

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenorea merupakan masalah ginekologis yang paling umum dialami oleh wanita di seluruh dunia dan angka kejadian dismenorea di dunia masih sangat besar, yakni rata-rata lebih dari 50% wanita di setiap negara mengalami dismenorea (WHO, 2016). Secara global, prevalensi dismenorea bervariasi, yakni dari 50% hingga 90% (Fernandez et.al, 2018). Sedangkan di Eropa dan Amerika prevalensi dismenorea dilaporkan berkisar 52,4% hingga 85,7% (Smith et.al, 2022).

Di Asia prevalensi dismenorea berkisar 84,2% dengan spesifikasi 68,7% terjadi di Asia Timur laut, 74,8% di Asia Timur Tengah, dan 54,0% di Asia Barat Laut (Tsamara, 2020). Prevalensi di negara-negara Asia Tenggara juga berbeda. Berdasarkan hasil penelitian Abubakar (2020) di Malaysia dilaporkan dari 219 responden yang mengalami nyeri dismenorea (72,1%) sebanyak 15,2% mengalami nyeri tingkat ringan, 60,7% mengalami nyeri tingkat sedang, dan 24,1% mengalami nyeri tingkat parah (Abubakar et.al, 2020). Sedangkan prevalensi dismenorea di Thailand berkisar 84,2% (Tsamara, 2020).

Menurut Kemenkes RI (2016), prevalensi dismenorea di Indonesia sebesar 107.673 jiwa (64,25%) yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenorea primer dan sebanyak 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenorea sekunder. Serta kebanyakan tidak melaporkan atau berkunjung ke dokter (Kemenkes RI, 2016).

Penelitian yang dilakukan di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya pada tahun 2017, melaporkan bahwa 87,1% mahasiswi mengalami dismenorea dan didapatkan hasil terbanyak adalah pada mahasiswi jurusan kebidanan sebanyak 47% (Asri et.al, 2017). Sementara itu, di Sumatera Barat belum terdapat data yang pasti mengenai prevalensi kejadian dismenorea, namun menurut data hasil penelitian Putra (2014) angka kejadian dismenorea di Sumatera Barat mencapai 57,3%. Sedangkan menurut hasil penelitian Kurniati et.al (2015) yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Baiturrahmah Padang pada tahun 2015 didapatkan bahwasanya sebanyak 81,6% mahasiswi mengalami dismenorea, dengan rincian 51,9% mengalami dismenorea ringan, 13% mengalami dismenorea sedang, dan 16,7% mengalami dismenorea tingkat berat (Kurniati et.al, 2015).

Dismenorea dapat dibagi menjadi dua, yakni dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer adalah nyeri yang biasanya terjadi dalam 6-12 bulan pertama setelah haid pertama yang berlangsung 1-2 hari dan tanpa kelainan organ reproduksi. Sedangkan dismenorea sekunder adalah nyeri haid yang berkaitan dengan berbagai keadaan patologis pada organ genitalia, misalnya endometritis, adenomiosis, mioma uteri, stenosis serviks, penyakit radang panggul, perlekatan panggul atau *irritable bowel syndrome* (Anurogo, 2011).

Dismenorea primer walaupun bersifat fisiologis, namun jika tidak diatasi dengan baik, akan berdampak negatif bagi penderitanya. Dismenorea primer akan memberikan dampak negatif di berbagai aspek kehidupan, termasuk hubungan keluarga, persahabatan, kinerja di sekolah maupun

pekerjaan, serta akan mengganggu hubungan sosial (Fernandez et.al, 2019). Dismenorea primer menjadi suatu kondisi yang berdampak besar pada kehidupan wanita, diantaranya dapat menghambat aktifitas sehari-hari, memengaruhi prestasi akademik, menurunkan kualitas tidur, dan memengaruhi suasana hati yang menyebabkan kecemasan serta depresi (Bernardi et.al, 2017). Disamping itu dismenorea primer juga menimbulkan keluhan nyeri kram pada perut bagian bawah yang dapat menyebar ke punggung bagian bawah, serta dapat disertai dengan mual, muntah, kelelahan, sakit kepala, diare, dan perasaan yang tidak nyaman (Fernandez, 2019).

