

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja (*andoloscence*) merupakan periode kehidupan dimana terjadi perubahan psikologis yang meliputi aspek kognitif, emosional, social dan moral dari masa peralihan remaja ke dewasa. Saat memasuki masa pubertas, remaja akan mengalami banyak perubahan baik secara fisik maupun psikologis yang diawali dengan mulainya siklus menstruasi (Zuraidi & Missy, 2020). Menurut Michael dkk, (2020) menstruasi merupakan perdarahan dari rahim yang terjadi hampir setiap bulan dan sepanjang kehidupan reproduksi aktif seorang wanita. Siklus menstruasi dialami oleh wanita selama rentang normal 28 hari dan terjadi setiap bulan dengan periode 3 sampai 7 hari (Rahayu dkk, 2022).

Terjadinya menstruasi menunjukkan bahwa wanita telah matang secara fisik dan sistem reproduksi telah berkembang. Namun, saat menstruasi tidak jarang seorang wanita mengalami nyeri yang disebut dismenorea. Dismenorea adalah nyeri perut bagian bawah yang menjalar ke pinggang, punggung bagian bawah, dan paha disertai dengan mual, muntah, diare, sakit kepala, emosi labil, hingga pingsan. Dismenorea terbagi atas nyeri haid primer yaitu nyeri tanpa adanya kelainan pelvis, sedangkan nyeri haid sekunder adalah nyeri haid yang ditandai dengan adanya kelainan pelvis (Jama & Asna, 2020).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2019, terdapat 1.769.425 (90%) wanita mengalami *dismenorea* dan 10-16% diantaranya menderita dismenore berat yang menyebabkan mereka sulit beraktivitas. Di setiap negara rata-rata lebih dari 50% wanita mengalami dismenore. Di Indonesia, prevalensi dismenore tahun 2018 sebanyak 60-70% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 45,11% dismenore sekunder (Kemenkes RI, 2019). Prevalensi dismenorea di Sulut pada tahun 2020 mencapai 98,5% dimana 10,1% diantaranya mengalami muntah, 14,1% sakit kepala, 33,7% mengalami gangguan emosi dan 1% pingsan (Taqiyah dkk, 2022).

Sesuai dengan hasil survey data awal yang dilakukan di sekolah SMA Advent Tanah Putih pada hari Senin, 20 Maret 2023 didapati jumlah siswi putri berjumlah 94 orang dan sesuai hasil wawancara pada para siswi di kelas XII MIA yang berjumlah 22 orang terdapat 21 siswi putri yang sering mengalami dismenorea dan upaya penanganan yang mereka lakukan adalah dengan cara tradisional seperti menggunakan minyak kayu putih, minum air hangat dan bahkan ada yang hanya dibiarkan begitu saja sampai nyerinya hilang. Para siswi mengatakan belum mengetahui cara penanganan nyeri. Selain para siswi, para guru perempuan di SMA Advent Tanah Putih juga sering mengalami dismenorea dan mengatakan belum pernah ada yang melakukan edukasi tentang cara penanganan dismenorea secara ilmiah.

Faktor penyebab dismenorea adalah karena faktor endokrin dan faktor psikologis seperti stress yang merupakan suatu reaksi individu terhadap suatu keadaan yang dapat mengancam kehidupannya sehingga kemampuannya untuk menangani hal tersebut menjadi terganggu. Selama stress, tubuh manusia akan memproduksi terlalu banyak hormone adrenalin, estrogen dan prostaglandin sehingga dapat meningkatkan kontraksi uterus secara berlebihan. Hal yang sama juga terjadi pada hormone adrenalin yang meningkat sehingga menyebabkan ketegangan pada otot rahim dan dapat meningkatkan kontraksi yang berlebihan pada saat mengalami menstruasi dan menimbulkan rasa nyeri. (Sandayanti dkk, 2019).

