur untuk mengurangi nyeri dismenore pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Peneliti

Asuhan ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan bagi peneliti dengan menerapkan teknik akupresur pada remaja yang mengalami dismenore.

b. Universitas Muhammadiyah Tasikmalaya

Dengan adanya asuhan ini diharapkan bisa menjadi tambahan wawasan untuk penelitian para mahasiswa selanjutnya.

c. Profesi

Dengan adanya asuhan ini diharapkan bisa menjadi tambahan referensi untuk melakukan asuhan kebidanan pada remaja.

d. Tempat Penelitian

Diharapkan adanya asuhan ini bisa memberikan pelatihan untuk teknik akupresure agar masyarakat dapat menerapkannya secara mandiri jika terjadi nyeri dismenore.

e. Penelitian selanjutnya

Dengan adanya asuhan ini diharapkan untuk kedepannya bisa lebih memahami tentang teknik akupresur ini guna untuk meringankan nyeri dismenore.

