



**PERUBAHAN TINGKAT PENGETAHUAN MAHASISWI KEPERAWATAN TERKAIT  
PENGUNAAN AKUPUNTUR UNTUK MENGATASI NYERI HAID PRIMER**

*(Level Knowledge Improvement Among Nursing Students Related To The Uses Of  
Acupuncture To Overcome Primary Dysmenorrhea )*

**Ni Made Diah Mahardewi<sup>1</sup>, Ida Ayu Suptika Strisanti<sup>2</sup>, Ida Ayu Anom Rastiti<sup>3</sup>,  
Kadek Buja Harditya<sup>4</sup>, I Gusti Bagus Panji Widiatmaja<sup>5</sup>**

<sup>1</sup>Akupunktur Bali Siligita Husada, Badung, Bali

<sup>2,3,4</sup>Program Studi Sarjana Terapan Akupunktur dan Pengobatan Herbal, Fakultas Kesehatan, Institut  
Teknologi dan Kesehatan Bali

<sup>5</sup>UPTD Kesehatan Pengobatan Tradisional Dinas Kesehatan Provinsi Bali

e-mail: [diahmahardewii@gmail.com](mailto:diahmahardewii@gmail.com)

Received : Maret, 2023

Accepted : Maret, 2023

Published : Mei, 2023

**ABSTRAK**

Nyeri haid merupakan suatu kondisi yang sering dialami oleh wanita dalam kehidupannya. Sebanyak 10% wanita yang masih tergolong remaja dilaporkan tidak dapat mengikuti kegiatan sehari-hari termasuk proses pembelajaran karena mengalami nyeri haid. Studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswa keperawatan tingkat II ITEKES Bali, menunjukkan 30 (42.9%) dari 70 orang mahasiswa menyatakan terganggu aktivitas sehari-harinya ketika mengalami nyeri haid dan 28 (93.3%) diantaranya menyatakan belum pernah mendengar, belum memahami dan belum pernah mencoba akupunktur untuk mengatasi nyeri haid. Data ini menunjukkan bahwa pemberian edukasi terkait penggunaan akupunktur untuk mengatasi nyeri haid perlu dilakukan dengan tujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan pemahaman mahasiswa terkait terapi akupunktur yang dapat digunakan sebagai terapi menjanjikan dan minim efek samping untuk mengatasi nyeri haid. Kegiatan pemberian pendidikan kesehatan dengan presentasi materi mengenai penggunaan akupunktur dalam mengatasi nyeri haid dilakukan dengan melibatkan 30 orang mahasiswa ITEKES Bali. Keberhasilan kegiatan diukur dengan menggunakan kuesioner *pre test* dan *post test* pengetahuan terkait penggunaan akupunktur dalam mengatasi nyeri haid. Kegiatan ini berhasil dilakukan, ditunjukkan dengan hasil yang menunjukkan adanya perubahan tingkat pengetahuan mahasiswa *pre test - post test* pengetahuan dari pengetahuan cukup menjadi pengetahuan baik.

**Kata kunci :** Akupunktur, remaja, mahasiswa, nyeri haid, menstruasi.

**ABSTRACT**

*Menstrual pain or dysmenorrhea is a condition that frequently experienced by women in their life. About 10% women who still classified as a teenagers could not attend the class caused by dysmenorrhea condition. The data from preliminary study found that 30 (42.9%) women among nursing students states that their daily activities were disrupted caused by dysmenorrhea condition and 28 (93.3%) states they never heard or known about acupuncture to cure dysmenorrhea condition. The data before showed that provision of health education related to the uses of acupuncture to overcome the menstrual pain condition was very important to improve the knowledge of nursing students. Acupuncture is one of the therapy method that promising for this condition and also has a minimal side effect. This provision of health education activity was collected 30 respondents among nursing students who have menstrual pain problem. In this activity, the questionnaire was used to measure the knowledge pre and post provision of*

*health education. The provision of health education has been successfully organized that proven by improvement of the level knowledge among respondents pre and post activity.*

**Keywords :** *Acupuncture, dysmenorrhea, student, nursing.*

## **PENDAHULUAN**

Nyeri haid merupakan suatu kondisi yang seringkali dialami oleh wanita yang ditandai dengan adanya rasa nyeri pada uterus atau perut bagian bawah ketika menstruasi (Kulkarni & Deb, 2019). Berdasarkan data profil kesehatan Indonesia pada tahun 2016 menunjukkan 64.25% wanita mengalami nyeri haid dalam siklus kehidupannya. Data juga menunjukkan bahwa sekitar 10% wanita yang masih tergolong remaja tidak dapat mengikuti kegiatan sehari-hari termasuk proses pembelajaran karena mengalami nyeri haid (Latifah, Prastiwi & Andari, 2020).

