

BAB I

PENDAHULUAN

Masa remaja suatu masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Menurut WHO pada (Daniel, 2022) beberapa remaja yang berada dalam rentang usia 10-19 tahun. Pada usia ini remaja mengalami masa pubertas yang ditandai dengan pertumbuhan organ fisik yang cepat dan terjadi proses pematangan pada organ reproduksi (Alam et al. 2021). Remaja transisi antara masa kanak-kanak dan dewasa, sehingga ini sebagai titik awal proses reproduksi yang perlu disiapkan sejak dini. (Septiana, Khayati, and Machmudah 2022)

Remaja mengalami menstruasi awal dari reproduksi wanita yaitu mengalami siklus menstruasi. Hal tersebut akibat dari pelepasan endometrium akibat hormon ovarium (estrogen dan progesteron) yang mengalami perubahan kadar pada akhir siklus ovarium, dan dimulai setelah 14 hari setelah ovulasi. Akan tetapi hal ini menjadi masalah jika terjadi gangguan menstruasi yang sering terjadi yaitu kebanyakan perempuan sering terjadi nyeri haid atau dismenore. Nyeri yang dialami biasanya ringan, tetapi bagi beberapa wanita, nyeri bisa sangat parah sehingga membuat mereka tidak dapat melakukan aktivitas normal selama beberapa hari dalam sebulan.

Prevalensi dismenore, Pada masa menstruasi banyak sekali terdapat gangguan-gangguan, baik dari segi fisik maupun dari segi psikologis. Gangguan-gangguan menstruasi ini dapat menyebabkan terganggunya aktivitas- aktivitas dari wanita yang mengalami gangguan menstruasi tersebut. Dismenore sangat berdampak pada remaja usia sekolah karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Seorang siswi yang mengalami dismenore tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenore yang dirasakan pada saat proses belajar mengajar.

Menurut (WHO, 2021) Indonesia angka prakiraan 50% remaja putri yang mengalami dismenore sebesar 54,89% terdiri dari dismenore primer dan sekunder. Menurut (Shif et al., 2021) di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 6,25%

dan dismenore sekunder 9,36%. Kejadian disminore masih mencukup tinggi diseluruh dunia.

Di Indonesia, pada tahun 2020 dikatakan embilan puluh persen perempuan Indonesia pernah mengalami dismenorea. kejadian dismenore di Indonesia sebesar enam puluh empat persen yang terdiri dari lima puluh empat persen dismenorea primer dan Sembilan persen dismenore sekunder. Prevalensi tahun 2020 dismenorea berdasarkan diagnosis dokter pada penduduk umur besar dari lima belas tahun menurut Kabupaten/Kota di Provinsi Sumatera Selatan, Risesdas 2020 sebanyak Sembilan puluh empat persen jiwa (Kemenkes RI, 2020)

Dismenorea nyeri yang berlangsung selama satu sampai beberapa hari selama menstruasi. Nyeri haid salah satu masalah ginekologi yang paling sering terjadi, mempengaruhi lebih dari 50% wanita dan menyebabkan ketidakmampuan untuk melakukan aktivitas harian selama 1 sampai 3 hari setiap bulannya pada sekitar 10% dari wanita tersebut. Ketidakhadiran remaja di sekolah akibat nyeri haid mencapai kurang lebih 25% (Ismalia , 2019)

Remaja yang mengalami disminore dalam jangka waktu yang cukup lama akan menyebabkan ; nyeri haid sering disertai mual, lemas, kurang tenaga, berkeringat dan sakit kepala yang dialami wanita saat haid. Terdapat penanganan dismenorea secara farmakologi dan non farmakologi. Farmakologi dapat dilakukan dengan cara pemberian analgesik, terapi hormonal, terapi dengan NSAID. Non farmakologis yaitu dengan cara melakukan kompres air hangat, olahraga, minum jamu, massage atau pemijatan, istirahat yang cukup, posisi knee chest, teknik imagery guided, dan teknik relaksasi nafas dalam. (Widyanthi, Resiyanthi, and Prihatiningsih 2021).

