

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Massage effluarge adalah tehnik pijatan yang dilakukan untuk membantu mempercepat proses pemulihan nyeri dengan menggunakan sentuhan tangan untuk menimbulkan efek relaksasi. Effluarge merupakan manipulasi gosokan yang halus dengan tekanan relatif ringan sampai kuat, gosokan ini mempergunakan seluruh permukaan tangan satu atau permukaan kedua belah tangan, sentuhan yang sempurna dan arah gosokan selalu menuju ke jantung atau searah dengan jalannya aliran pembuluh darah (Alimah, 2012).

Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada seorang wanita. Pada remaja awal, menstruasi kadang menimbulkan ketakutan dan kekhawatiran, sebab ketika menstruasi datang biasanya disertai beberapa keluhan salah satunya adalah nyeri haid (Dismenore). Nyeri haid merupakan keadaan dimana seorang perempuan mengalami nyeri saat menstruasi yang berefek tidak menyenangkan sehingga menyebabkan gangguan dalam melakukan aktivitas sehari-hari karena nyeri yang dirasakannya. Kondisi ini dapat berlangsung 2 hari atau lebih dari hari menstruasi yang dialami setiap bulan (Afiyanti & Pratiwi, 2016).

Menurut WHO pada tahun 2015 didapatkan data wanita yang menderita dismenore sebanyak 1.769.425 jiwa (90%). Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore skunder. Angka kejadian nyeri menstruasi berkisar 45-95% dikalangan wanita usia produktif (Utami, 2014).

Terapi nyeri haid tidak hanya dengan menggunakan metode farmakologi tetapi juga bisa dengan nonfarmakologis. Dalam menangani nyeri haid yang dirasakan bisa dilakukan dengan menggunakan massage effleurage. Effleurage adalah suatu bentuk masage dengan menggunakan kedua telapak tangan yang memberikan tekanan lembut dari atas permukaan tubuh dengan arah sirkular secara berulang. Teknik ini bertujuan untuk meningkatkan sirkulasi darah, dan menghangatkan otot abdomen serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. Effleurage merupakan suatu teknik massage yang aman, sangat praktis dilakukan, tidak memerlukan banyak alat dan biaya, tidak memiliki efek samping dan sangat mudah dilakukan kapanpun (Tikamala, 2016).

Beberapa penelitian telah dilakukan untuk mengetahui pengaruh dari massase effluarge seperti Wahyu Agustina (2016) mendapatkan hasil bahwa massase effluarge memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri dismenore.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti dengan berdasarkan wawancara dengan remaja putri MA dipondok pesantren Da'watul Khaer didapatkan keterangan bahwa rata-rata remaja putri MA dipondok

pesantren Da'watul Khaer hanya beberapa orang yang mengetahui tentang pengertian massase effluarge, tujuan massase effluarge, manfaat massase effluarge dan tehnik massase effluarge.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Gambaran tingkat pengetahuan remaja putri MA tentang massase effluarge di pondok pesantren Da'watul Khaer “.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah yang dapat peneliti susun yaitu “Bagaimana Gambaran tingkat pengetahuan remaja putri MA tentang massase effluarge di pondok pesantren Da'watul Khaer”

## **C. Tujuan**

### 1. Tujuan Umum

Diketahuinya gambaran tingkat pengetahuan remaja putri MA tentang massase effluarge di pondok pesantren Da'watul Khaer

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik dari responden
- b. Mengidentifikasi gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang massase effluarge di pondok pesantren Da'watul Khaer.

## **D. Manfaat**

### 1. Bagi Peneliti

Diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai pentingnya upaya penanganan dismenore dengan massase effluarga.

## 2. Bagi Responden

Sebagai informasi bagi remaja mengenai gambaran tingkat pengetahuan tentang masalah effluarge di pondok pesantren Da'watul Khaer.

## 3. Bagi Institusi

Sebagai media informasi, pengetahuan dan referensi kepada institusi dan mahasiswa tentang masalah effluarge sebagai upaya penanganan dismenore

## 4. Bagi tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih meningkatkan perhatian terhadap program penyuluhan dan pelayanan pendidikan kesehatan remaja khususnya tentang dismenorea dan cara mengatasinya.