

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Remaja merupakan masa transisi dari masa anak-anak menuju masa dewasa. Memasuki masa remaja, beberapa jenis hormon, terutama hormon estrogen dan progesteron mulai berperan aktif, sehingga pada tubuh wanita tentu akan mengalami perubahan. Perubahan tersebut antara lain: pembesaran payudara, panggul melebar, mulai tumbuh rambut-rambut halus di bagian ketiak dan kemaluan. Disamping hal tersebut, wanita yang sudah memasuki masa remaja akan mengalami menstruasi (Proverawati, 2009).

Menstruasi atau haid adalah perubahan fisiologis dalam tubuh wanita yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Dan ada beberapa masalah fisiologis yang menyertai menstruasi seperti: nyeri perut, nyeri kepala, berat badan bertambah karena tubuh menyimpan air dalam jumlah yang banyak, serta pinggang terasa pegal (Kusmiran, 2011)

Rasa nyeri haid yang dirasakan setiap wanita berbeda-beda. Nyeri haid dirasakan oleh remaja biasanya terjadi pada hari-hari pertama haid (Pratiwi, 2011). Nyeri haid disebabkan karena kontraksi otot dinding rahim sewaktu terjadi peningkatan hormon prostaglandin yang berperan dalam proses melepasnya dinding rahim. Selain itu nyeri haid dapat diperparah dengan gangguan hormonal, psikis seperti banyak berpikir, jengkel, mendongkol, atau perasaan cemas (Hartono, 2012).

Banyak penanganan nyeri haid yang sudah berkembang di masyarakat, baik terapi farmakologis seperti pemberian obat analgesik yaitu kombinasi aspirin, fenasetin, dan kafein, dan juga terapi non farmakologis seperti terapi akupresur, kompres dengan botol panas, mandi air hangat, mendengarkan musik klasik, relaksasi. Terapi akupresur adalah salah satu materi dari mata kuliah thibbun nabawi yang menjadi unggulan Prodi D3 kebidanan Universitas 'Aisyiyah Surakarta. Menurut Widyaningrum (2013) dengan memberikan pemijatan dan stimulasi pada titik-titik tertentu pada

tubuh untuk menurunkan rasa nyeri. Secara empiris terbukti dapat meningkatkan hormon endorphin pada otak yang secara alami dapat membantu menawarkan rasa nyeri. Terapi akupresur sudah banyak dijelaskan pada penelitian-penelitian untuk mengatasi dismenore pada saat haid.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Dusun Klinge, Desa Gringging, kecamatan Sambungmacan, Kabupaten Sragen, terdapat 7 remaja putri yang mengalami nyeri haid dari 9 remaja putri yang di wawancara. Dan terdapat 1 remaja yang mengalami nyeri haid yang hebat sampai tidak bisa melakukan aktifitas dan tidak bersekolah ketika haid hari pertama, sedangkan untuk remaja yang lainnya merasakan nyeri sedang dan nyeri ringan. Dalam penanganan menurunkan nyeri haid, beberapa dari mereka mengkonsumsi obat warung seperti *paracetamol* dan *hyoscyamine* atau dibiarkan begitu saja. Selama ini penelitian tentang terapi akupresure untuk menurunkan nyeri haid belum pernah dilakukan pada remaja Dusun Klinge tersebut. Berdasarkan fenomena tersebut, Peneliti tertarik untuk melakukan studi kasus tentang penerapan terapi akupresure untuk menurunkan nyeri haid pada remaja putri.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang tersebut didapatkan rumusan masalah pada studi kasus ini adalah sebagai berikut :

“Bagaimanakah penurunan nyeri haid pada remaja putri setelah dilakukan terapi akupresure?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Mendeskripsikan hasil implementasi terapi akupresure terhadap penurunan skala nyeri haid pada remaja putri.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mendeskripsikan tingkat nyeri haid klien sebelum menerapkan terapi akupresure.

- b. Mendeskripsikan tingkat nyeri haid klien setelah menerapkan terapi akupresure.
- c. Mendeskripsikan tingkat penurunan nyeri haid klien sebelum dan setelah menerapkan terapi akupresure.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Manfaat Teoritis

Menambah pengetahuan dan wawasan mengenai penanganan nyeri haid dengan cara non farmakologi salah satunya dengan penerapan terapi akupresure.

##### 2. Manfaat Praktis

###### a. Bagi masyarakat

Diharapkan dapat dijadikan bahan masukan untuk menangani kejadian nyeri haid bagi masyarakat khususnya remaja putri.

###### b. Bagi tenaga kesehatan

Dapat memberikan solusi dan sebagai referensi untuk diberikan asuhan pada remaja putri dengan nyeri haid.

###### c. Penelitian selanjutnya

Digunakan sebagai bahan referensi untuk penelitian lebih lanjut sehingga dapat memberikan wawasan mengenai penanganan dalam menurunkan nyeri haid.