Nyeri haid primer umumnya dapat ditangani dengan cara farmakologis dan non-farmakologis. Penggunaan obat-obat analgesik atau anti nyeri untuk penanganan nyeri haid primer merupakan salah satu cara yang umum digunakan untuk mengatasi masalah ini, namun penelitian oleh Woo, dkk (2018) menyampaikan bahwa penggunaan obat-obatan kimiawi secara berkelanjutan dapat menimbulkan efek samping berupa rasa mual, dyspepsia, dan juga sakit kepala sehingga penggunaan obat-obatan kimiawi tidak dianjurkan untuk digunakan secara terus menerus. Akupuntur merupakan metode pengobatan non-farmakologis yang dapat digunakan sebagai salah satu terapi untuk mengatasi nyeri haid yang aman, efektif dan minim efek samping.

Pendidikan kesehatan dapat didefinisikan sebagai suatu upaya atau usaha dalam memberikan informasi untuk meningkatkan kemampuan individu dalam mengambil keputusan terkait dengan kesehatan serta keterampilan yang berkaitan dengan kesehatan yang ditujukan kepada individu, kelompok, dan masyarakat dengan harapan masyarakat menjadi peduli dan sadar dengan kesehatan, baik kesehatan lingkungan, kesehatan fisik, dan kesehatan sosial (Induniasih dan Ratna, 2017). Tujuan kegiatan ini adalah untuk memberikan pendidikan kesehatan terkait dengan penggunaan akupuntur dalam mengatasi nyeri haid dan diharapkan dapat memberikan pilihan metode pengobatan kepada remaja untuk mengatasi nyeri haid selain menggunakan pengobatan konvensional.

## **METODE**

Kegiatan pengabdian masyarakat ini diawali dengan pengurusan izin dan kontrak waktu pelaksanaan kegiatan yang dilakukan di kampus II ITEKES Bali. Kegiatan pemberian edukasi mengenai akupuntur dalam mengatasi nyeri haid diikuti oleh 30 orang mahasiswi keperawatan. Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini dilaksanakan secara tatap muka. Pelaksanaan kegiatan dilakukan dengan menggunakan media presentasi materi dengan power point terkait penggunaan akupuntur dalam mengatasi nyeri haid.

Kegiatan dilaksanakan dengan beberapa tahapan yaitu 15 menit pertama digunakan untuk pre test yang dilanjutkan dengan presentasi materi terkait penggunaan akupuntur dalam mengatasi nyeri haid

primer selama 40 menit, tanya jawab 20 menit dan pelaksanaan post test selama 15 menit. Setelah kegiatan dilaksanakan, data hasil pre test dan post test peserta dianalisis dengan menggunakan analisis *Wilcoxon Signed Rank* (Pallant, J., 2020).

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada kegiatan pemberian pendidikan kesehatan mengenai penggunaan akupuntur dalam mengatasi nyeri haid ini melibatkan sebanyak 30 orang mahasiswi yang sebelumnya sudah terdata dari hasil studi pendahuluan menyatakan mengalami nyeri haid dan terganggu aktifitas sehari-hari serta kegiatan belajarnya. Seluruh responden pada kegiatan ini diwajibkan untuk mengisi data umum terlebih dahulu. Adapun beberapa data umum yang diperoleh pada kegiatan ini adalah sebagai berikut:

