

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi ialah peristiwa luruhnya laisan bagian dalam dinding uterus atau disebut endometrium. Menstruasi merupakan salah satu tanda pubertas remaja perempuan (Musmiah, Rustaman & Saefudin: 2019). ketika menstruasi, masalah yang sering dirasakan oleh wanita ialah ketidaknyamanan seperti rasa nyeri yang hebat yang disebut *dismenore*. Dismenore merupakan bukan suatu penyakit. Kata tersebut biasa digunakan ketika mengalami nyeri haid yang cukup berat yang perlu dilakukan pengobatan baik oleh penderita sendiri menggunakan analgesik atau memeriksakan diri ke dokter (Setyowati, 2018).

Angka kejadian nyeri menstruasi (*dismenore*) pada remaja di Asia adalah 74.5%. Pada remaja putri hispanic prevalensi dismenore sebesar 85%. Sedangkan angka kejadian di Indonesia adalah 55%. Melihat data tersebut dapat diartikan bahwa hampir semua wanita pernah mengalami dismenore (Setyowati, 2018). Nyeri menstruasi berdampak pada aktivitas sehari-hari dan kegiatan akademik remaja karena bersifat mengganggu yang disebabkan oleh nyeri tersebut (Pramardika & Fitriana, 2019).

Penelitian yang dilakukan Saguni (2013) pada siswi yang merasakan dismenore mengalami gangguan pada kegiatan pembelajaran dikarenakan rasa nyeri yang dialaminya. Saat siswi nyeri haid, mereka akan meminta

dispensasi untuk istirahat di UKS atau izin untuk pulang. Berdasarkan hasil penelitian Novia & Puspitasari (2008) sebagian besar wanita 30-70% yang mengalami nyeri haid akan mengobatinya dengan cara membeli obat pereda nyeri yang dijual bebas tanpa resep dokter. Hal tersebut dapat menimbulkan resiko, penggunaan obat analgesic berilang tanpa resep dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan pencernaan karena analgesic relative bersifat asam.

Penanganan dismenor tidak hanya berupa farmakologi saja, tetapi ada juga dalam bentuk non farmakologi atau komplementer. Pada penelitian Yati (2015) menyatakan bahwa Adanya pengaruh pelaksanaan akupresur antara nyeri sebelum dan nyeri sesudah, dengan nilai signifikansi 0.000, dan beda rata-rata sebelum dan sesudah 0,645. Akupresur dapat mengurangi nyeri dengan cara meningkatkan hormon endorphen (Aprillia, 2010).

Penelitian Wianti dan Pratiwi (2018) yaitu siswa yang berpengetahuan kurang tentang dismenore berjumlah 20 responden (24,7%). Pengetahuan cukup yaitu 32 responden (39,5%), dan berpengetahuan baik yaitu 29 responden (35,8%). Dengan demikian diketahui bahwa kurang dari setengah kelas X di SMKN 1 Kadipen tahun 2017 memiliki pengetahuan cukup. Rendahnya pengetahuan siswi berdampak terhadap kurangnya upaya dalam pemeliharaan diri dalam menghadapi gangguan menstruasi.

Upaya untuk menurunkan kejadian dismenore tentunya harus disertai dengan pengetahuan yang cukup pada remaja. Pengetahuan didapatkan sesudah seseorang mendeteksi objek tersentu. Oleh karena itu, diperlukan

pengetahuan yang cukup pada remaja agar dapat melakukan penganan yang benar saat mengalami dismenore. Pengetahuan mengenai dismenore dapat diperoleh melalui pendidikan kesehatan berupa penyuluhan (Gandi & Darmapatni, 2018)

Menurut Notoatmodjo (dalam Novitasari, 2012) pendidikan kesehatan adalah suatu upaya pengajaran kepada masyarakat agar mereka mau melakukan pemeliharaan (mengatasi masalah) serta ikut serta dalam meningkatkan kesehatan. Pendidikan kesehatan ini didasarkan oleh pengetahuan dan proses pembelajaran yang diharapkan dapat membawa perubahan berupa pemeliharaan kesehatan dan juga peningkatan kesehatan di masyarakat. Dalam proses pendidikan kesehatan ini, masyarakat memperoleh pengetahuan dari berbagai media. Media promosi kesehatan ini membantu agar pesan yang disampaikan itu mudah di pahami oleh sasaran dengan tepat dan jelas.