Selain stress, Indeks massa tubuh (IMT) juga menjadi salah satu factor resiko penyebab dismenorea primer, hal ini karena asupan makanan menurun sehingga menyebabkan seseorang mengalami anemia. Selain itu, seseorang dengan berat badan lebih dari normal juga rentan mengalami dismenore karena lemak yang semakin banyak dapat meningkatkan prostaglandin dalam darah (Savitri, 2019). Adapun penyebab dismenorea lainnya adalah riwayat keluarga yang mewariskan sifat pada keturunannya dengan cara mereplikasi dirinya sehingga pada saat terjadi pembelahan sel, genetic akan mewarisi sifat dari ibunya. (Hidayanti, 2020).

Dampak dismenorea yang dapat terjadi pada remaja putri antara lain rasa lelah, sakit kepala, sulit beraktivitas dikarenakan nyeri yang dirasakan,

mual, muntah, gangguan emosional, sulit berkonsentrasi serta cenderung tidak hadir di sekolah dan absen pada saat proses belajar mengajar. Hal ini dapat berpengaruh pada kualitas hidup remaja putri yang mengalami dismenore. Beberapa upaya penanganan dismenorea yang dapat dilakukan yaitu dengan cara farmakologis dan non farmakologis, cara farmakologis dapat berupa terapi obat analgetik untuk mengurangi nyeri dan obat aspirin, endomethacin dan asam mefenamat sedangkan terapi non farmakologis dapat berupa kompres hangat, kompres dingin, akupuntur, *guided imagery*, relaksasi, distraksi dan *massage* (Nanda, 2020).

Massage effleurage merupakan suatu bentuk pijatan dengan tekanan lembut di atas permukaan tubuh dan dilakukan dengan gerakan memutar. Tujuan dari teknik ini adalah untuk meningkatkan sirkulasi, memberikan tekanan dan menghangatkan otot perut serta meningkatkan relaksasi fisik dan mental. Teknik pijat ini sangat aman dan mudah untuk dilakukan, tidak memerlukan banyak alat, biaya dan tidak menimbulkan efek samping serta dapat dilakukan sendiri atau dengan bantuan orang lain (Syafitri, 2018). Remaja yang mengalami nyeri menstruasi cenderung belum mengetahui cara penanganan masalah yang di alami tersebut.

Oleh karena itu, pemberian edukasi kesehatan sangat berperan penting dalam hal ini. Edukasi kesehatan merupakan suatu proses bagi individu, kelompok, keluarga dan masyarakat dalam meningkatkan pengetahuan dan keterampilan demi kesehatan mereka. Adapun metode yang digunakan dalam pemberian edukasi kesehatan pada penelitian ini adalah metode demonstrasi. Metode demonstrasi merupakan suatu cara penyajian pelajaran dengan memperagakan atau mempertunjukkan kepada siswa suatu proses, situasi, atau benda tertentu yang sedang dipelajari, baik sebenarnya ataupun tiruan, yang sering disertai dengan penjelasan lisan (Oktaria, 2019).

Tujuan dari metode demonstrasi ini adalah untuk memperlihatkan kepada kelompok bagaimana cara mengatasi dismenorea, misalnya dengan cara mengajarkan teknik yang dapat digunakan yaitu *massage effleurage*. Selain itu, tujuan yang lain adalah meyakinkan kepada kelompok bahwa ide baru tersebut bisa dilaksanakan setiap orang dan meningkatkan minat orang

untuk belajar dan mencoba sendiri dengan prosedur yang didemonstrasikan (Oktaria, 2019). Sarana pendukung yang dapat digunakan dalam menyampaikan edukasi kesehatan adalah dengan menggunakan media pendidikan kesehatan yang diharapkan dapat meningkatkan daya ingat para peserta yang mengikuti pelatihan atau edukasi kesehatan tersebut.

Edukasi kesehatan yang peneliti lakukan pada penelitian ini menggunakan media audiovisual. Media audiovisual merupakan sebuah alat bantu audiovisual yang berarti bahan atau alat yang dipergunakan dalam situasi belajar dalam membantu tulisan dan kata yang diucapkan dalam menularkan pengetahuan, sikap dan ide. Penggunaan media audiovisual dalam pembelajaran dapat memberikan manfaat yang diantaranya pembelajaran menjadi lebih menarik sehingga motivasi anak lebih meningkat dan mampu menghilangkan kejenuhan, siswa lebih banyak melakukan kegiatan belajar seperti mengamati, mendengar dan melakukan demonstrasi, mampu melatih taraf berpikir anak dari yang konkret ke abstrak atau dari berpikir sederhana ke berpikir yang kompleks (Marlina dkk, 2021).