Menurut hasil penelitian oleh Abreu (2020) dismenorea primer memengaruhi kualitas hidup seseorang karena mengakibatkan ketidakhadiran ketika pembelajaran. Sebanyak 62,8% setiap bulannya perempuan yang mengalami dismenorea primer akan izin untuk tidak hadir proses belajar mengajar maupun pergi bekerja (Abreu et.al, 2020). Sedangkan menurut hasil penelitian Armour (2019) didapatkan sebanyak 20,1% dilaporkan absen dari sekolah dan universitas dikarenakan dismenorea primer dan sebanyak 40,9% dilaporkan mengalami penurunan konsentrasi (Armour et.al, 2019). Di Amerika Serikat, setidaknya sekitar 2 miliar dolar dan 600 juta jam hilang dikarenakan dismenorea primer setiap tahunnya (Omidvar et.al, 2016).

Sedangkan penelitian yang dilakukan pada mahasiswi yang mengalami dismenorea primer di Spanyol, didapatkan bahwasanya 3% mengalami masalah mobilitas, 0,7% mengalami masalah kebersihan, 5,3%

menunjukkan masalah tentang kehidupan sehari-hari, 16,5% memiliki ketidaknyamanan ketika nyeri, dan 24,2% memiliki permasalahan dengan kecemasan serta depresi (Fernandez et.al, 2019). Hal tersebut yang akan memengaruhi produktifitas dan kualitas hidup bagi penderita dismenorea jika tidak diatasi dengan baik.

Keluhan dismenorea primer yang dialami oleh setiap wanita berbeda-beda. Hal ini dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Berdasarkan hasil penelitian Hu et.al (2020) pada mahasiswi di Cina, didapatkan bahwasanya faktor yang memengaruhi terjadinya dismenorea primer, yakni kekurangan berat badan, pendapatan ekonomi yang kurang mencukupi, riwayat dismenorea pada ibu, usia *menarche* yang kurang dari 12 tahun, siklus menstruasi yang tidak teratur, serta melewatkan sarapan (Hu et.al, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Pundati et.al (2016) pada mahasiswi Universitas Jenderal Soederman Purwokerto, didapatkan faktor- faktor yang memengaruhi terjadinya dismenorea primer adalah lamanya menstruasi dan tingkat stres. Menurut hasil penelitian Mutiara (2019), tingkat stres merupakan salah satu faktor utama yang memengaruhi terjadinya dismenorea primer (Mutiara, 2019). Prevalensi stres pada mahasiswa di Indonesia berkisar 36,7%-71,6%, hal inilah yang meningkatkan faktor risiko dismenorea primer pada jenjang perkuliahan (Ambarwati et.al, 2019).

Menurut Acheampong et.al (2019), salah satu kelompok wanita yang sering mengalami masalah dismenorea primer adalah kelompok wanita yang berusia akhir belasan dan 20-an serta biasanya menurun seiring

bertambahnya usia (Acheampong et.al, 2019). Sedangkan menurut hasil penelitian Kural (2017) wanita yang paling sering mengalami dismenorea primer yakni wanita dengan rentang usia 19-20 tahun. Pada penelitian ini, didapatkan bahwa dari 310 wanita yang mengalami dismenorea primer, sebanyak 42,6% (132 wanita) berusia 19-20 tahun (Kural et.al, 2017). Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Nadirah (2020) yang melaporkan bahwa wanita dengan rentang usia 19-20 tahun paling sering mengalami dismenorea primer, yakni sebanyak 53,1% dan diikuti oleh usia 21 tahun sebanyak 19,7 % (Nadirah, 2020). Hal inilah yang membuat peneliti memutuskan untuk melakukan penelitian pada mahasiswi.

Salah satu upaya untuk mengatasi nyeri pada tubuh termasuk nyeri haid (dismenorea) primer yakni dengan melakukan akupresur. Akupresur merupakan teknik pengobatan dari Cina yang memiliki kesamaan prinsip dengan akupunktur, namun akupresur menggunakan tekanan pada titik- titik pada akupunktur dengan tangan, jari, ataupun objek lainnya (Dincer et.al, 2021). Akupresur tidak memerlukan jarum, gratis, mudah dipraktikkan, dan bisa dilakukan sendiri serta dimana saja (Selcuk, 2021).

