

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kesehatan merupakan sebuah keadaan sehat secara fisik, mental, spiritual, dan sosial yang memungkinkan setiap orang untuk hidup produktif secara sosial dan ekonomi. Kesehatan pada reproduksi adalah bagian penting dari mempersiapkan dan mendatangkan sumber daya manusia yang andal serta generasi yang sehat untuk mewujudkan keluarga yang sehat di masa depan (Kementerian Kesehatan RI, 2021).

Setiap manusia akan melalui berbagai fase kehidupan, dimulai dengan fase sebelum kelahiran dan fase sesudah kelahiran. Setelah fase kelahiran, manusia melanjutkan ke fase bayi, anak-anak, remaja, dewasa, dan yang terakhir adalah fase tua. Pada setiap fase kehidupan manusia memiliki tugas yang harus diselesaikan untuk berkembang (Andayani & Susanti, 2021).

Menurut WHO remaja adalah orang-orang dengan rentang usia 10-19 tahun; Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 tahun 2014 menyatakan bahwa remaja adalah orang-orang dalam rentang usia 10-18 tahun; sedangkan BKKBN mengatakan remaja adalah orang-orang dalam rentang usia 10-24 tahun dan belum menikah (Berliana *et al.*, 2021).

Salah satu perkembangan fisik remaja ditandai dengan adanya perubahan pada seks primer yang dikenal dengan menstruasi. Menstruasi adalah siklus alami yang terjadi secara teratur pada tubuh setiap perempuan sebagai bentuk pembuangan darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang terjadi secara bertahap dari

dinding rahim perempuan secara periodik (Promosi Kesehatan, 2024).

Perempuan mengalami menstruasi secara normal, tetapi beberapa perempuan mengalami gangguan saat menstruasi dan beberapa mengalami menstruasi yang tidak normal. Masalah ginekologi yang paling sering dikeluhkan oleh perempuan adalah nyeri yang muncul saat menstruasi (Ariendha & Handayani, 2022).

Nyeri yang muncul saat menstruasi disebabkan oleh peningkatan konsentrasi senyawa prostaglandin dalam darah menstruasi sehingga menyebabkan kontraksi uterus lebih kuat, yang akhirnya menyebabkan nyeri menstruasi. Ketika kontraksi uterus ini tidak teratur, otot dinding rahim menjadi kaku dan tegang. Nyeri menstruasi diikuti oleh vasokonstriksi atau penyempitan pembuluh darah yang menyebabkan nyeri di bagian supra pubik. Nyeri dapat terjadi selama menstruasi, biasanya berupa kram dan terletak di bagian bawah perut. Nyeri menstruasi bervariasi dari yang ringan hingga yang parah. Lama dan jumlah darah menstruasi terkait langsung dengan keparahan nyeri menstruasi. Seperti yang semua orang ketahui bahwa menstruasi hampir selalu diikuti dengan mulas atau nyeri (Andayani & Susanti, 2021).

Nyeri yang muncul saat menstruasi dapat dikenali dengan berbagai gejala, diantaranya yang paling umum berupa sakit yang teramat sangat, rasa berdenyut, mual, nyeri seperti terbakar, atau sakit yang sangat menusuk. Nyeri menstruasi dapat timbul beberapa hari sebelum menstruasi atau mungkin menyertainya, dan biasanya mereda hingga akhir menstruasi (Wulandari & Kustriyani, 2019).

WHO (2019) merilis data jumlah prevalensi nyeri menstruasi di seluruh dunia sangat tinggi, dengan rata-rata lebih dari 50% perempuan mengalami nyeri

menstruasi primer. Nyeri menstruasi menyumbang prevalensi sebesar 89.5% dari seluruh gangguan menstruasi. Angka kasus nyeri menstruasi tidak sama di semua negara, seperti misalnya di Amerika Serikat, prevalensi kasus nyeri menstruasi sekitar 85%, di Italia 84,1%, dan di Australia 80%. Di Asia, prevalensi rata-rata sekitar 84,2%, dengan perincian 68,7% di Asia Timur laut, 74,8% di Asia Tengah, dan 54,0% di Asia Barat laut. Angka kejadian nyeri menstruasi di negara-negara Asia Tenggara juga berbeda; di Malaysia mencapai 69,4% dan Thailand sebesar 84,2% (WHO, 2019).

Di Indonesia, 107.673 orang (64,25%) menderita nyeri menstruasi, dengan 59.671 orang (54,89%) menderita nyeri menstruasi primer dan 9.496 orang (9.36%) menderita nyeri menstruasi sekunder (Putri, 2024). Nyeri menstruasi yang tidak ditangani dapat menyebabkan kondisi patologis, hingga meningkatkan angka kematian dan mempengaruhi infertilitas. Nyeri menstruasi dapat diobati secara farmakologi dengan analgesik yaitu obat anti sakit atau NSAID, seperti piroxicam, ibuprofen, atau asam mefenamat (Napu & Taqiyah, 2023). Selain itu, nyeri menstruasi dapat ditangani dengan metode non farmakologi. Cara non farmakologi untuk mengurangi nyeri menstruasi termasuk penggunaan herbal, kompres hangat pada punggung dan perut bagian bawah, mandi dengan air hangat, berolahraga, menggunakan aromaterapi, dan melakukan pemijatan (Sari & Listiarini, 2021).

