

BAB 1

PENDAHULUAN

Nyeri haid merupakan masalah ginekologi yang paling umum di alami oleh wanita baik remaja maupun dewasa. Nyeri haid merupakan gejala paling banyak yang terjadi pada remaja putri. Sebagian remaja putri tidak hadir di sekolah karena mengalami nyeri haid sehingga aktivitas yang dilakukan menjadi terganggu. Nyeri haid terjadi karena adanya peningkatan hormon prostaglandin yang dapat menyebabkan otot uterus berkontraksi sehingga menimbulkan nyeri pada perut. Jika kontraksi rahim terlalu kuat, maka dapat menekan pembuluh darah di dekatnya, memotong pasokan oksigen ke jaringan otot rahim (Nancy, 2014:2).

Penduduk di Jawa Tengah pada tahun 2017, berpenduduk 34.257.865 jiwa dengan jumlah remaja putri usia 10-19 tahun sebanyak 2.685.501 jiwa menurut (Jateng BPS, 2017) sedangkan yang mengalami dismenore di provinsi Jawa Tengah mencapai 1.518.867 jiwa atau 55% (Fatimah, 2017 dalam Octaviani, 2019). Dampak dari dismenore menyebabkan remaja perempuan tidak konsentrasi belajar, malas mengikuti kegiatan ekstrakurikuler, bahkan tidak dapat hadir di sekolah seperti hari biasa sehingga pelajaran menjadi terganggu.

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri haid baik secara farmakologi dan non farmakologi. Sebagian remaja ada yang membutuhkan obat-obatan untuk mengurangi dismenore agar tetap dapat masuk sekolah seperti biasa. Remaja yang mengalami nyeri haid sebagian ada yang menghindari mengkonsumsi obat-obatan dikarenakan takut efek samping negatif dari penggunaan obat farmakologis (Anzhori, 2017)

Penanganan nyeri haid yang dapat dilakukan secara farmakologi yaitu dengan pemberian obat-obatan penghambat sintesis prostaglandin seperti asam mefenamat, asetamenofen, indometasin, fenilbutazon. Pengobatan non farmakologi yang sering digunakan untuk mengatasi nyeri haid yaitu bisa dengan tindakan fisik seperti kompres hangat, terapi air putih, konsumsi

kunyit asam dan temulawak, senam desminore dan bersepeda, tidur terlentang dengan lutut atau kaki diganjak dengan bantal (Suban, 2017).

Penelitian yang pernah dilakukan oleh Indriyastuti menunjukkan bahwa penanganan nyeri saat menstruasi dapat diatasi dengan terapi air putih. Air putih mengandung 7 mineral alami diantaranya ada 2 mineral yaitu magnesium dan kalsium yang berfungsi untuk membantu mencairkan darah beku (stolsel), sehingga aliran darah haid menjadi lancar. Terapi air putih diberikan selama tiga hari yaitu hari pertama menstruasi sampai hari ke tiga menstruasi kemudian pada hari ke tiga dilakukan observasi (Muhammad, 2011 dalam Suban, 2017).

Berdasarkan masalah yang telah diketahui maka dapat disimpulkan bahwa terdapat banyaknya masalah tentang nyeri haid pada masyarakat khususnya wanita, dengan ini maka dibuat media luaran berupa poster. Poster merupakan media publikasi yang berisi teks, gambar, yang bersifat persuasif atau mengajak orang lain agar pembaca terpengaruh untuk mengikuti isi dari poster tersebut sehingga dalam penyampaian informasi atau pesan sangat efektif.

Poster ini dibuat dengan tujuan untuk menciptakan media KIE dalam menyebarkan informasi mengenai terapi air putih pada wanita yang mengalami nyeri haid dengan metode yang pernah dilakukan oleh peneliti. Media poster ini dapat digunakan sebagai media pembelajaran agar pengetahuan masyarakat bertambah khususnya wanita yang mengalami nyeri haid.