Dalam praktek terapi akupresur, dipercayai adanya aliran energi yang disebut dengan '*chi*' yang mengalir sepanjang jalur yang disebut dengan meridian. Adanya ketidakseimbangan '*chi*' di dalam tubuh, hal inilah yang menyebabkan terjadinya suatu penyakit. Akupresur menstimulasi cedera melalui tekanan pada titik-titik nyeri disepanjang meridian. Melalui stimulasi tersebut, tubuh mengeluarkan endorfin dan menghasilkan respons penyembuhan disepanjang meridian (Achmad, 2020).

Menurut Hartono (2012) terapi akupresur sangat efektif dalam meningkatkan hormon endorfin pada otak manusia dimana fungsi hormon endorfin tersebut mengurangi rasa sakit dengan memblokir reseptor opioid yang terdapat di sel-sel saraf sehingga mengganggu pengantaran sinyal rasa sakit, memicu perasaan senang, ketenangan, dan bahagia. Dalam hal ini secara alami bisa membantu mengurangi rasa nyeri haid. Hormon ini dihasilkan oleh sistem saraf pusat dan kelenjar hipofisis. Penekanan pada titik-titik akupresur akan merangsang sekresi neurotransmitter seperti endorfin agar pasien mencapai efek terapi, seperti nyeri berkurang, relaksasi, dan kenyamanan. Ada sekitar 30–50% wanita mengalami dismenorea menggunakan teknik akupresur dalam mengurangi rasa nyeri yang dirasakan, dengan memberikan rangsangan pada titik-titik akupresur (Hartono, 2012).

Disamping keuntungan dari akupresur, angka pelaksanaan akupresur masih tergolong rendah. Menurut hasil penelitian Sandra (2018), pelaksanaan akupresur hanya sebesar 2,12%. Menurut hasil penelitian Geovani (2017) terdapat beberapa faktor yang berhubungan dengan pelaksanaan akupresur, yakni pengetahuan, sikap, tradisi, dan motivasi (kepercayaan).

Menurut hasil penelitian Tyas (2018), didapatkan bahwa titik *sanyinjiao* dapat mengurangi nyeri dismenorea. Penurunan rasa nyeri yang dirasakan para responden yakni dari rasa nyeri median 5,00 turun menjadi rasa nyeri median 3,00 setelah diberikan akupresur *sanyinjiao* selama 10 menit ketika mengalami dismenorea primer. *Sanyinjiao* juga diyakini efektif

dalam mengurangi nyeri dismenorea primer karena terdapat perbedaan yang signifikan antara perubahan skala nyeri dismenorea sebelum dan sesudah akupresur. Rata-rata nyeri dismenorea sebelum diberi perlakuan akupresur yakni 39 sedangkan rata-rata skala nyeri sesudah diberi perlakuan akupresur sebanyak 30 tekanan selama 3-5 menit yakni 25,23 (Natalia, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian Ghita (2019) didapatkan bahwasanya akupresur pada titik *hegu* berpengaruh dalam penurunan nyeri haid, yakni penurunan dari tingkatan sedang menjadi ringan (*mean* 6,50 menjadi 2,67) (Gita, 2019). Sedangkan hasil penelitian Dwi (2021) didapatkan bahwasanya penekanan pada titik *hegu* dapat mengurangi intensitas nyeri haid dengan durasi 20 menit dengan rata-rata penurunan intensitas nyeri didapatkan sebesar 77,46% (Dwi, 2021). Menurut hasil penelitian Gharloghi (2017), akupresur pada titik *diji* juga dapat mengatasi nyeri haid, yakni dengan perubahan *mean* sebesar 3,67 setelah melakukan akupresur selama 20 menit (Gharloghi, 2017).