Terapi akupresur berasal dari Cina lebih dari lima abad yang lalu. Teori tentang keseimbangan berasal dari ajaran Taoisme yaitu dasar seni akupresur dan ilmu penyembuhan. Sesuai dengan kepercayaan Taoisme, semua materi alam dan sifat-sifatnya dikelompokkan menjadi dua yaitu *Yin* dan *Yang*. Salah satu tindakan fisioterapi adalah akupresur yang melibatkan pemijatan dan stimulasi pada titik-

titik tubuh, dikenal sebagai meridian atau garis aliran energi, dengan tujuan untuk mengurangi nyeri dan melancarkan fungsi organ (Sari & Listiarini, 2021).

Penelitian Khamidah *et al.* (2023) tentang *Acupressure to Overcome Dysmenorrhea in Teenager* yaitu efek terapi akupresur kepada 38 responden remaja putri dengan nyeri menstruasi primer. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara akupresur sebagai pengobatan nyeri menstruasi pada remaja putri.

Marlinda *et al.* (2022) melakukan penelitian pada 30 remaja putri tentang pengaruh akupresur pada tiga titik tubuh untuk mengurangi nyeri menstruasi, akupresur dilakukan pada titik SP 6, SP 10, dan LV 3 pada hari pertama dan kedua menstruasi dengan pemberian intervensi selama 15 menit. Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan akupresur pada tiga titik tersebut memiliki efek signifikan terhadap penurunan tingkat nyeri menstruasi pada remaja putri.

Sari *et al.* (2022) melakukan penelitian tentang efektifitas terapi akupresur terhadap nyeri menstruasi pada remaja dengan responden 40 orang, dilakukan selama tiga hari berturut-turut saat menstruasi, pada titik LI 4 dan ST 36 bilateral sebanyak tiga puluh kali. Hasil penelitian menunjukkan bahwa akupresur dapat menurunkan tingkat nyeri menstruasi pada remaja putri.

Penelitian Sulistyawati (2020) terkait pengaruh akupresur yang dilakukan pada titik LI 4 dan SP 10, intervensi dilakukan pada hari pertama menstruasi dengan intervensi selama 20 menit, hasil penelitian menunjukkan bahwa akupresur dapat mengobati nyeri menstruasi secara non farmakologi dengan menstimulasi area tertentu tubuh untuk mengurangi tingkat nyeri.

Penelitian Putri (2020) tentang pemberian akupresur yang dilakukan pada titik *acupoint* PC 6, LI 4, dan SP 6 dengan akupresur selama 1-2 menit sebanyak 5 kali, hasil penelitian menunjukkan bahwa terapi akupresur berhasil mengurangi nyeri menstruasi jika dilakukan dengan rutin.

Penelitian pendahuluan yang dilakukan di LB LIA Cibinong Kecamatan Bojonggede Kabupaten Bogor terdapat 50 remaja putri, dari jumlah tersebut ada 23 remaja putri yang sedang menstruasi, kemudian dilakukan wawancara di hari pertama menstruasi dan hasilnya terdapat 17 remaja putri yang mengalami nyeri menstruasi pada hari pertama menstruasi.

Berdasarkan latar belakang tentang tingginya prevalensi nyeri menstruasi pada remaja putri di wilayah Kabupaten Bogor, dan beberapa hasil penelitian menunjukkan alternatif pengobatan non farmakologi dengan pijat akupresur pada titik LI 4 dapat mengurangi tingkat nyeri menstruasi, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh Penerapan Pijat Akupresur pada Titik LI 4 Terhadap Nyeri Menstruasi Remaja Putri di Wilayah Kabupaten Bogor”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh penerapan pijat akupresur pada titik LI 4 terhadap nyeri menstruasi remaja putri di wilayah Kabupaten Bogor?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh penerapan pijat akupresur pada titik LI 4 terhadap nyeri menstruasi remaja putri di wilayah Kabupaten Bogor.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui rerata tingkat nyeri menstruasi remaja putri kelompok intervensi pada *pretest* dan *posttest* di wilayah Kabupaten Bogor.
- 2) Untuk mengetahui rerata tingkat nyeri menstruasi remaja putri kelompok kontrol pada *pretest* dan *posttest* di wilayah Kabupaten Bogor.
- 3) Untuk mengetahui pengaruh pijat akupresur pada titik LI 4 terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri di wilayah Kabupaten Bogor.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Peneliti

Dapat menambah ilmu pengetahuan, wawasan, dan pemahaman dalam penelitian dan pendidikan serta peneliti dapat menerapkan ilmu yang telah didapat dan dipelajari dalam bidang kesehatan terutama mengenai pengaruh penerapan pijat akupresur pada titik LI 4 terhadap nyeri menstruasi remaja putri.

1.4.2 Bagi Pengetahuan

Dapat dijadikan sebagai bahan kepustakaan untuk penelitian selanjutnya di bidang komplementer pada remaja, terutama memberikan informasi mengenai pengaruh penerapan pijat akupresur pada titik LI 4 terhadap nyeri menstruasi remaja putri.

1.4.3 Bagi Instansi

Dapat dijadikan bahan literatur tambahan yang memuat hasil data dalam bidang komplementer pada remaja, terutama memberikan informasi mengenai pengaruh penerapan pijat akupresur pada titik LI 4 terhadap nyeri menstruasi remaja putri, sehingga dapat dijadikan sebagai landasan untuk penelitian

selanjutnya di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional.

1.4.4 Bagi Masyarakat

Dapat meningkatkan ilmu pengetahuan, wawasan, dan pemahaman mengenai informasi pengaruh penerapan pijat akupresur pada titik LI 4 terhadap nyeri menstruasi remaja putri.