**Tabel 1.** Data Umum Responden (n=30)

	Ya f (%)	Tidak f (%)
1. Siklus menstruasi teratur	19 (63.3%)	11 (36.7)
2. Mengalami nyeri haid selama 3 bulan terakhir	30 (100%)	0
3. Aktivitas termasuk proses belajar terganggu karena nyeri haid	30 (100%)	0
4. Mengetahui tentang akupuntur dan pernah mencoba akupuntur untuk mengatasi nyeri haid	2 (6.7%)	28 (93.3%)

Kegiatan diawali dengan memberikan kuesioner pre-test kepada responden untuk mengukur tingkat pengetahuan sebelum pemberian pendidikan kesehatan dilaksanakan. Terdapat sebanyak 10 pernyataan yang harus dijawab oleh responden. Hasil pre test tersebut menunjukkan tingkat pengetahuan responden yang dikategorikan menjadi pengetahuan baik, cukup dan kurang sebelum diberikan pendidikan kesehatan. Adapun hasil pre test yang diperoleh yaitu:

**Tabel 2.** Hasil pre test pemberian pendidikan kesehatan terkait penggunaan akupuntur untuk mengatasi nyeri haid (n=30)

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	2	6.7 %
Cukup	11	36.7%
Kurang	17	56.6%

Berdasarkan data yang diperoleh dari hasil pre test menunjukkan masih terdapat responden yang memiliki tingkat pengetahuan cukup dan kurang terkait penggunaan akupuntur dalam mengatasi nyeri haid. Hal ini disebabkan karena responden belum pernah mendengar secara terperinci mengenai terapi

akupuntur yang dapat digunakan sebagai salah satu metode pengobatan untuk mengatasi nyeri haid. Hasil pre test ini juga memvalidasi bahwa pemberian pendidikan kesehatan terkait penggunaan akupuntur dalam mengatasi nyeri haid penting untuk dilaksanakan.

Setelah melakukan pre test dan pemberian materi, responden kembali menjawab kuesioner post test yang disediakan. Adapun hasil dari post test yang dilakukan terkait pemberian pendidikan kesehatan mengenai akupuntur dalam mengatasi nyeri haid adalah sebagai berikut:

**Tabel 3.** Hasil post test pemberian pendidikan kesehatan terkait penggunaan akupuntur untuk mengatasi nyeri haid (n=30)

Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
Baik	23	76.7%
Cukup	7	23.3%
Kurang	0	0

Pada tabel diatas menunjukkan adanya perubahan tingkat pengetahuan responden setelah pemberian pendidikan kesehatan mengenai akupuntur dalam mengatasi nyeri haid. Hasil post test menunjukkan sebanyak 23 (76.7%) responden memiliki pengetahuan baik setelah pemberian pendidikan kesehatan, 7 (23.3%) memiliki tingkat pengetahuan cukup dan tidak ada yang memiliki pengetahuan kurang. Hasil ini menunjukkan dengan adanya pemberian pendidikan kesehatan dalam kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini mampu meningkatkan pengetahuan responden terkait akupuntur.

**Tabel 4.** Hasil analisis uji wilcoxon pre test, post test pemberian pendidikan kesehatan terkait penggunaan akupuntur untuk mengatasi nyeri haid

Hasil Analisis Uji Wilcoxon	
Z	-2.178
Asymp.Sg. (2-tailed)	.016

Validasi signifikasi perubahan hasil pre test dan post test pada kegiatan ini dibuktikan dengan nilai analisis *wilcoxon* sebesar  $p=0.16$ . Hal ini menunjukkan bahwa kegiatan pemberian pendidikan kesehatan terkait penggunaan akupuntur untuk mengatasi nyeri haid berhasil dilaksanakan dengan indikator adanya peningkatan pengetahuan responden sebelum dan setelah kegiatan.

Nyeri haid merupakan suatu kondisi yang seringkali dialami oleh wanita yang ditandai dengan adanya rasa nyeri pada uterus atau perut bagian bawah ketika menstruasi. Terdapat sekitar 40-70% wanita usia reproduktif pernah mengalami nyeri haid yang disertai dengan masalah psikologis, lingkungan dan stress (Kulkarni & Deb, 2019). Terdapat pula data yang menunjukkan bahwa sekitar 10% wanita yang masih

tergolong remaja tidak dapat mengikuti kegiatan sehari-hari termasuk proses pembelajaran oleh karena mengalami nyeri haid (Latifah, Prastiwi & Andari, 2020).