Penyampaian informasi bisa menggunakan media seperti, media social, media elektronik, majalah, film, tv, surat kabar, dan radio. Media social terbukti efektif dalam meningkatkan pengetahuan. Selain itu, penggunaan media sosial lebih tepat dilakukan dalam situasi pandemic covid-19.

Pendidikan kesehatan dapat dilakukan menggunakan media social WhatsApp (WA). Menurut Jayani (2019) data dari survei Hootsuite Januari 2019, sebanyak 83% atau 124 juta orang di Indonesia adalah pengguna WhatsApp Berdasarkan hasil penelitian (Paratama dan Kartikawati, 2017) menunjukkan bahwa penggunaan metode *Group Investigation (GI)* melalui

WA Messenger sebagai pembelajaran online berdampak positif dalam meningkatkan hasil belajar.

Hasil penelitian Qifti (2020) menunjukkan terdapat pengaruh pendidikan kesehatan menggunakan WhatsApp terhadap Diabetes Awareness siswa. Hal ini juga menunjukkan ada efek dari pendidikan kesehatan terhadap komponen pengetahuan, sikap dan tindakan. Pendidikan kesehatan berbasis WhatsApp dapat dijadikan sebagai media dalam program Pendidikan kesehatan terutama pada remaja untuk meningkatkan kesadaran siswa untuk melakukan pencegahan penyakit sejak dini.

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan kepada 10 remaja di MTs NU Ungaran, seluruh siswa menggunakan media social WhatsApp sebagai media komunikasi dan pembelajaran. WhatsApp digunakan sebagai media untuk membagikan materi pembelajaran daring, ulangan, foto dan video. Dari 10 remaja tersebut, 8 mengalami dismenore dan tidak melakukan penanganan untuk mengurangi nyeri menstruasi dan. Hal ini dikarenakan mereka tidak mengetahui penanganan dismenore. 1 orang diantaranya pernah membaca penanganan nyeri menstruasi menggunakan teknik akupresur melalui google. Sebelumnya MTs NU Ungaran belum pernah ada yang melakukan penyuluhan di tempat tersebut.

Dari penjelasan latar belakang, penulis terdorong untuk melakukan penelitian Perbedaan Pengetahuan Remaja Perempuan Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan Tentang Penanganan Dismenore Menggunakan Akupresur.

B. Rumusan Masalah.

Dari latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu bagaimana Perbedaan Pengetahuan Remaja Perempuan Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan Tentang Penanganan Dismenore Menggunakan Akupresur ?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Perbedaan Pengetahuan Remaja Perempuan Sebelum dan Sesudah Pendidikan Kesehatan Tentang Penanganan Dismenore Menggunakan Akupresur.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi gambaran pengetahuan remaja sebelum diberikan pendidikan kesehatan. tentang penanganan nyeri menstruasi menggunakan akupresur.
- b. Mengidentifikasi gambaran pengetahuan remaja sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang penanganan nyeri menstruasi menggunakan akupresur.
- c. Mengidentifikasi perbedaan pengetahuan sebelum dan sesudah diberikan pendidikan kesehatan tentang penanganan nyeri menstruasi menggunakan akupresur.

D. Manfaat

1. Manfaat Praktis

Dapat dijadikan salah satu sumber ilmu tentang sejauh mana tingkat pengetahuan remaja mengenai terapi komplementer, khususnya penanganan nyeri menstruasi menggunakan akupresur dan keefektifitasan pendidikan kesehatan secara online terhadap pengetahuan remaja.

2. Manfaat keilmuan

Dapat menjadi salah satu bahan laporan dalam rangka meningkatkan pengetahuan remaja cara penanganan nyeri menstruasi dengan akupresur.

3. Manfaat peneliti

Penelitian ini berguna untuk pengalaman agar dapat menambah pemahaman peneliti supaya dapat mengaplikasikan ilmu pada masyarakat dan sebagai salah satu ketentuan untuk menamatkan.