Upaya dalam mengurangi atau melepaskan rasa sakit biasanya dilakukan dalam cara non farmakologi termasuk salah satunya kompres hangat. salah satu cara mengobati dismenore tanpa efek samping bisa dilakukan dengan kompres hangat. Metode nonfarmakologis yang dianggap efektif untuk meredakan nyeri otot atau kejang adalah kompres hangat. Suhu yang digunakan adalah 40° C, suhu ini menyebabkan pelebaran relatif pembuluh darah di daerah simfisis pubis, yang mampu membuka aliran darah dan peredaran darah kembali lancar, sehingga

terjadi relaksasi otot. Sehingga, peningkatan suhu akibat kompres panas dapat meredakan nyeri (Daniel 2022).

Berdasarkan data di atas, peneliti tertarik untuk membuat media komunikasi, informasi, dan edukasi (KIE) dengan tema “ Edukasi Meredakan Nyeri Pada Pasien Disminore Menggunakan Media Video Di Klaten” jenis luaran yang dihasilkan dari tugas akhir ini adalah video mengenai penanganan dan upaya pencegahan remaja supaya mengerti upaya meredakan nyeri disminore.

Kelebihan Penggunaan media video memiliki sejumlah keunggulan yang menjadikannya efektif sebagai sarana Komunikasi, Informasi, dan Edukasi (KIE). Pertama, video mampu menggabungkan unsur visual dan audio secara simultan, sehingga lebih menarik dan mudah dipahami oleh berbagai kelompok sasaran. Kedua, media ini memungkinkan penyampaian informasi yang kompleks secara lebih sederhana melalui animasi, ilustrasi, dan narasi. Ketiga, video dapat diakses dan diputar ulang kapan saja, serta mudah disebarluaskan melalui berbagai platform digital. Keempat, video mampu membangkitkan respons emosional melalui cerita atau testimoni, sehingga pesan yang disampaikan lebih membekas. Kelima, media video memiliki potensi interaktivitas dan kreativitas yang tinggi, terutama jika dikemas dengan pendekatan partisipatif atau hiburan edukatif.

Namun demikian, penggunaan media video dalam KIE juga memiliki keterbatasan. Proses produksi video memerlukan biaya, waktu, serta keterampilan teknis yang tidak sedikit. Selain itu, tidak semua kelompok sasaran memiliki akses terhadap perangkat atau jaringan internet yang memadai untuk mengakses video. Perubahan isi atau koreksi informasi pada video juga relatif sulit dilakukan dibanding media cetak. Video yang terlalu panjang dapat menurunkan minat audiens, sedangkan video yang terlalu singkat dapat membatasi kedalaman materi. Di samping itu, produksi video yang berkualitas memerlukan keahlian khusus dalam penulisan naskah, desain visual, pengambilan gambar, dan penyuntingan.

Tujuan dari edukasi ini untuk mengajarkan cara kompres hangat pada remaja putri di Klaten melalui edukasi kesehatan yang disampaikan menggunakan media video. Penggunaan media video dipilih karena dinilai lebih menarik, mudah

dipahami, dan relevan dengan karakteristik remaja masa kini yang akrab dengan konten visual.

Manfaat dengan pendekatan ini dapat meningkatkan pemahaman remaja terkait penggunaan kompres hangat untuk mengurangi nyeri disminore, sekaligus mendorong perilaku hidup sehat dan bertanggung jawab. Selain itu, penelitian ini diharapkan memberikan manfaat praktis sebagai referensi bagi lembaga kesehatan atau instansi terkait dalam merancang strategi edukasi yang inovatif dan efektif. Dengan demikian, media video tidak hanya menjadi alat penyampai informasi, tetapi juga sarana pembentukan kesadaran remaja akan pentingnya menjaga kesehatan reproduksi dan menghindari perilaku berisiko.