Penerapan teori keperawatan dalam penelitian ini menggunakan teori Lawrence Green yang dikenal dengan konsep model PRECEDE-PROCEED yang dimana perilaku manusia menjadi asumsi utama Lawrence Green yang juga membahas 3 faktor yang mempengaruhi perilaku tersebut, diantaranya adalah faktor predisposisi (*predisposing factors*), faktor pendukung (*enabling factors*), dan faktor pendorong (*reinforcing factors*) yang merupakan adaptasi dari promosi kesehatan. Berdasarkan penerapan teori Lawrence Green dalam proses penelitian ini yaitu untuk menyampaikan informasi melalui edukasi kesehatan tentang *massage effleurage* yang diharapkan dapat terjadinya perubahan tingkat pengetahuan dengan menggunakan metode demonstrasi dan media audiovisual agar mempermudah remaja dalam menerima informasi dan memproses rangsangan yang diberikan dan dapat diolah menjadi respon yang baik yang dapat mempengaruhi sikap dan perilaku remaja.

Sehingga melalui edukasi kesehatan ini, remaja dapat mengetahui, memahami, mengevaluasi dan bahkan dapat mengaplikasikan informasi

kesehatan tentang penatalaksanaan dismenorea yang nantinya akan diberikan peneliti melalui edukasi kesehatan. Berdasarkan latar belakang ini, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai efektivitas edukasi kesehatan menggunakan metode demonstrasi dan media audio visual terhadap pengetahuan remaja putri tentang *massage effleurage* pada dismenorea di SMA Advent Tanah Putih.

1.2 Pertanyaan Penelitian

Apakah edukasi kesehatan menggunakan metode demonstrasi dan media audio visual efektif terhadap pengetahuan remaja putri tentang *massage effleurage* pada dismenorea di SMA Advent Tanah Putih?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah diketahuinya efektivitas edukasi kesehatan menggunakan metode demonstrasi dan media audio visual terhadap pengetahuan remaja putri tentang *massage effleurage* pada dismenorea di SMA Advent Tanah Putih.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Diketahuinya karakteristik responden remaja putri di SMA Advent Tanah Putih.
- b. Diketahuinya pengetahuan remaja putri di SMA Advent Tanah Putih tentang *massage effleurage* pada dismenorea sebelum dilakukan edukasi kesehatan menggunakan menggunakan metode demonstrasi dan media audio visual.
- c. Diketahuinya pengetahuan remaja putri di SMA Advent Tanah Putih tentang *massage effleurage* pada dismenorea sesudah dilakukan edukasi kesehatan menggunakan menggunakan metode demonstrasi dan media audio visual.
- d. Teranalisisnya perbedaan pengetahuan remaja putri di SMA Advent Tanah Putih tentang *massage effleurage* pada dismenorea sebelum dan

sesudah dilakukan edukasi kesehatan menggunakan metode demonstrasi dan media audio visual.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Terkait dengan judul penelitian dan ilmu keperawatan tentang perkembangan remaja, hasil penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk meningkatkan kualitas pelayanan keperawatan dan perkembangan ilmu keperawatan anak khususnya anak remaja.

1.4.2 Praktis

a. Bagi Remaja

Diharapkan penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang penatalaksanaan dismenorea sehingga dapat memberikan rasa nyaman pada saat beraktivitas dan belajar.

b. Bagi Sekolah

Manfaat bagi sekolah apabila intervensi ini dilakukan dan berhasil yaitu dapat dijadikan pedoman bagi pengajar dalam mengatasi masalah nyeri haid (dismenorea) pada para remaja putri di sekolah.

c. Bagi Perawat

Diharapkan penelitian ini dapat dijadikan suatu pedoman bagi perawat dalam memberikan asuhan keperawatan pada saat mengatasi nyeri haid (dismenorea).

d. Bagi Peneliti selanjutnya

Diharapkan bagi peneliti dapat menambah variabel lainnya untuk dijadikan intervensi pembanding dalam mengatasi nyeri haid (dismenorea).