Pemberian pendidikan kesehatan terkait penggunaan akupuntur untuk mengatasi nyeri haid merupakan suatu upaya yang dilakukan untuk dapat membantu responden yang tergolong remaja putri untuk bisa mengatasi masalah kesehatannya secara aman dan mandiri sehingga aktivitas sehari-hari termasuk proses pembelajaran dapat dilakukan tanpa hambatan.

Pendidikan kesehatan merupakan salah satu bagian upaya kesehatan yang menitikberatkan pada upaya untuk meningkatkan perilaku hidup sehat. Pendidikan kesehatan juga dapat diartikan sebagai semua kegiatan untuk meningkatkan pengetahuan, sikap dan praktek masyarakat dalam memelihara dan meningkatkan kesehatannya (Notoatmojo, 2003). Kegiatan pemberian pendidikan kesehatan identik dengan kegiatan penyuluhan kesehatan yang menitikberatkan kepada upaya perubahan pengetahuan dan perubahan perilaku sehingga masyarakat mempunyai kemampuan untuk mengenal masalah kesehatan dirinya sendiri, keluarga dan kelompok serta mampu mencari solusi atas permasalahan yang dihadapi (Widodo, 2014).

Kegiatan pengabdian kepada masyarakat ini berhasil dilaksanakan dengan baik tentunya tidak terlepas dari adanya keterlibatan dan peran aktif seluruh anggota baik anggota yang berasal dari klinikal area maupun istitusi mitra. Keberhasilan kegiatan ditunjukkan dengan adanya peningkatan pengetahuan responden sebelum dan setelah pemberian pendidikan kesehatan terkait dengan penggunaan akupuntur untuk mengatasi nyeri haid. Dengan demikian diharapkan setelah adanya peningkatan pengetahuan dari responden, nantinya responden bisa menerapkan dan menggunakan akupuntur untuk mengatasi masalah nyeri haid agar tetap dapat menjalani aktivitas harian termasuk proses pembelajaran.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

Berdasarkan hasil dan pemaparan di atas dapat disimpulkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan terkait penggunaan akupuntur untuk mengatasi nyeri haid pada mahasiswi keperawatan ITEKES Bali berhasil dilakukan dengan baik, lancar dan kondusif. Hal ini dibuktikan dengan adanya perubahan tingkat pengetahuan responden sebelum dan sesudah pemberian pendidikan kesehatan dengan signifikansi  $p=0.016$ . Hasil kegiatan ini menunjukkan bahwa pemberian pendidikan kesehatan mampu memberikan dampak yang positif terhadap pengetahuan responden terkait dengan penggunaan metode pengobatan akupuntur dalam mengatasi nyeri haid.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Kulkarni, A., Deb, S. (2019). Dysmenorrhoea. *Obstetrics, Gynaecology and Reproductive Medicine Elsevier*, 29:10.
- Latifah, U., Prastiwi, R.S., Andari, I.D. (2020) Reducing Dysmenorrhea using Acupressure on Teenage Girl at Pratama Clinic of Harapan Bersama Tegal. *Jurnal Kebidanan*, 10 (1), 43-47.

- Woo, H.L., Ji, H.R., Pak, Y.K., Lee, H., Heo, S.J., Lee, J.M., Park, K.S. (2018). The Efficacy and Safety of Acupuncture in Women With Primary Dysmenorrhea. *Journal of Medicine*, 97-23.
- Cho, S.H., Hwang, E.W. (2010). Acupressure for primary dysmenorrhea: A systematic review. *Complement Ther Med*, 18 (1), 49-56.
- Induniasih., Ratna, W. (2017). *Promosi Kesehatan, Pendidikan Kesehatan dalam Keperawatan*. Yogyakarta: Pustaka Baru. ISBN: 978-602-6237-39-2
- Notoatmodjo, S. (2003). *Pendidikan Perilaku Kesehatan Ilmu Terapan*. Bumi Aksara. ISBN: 978-979-5188-698
- Widodo, B. (2014). Pendidikan Kesehatan dan Aplikasinya di SD/MI. Madrasah. 7 (1), 89-10