Mahasiswi prodi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sangat membutuhkan kondisi kesehatan yang mendukung untuk menjalani aktifitas dalam pendidikannya. Salah satu cara agar mewujudkan kondisi kesehatan yang baik yakni melalui pelaksanaan akupresur dalam mengatasi nyeri haid (dismenorea) primer. Berdasarkan informasi dari hasil survey awal yang peneliti laksanakan kepada beberapa mahasiswi di Prodi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, didapatkan bahwa 14 dari 15 orang responden mengalami dismenorea saat menstruasi dan sebanyak 10 orang mengalami derajat nyeri sedang, 4 orang mengalami

nyeri ringan, serta hanya 2 responden yang melakukan akupresur untuk mengatasi dismenorea tersebut. Sementara itu upaya lainnya yang mereka lakukan untuk mengatasi dismenorea selama ini adalah dengan melakukan kompres hangat, tidur, dan sering kali dibiarkan saja. Penelitian ini penting dilakukan untuk dapat mengetahui pengaruh akupresur dalam mengatasi dismenorea, sehingga dapat diterapkan dalam kehidupan sehari-hari (*practice*). Hal ini juga bertujuan agar tingkat produktifitas dan kualitas masyarakat dapat berjalan secara optimal.

Penelitian ini dilakukan pada mahasiswi angkatan 2020 dan 2021 prodi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran karena mahasiswi angkatan tersebut memiliki usia yang relevan dengan penelitian sebelumnya yang mengatakan, bahwa pada umur akhir belasan dan 20-an wanita sering mengalami masalah dismenorea primer. Berbeda dengan penelitian sebelumnya yang hanya mengetahui pengaruh satu titik akupresur terhadap nyeri haid (dismenorea), peneliti akan melakukan penelitian pengaruh tiga titik akupresur terhadap nyeri haid (dismenorea) primer yakni dengan titik *Sanyinjiao*, *Hegu*, dan *Diji*.

Berdasarkan uraian dari latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh akupresur terhadap derajat nyeri haid (dismenorea) primer di Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas pada tahun 2023.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh akupresur terhadap derajat nyeri haid (dismenorea) primer pada mahasiswa di Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui adanya pengaruh akupresur terhadap derajat nyeri haid (dismenorea) primer di Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik responden pada penelitian pengaruh akupresur terhadap derajat nyeri haid (dismenorea) primer di Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2023.
2. Mengetahui distribusi frekuensi derajat nyeri haid (dismenorea) primer sebelum diberikan akupresur pada mahasiswa di Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2023.
3. Mengetahui distribusi frekuensi derajat nyeri haid (dismenorea) primer setelah diberikan akupresur pada mahasiswa di Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2023.
4. Mengetahui pengaruh akupresur terhadap derajat nyeri haid (dismenorea) primer pada mahasiswa di Program Studi S1

Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat dalam menambah wawasan dan pengetahuan peneliti tentang pengaruh akupresur terhadap derajat nyeri haid (dismenorea) primer pada mahasiswi di Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas dan peneliti juga menjadi lebih paham dalam menerapkan metodologi penelitian yang tepat dan benar. Selain itu, penelitian ini menjadi pengalaman bagi peneliti dalam memberikan akupresur kepada responden. Penelitian ini juga dapat dijadikan referensi bagi peneliti selanjutnya.

1.4.2 Bagi Responden

Penelitian ini bermanfaat dalam menambah pengetahuan responden mengenai akupresur dan pengaruhnya dalam mengatasi nyeri haid (dismenorea) primer, sehingga responden dapat melakukan akupresur secara mandiri.

1.4.3 Bagi Masyarakat

Penelitian ini bermanfaat bagi masyarakat sebagai media dalam menambah ilmu pengetahuan tentang akupresur sehingga masyarakat menjadi lebih mengenal akupresur dan dapat diaplikasikan dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu diharapkan masyarakat dapat menyebarkan informasi seputar akupresur kepada keluarga atau kerabat terdekat.

1.4.4 Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah literatur kampus tentang akupresur dan dapat menjadi landasan untuk mengaplikasikan keilmuan berdasarkan *evidence based* terutama dalam pelaksanaan akupresur dalam mengatasi nyeri haid (dismenorea) primer.

