

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Desminore kondisi normal yang dialami oleh beberapa perempuan yang mengalami haid . Angka kejadian Desminore di dunia sangat tinggi yaitu 16. 8-81% perempuan yang mengalami desminore di dunia terkhususnya pada remaja (Kritina dkk.,2021) Dismenore terjadi karena adanya pelepasan berlebihan prostaglandin tertentu yaitu prostaglandin-f2 alfa, dari sel-sel endometrium uterus. Prostaglandin F2 alfa itu merupakan suatu perangsang kuat kontraksi otot polos miometrium dan konstiksi pembuluh darah uterus.Hal ini dapat memperparah hipoksia uterus secara normal terjadi pada haid, sehingga dapat menimbulkan rasa nyeri yang hebat (Syah et al., 2019).

Dampak yang terjadi pada dismenore yaitu dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, mual disertai muntah, diare, retrograd menstruasi (menstruasi yang bergerak maju mundur), infertilitas (kemandulan), dan infeksi (Tyas et al., 2018). Nyeri haid menyebabkan ketidakhadiran saat bekerja dan sekolah serta berulang kali absen dari 62 orang mencapai 51-14%. Maka dari itu dibutuhkan beberapa tindakan untuk dapat mengurangi dismenore agar tidak mengganggu aktivitas sehari-hari (Fatmawati et al., 2017).

Terdapat beberapa cara untuk menangani dismenore adalah teknik Akupresur dimana akupressure sendiri adalah pengobatan cina yang dilakukan dengan memberikan tekanan atau pemijatan dan menstimulasi titik-titik tertentu dalam tubuh. Penggunaan tehnik akupressure sendiri sudah terbukti signifikan dibandingkan teknik yang lain dengan hasil penelitian (Kristina dkk.,2021) yaitu perbandingan mean rank dari kelompok akupressure dan kelompok relaksi otot progresif yaitu terapi akupressure lebih besar 23.66 sedangkan terapi relaksasi otot progresif yaitu 15.34 dimana masing masing terapi dapat mengurangi nyeri desminore dan sama sama efektif ,tetapi kelompok terapi akupressure lebih signifikan dalam menurunkan insensitas nyeri desminore. .

Target luaran yang digunakan yaitu menggunakan metode Buku Saku. Buku Saku adalah sumber belajar yang termasuk dalam media cetak. Pada buku berisikan materi - materi yang praktis, tampilan menarik, mudah dibawa kemana saja, dan mampu membuat siswa terfokus dalam pembelajaran. Buku saku dikemas dengan berbagai tulisan dan gambar - gambar yang menarik sehingga menumbuhkan motivasi siswa untuk mempelajari materi yang ada dibuku saku. (Sri mulyati,2019).

Tujuan dari Buku saku ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya pada remaja terhadap penangan desmiore yang dialami remaja putri dengan cara menggunakan terapi akupresure. Dengan memilih terapi akupresure maka remaja akan mengetahui seberapa efektifnya akupresure untuk menurunkan nyeri dismenore dengan cara merangsang pengeluaran hormon endorfin sehingga lebih cepat menurunkan nyeri, tubuh merasa lebih tenang dan merespon kekebalan tubuh. Terapi akupresur lebih efektif menurunkan nyeri. Target luaran yang dicapai adalah memberikan media edukasi melalui Buku Saku yang bermanfaat bagi remaja yang mengalami nyeri akibat menstruasi supaya bisa melakukan pemijatan sendiri untuk mengurangi rasa nyeri dan buku saku juga bermanfaat untuk menyampaikan pesan atau informasi bagi pembaca dengan kebutuhan minat dan kecepatan masing masing pembaca

Berdasarkan latar belakang tersebut maka dibutuhkan media edukasi kepada remaja tentang penanganan desminore pada remaja guna dengan menggunakan teknik akupresure melalui buku saku ,karena buku saku dapat digunakan sebagai media edukasi dan dapat mempermudah pemahaman materi.