

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa atau suatu proses tumbuh kearah kematangan yang mencakup kematangan mental, emosional, social dan fisik. Perubahan fisik tampak lebih jelas, ditandai dengan adanya perubahan pada sistem reproduksi. Salah satu perubahan yang terjadi pada sistem reproduksi ditandai dengan munculnya menstruasi, keadaan yang sering ditakuti oleh remaja putri adalah menstruasi pertama (*menarche*) (Janiwarty dan Pieter, 2013).

Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas akan mengalami siklus menstruasi tiap bulannya. Sebagian perempuan pada saat menstruasi, ada yang mengalami gangguan menstruasi mulai dari yang ringan, sedang maupun berat. Hal ini terjadi karena kontraksi otot-otot halus pada rahim yang dapat menyebabkan sakit kepala, sakit perut, merasa lemas hingga nyeri yang luar biasa (Anurogo dan Wulandari, 2011).

Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda. Sebagian dari wanita ada yang mengalami menstruasi tanpa keluhan, namun tidak sedikit pula dari wanita yang mengalami menstruasi disertai dengan keluhan seperti dismenorea yang mengakibatkan rasa ketidaknyamanan serta berdampak terhadap gangguan aktivitas. Dismenorea mengakibatkan nyeri perut bagian bawah yang terkadang rasa nyeri tersebut meluas hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha (Nafiroh & Indrawati, 2013).

Menurut WHO (*World Health Organization*) angka dismenorea di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenorea. Dismenorea terbagi menjadi dua, yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami dismenorea. Berdasarkan data tersebut 10-15% diantaranya mengalami dismenorea berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Angka kejadian nyeri menstruasi di Indonesia mencapai 60-70%, angka kejadian dismenorea tipe primer di Indonesia adalah sekitar 54,89%, sedangkan penderita dengan tipe sekunder mencapai 15,11% (Sylvia, 2011). Di Jawa Timur angka kejadian dismenorea diperoleh dari info kesehatan tahun 2010 sebesar 64,25% (Nadiro, 2013).

Nyeri dismenorea akan mulai timbul ketika remaja masuk di bangku SMA dikarenakan faktor psikologis yang meningkat dan siklus menstruasi yang mulai terjadi setiap bulan. Menurut penelitian Junizar (2004) dismenorea primer terjadi pada usia 15-25 tahun dan akan menghilang pada usia 20-30 tahun. Didukung pula oleh penelitian Andira (2013) mengatakan bahwa usia 15-25 tahun merupakan usia dimana dismenorea primer akan timbul dan konsekuensinya penderita harus meninggalkan aktivitas sekolah dan pekerjaannya selama berjam-jam.

Dismenorea dapat menyebabkan aktivitas terganggu, karena hal tersebut membuat pelajar tidak dapat berkonsentrasi saat belajar serta semangat belajar menurun karena pengaruh nyeri yang dirasakan. Ketika remaja mengalami dismenorea, mereka banyak tidak masuk sekolah dan prestasinya menurun

dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalami dismenorea (Windastiwi, Pujiastuti dan Mundarti, 2018). Dismenorea yang menyerang ketika perempuan mengalami menstruasi, dapat memperberat aktivitas dengan timbulnya keringat dingin, pusing, diare, emosi yang labil dan pingsan. Apabila dismenore tidak segera diatasi maka dapat mengakibatkan syok dan penurunan kesadaran, sehingga nyeri haid tidak boleh dibiarkan begitu saja (Reeder dan Koniak, 2011).

Remaja putri yang mengalami dismenorea primer, mengatasi nyeri haid dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi, menggunakan obat-obatan anti nyeri seperti asam mefenamat. Namun obat-obatan tersebut hanya menghilangkan rasa nyeri, sehingga menyebabkan ketergantungan obat yang jika dikonsumsi terus menerus akan menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan (Anurogo dan Wulandari, 2011).

Terapi non farmakologi antara lain pengaturan posisi, teknik relaksasi, manajemen sentuhan, manajemen lingkungan, distraksi, dukungan perilaku, imajinasi, kompres dan pemberian ramuan herbal. Terapi ramuan herbal dapat dilakukan dengan cara menggunakan obat tradisional yang berasal dari bahan-bahan tanaman. Ramuan atau produk herbal atau fitofarmaka saat ini memang sedang menjadi alternatif utama bagi remaja putri yang ingin mengurangi rasa nyeri tanpa mendapat efek samping (Kylenorton, 2010).

Hasil penelitian Astuti dan Laela (2018) menyebutkan melakukan penerapan pemberian terapi aroma lavender untuk mengatasi nyeri dismenorea menunjukkan bahwa skala nyeri setelah dilakukan teknik relaksasi

menggunakan aroma terapi lavender 1 kali dalam 15 menit mengalami penurunan skala nyeri 1. Sedangkan pada penelitian Safitri (2018) mengatakan bahwa setelah 15 menit diberikan minuman kunyit asam mengalami penurunan skala nyeri 3.

Data menurut IOT (Industri Obat Tradisional) dan IKOT (Industri Kecil Obat Tradisional) dari 4.187 terdapat 40% masyarakat memanfaatkan kunyit sebagai pengobatan dan 10% masyarakat mengkonsumsi kunyit untuk mengurangi nyeri waktu haid (Leli, Rahmawati & Atik, 2011). Minuman kunyit asam merupakan minuman tradisional yang di olah dari kunyit dan asam yang mengandung *curcumin* dan *antosianin* yang berfungsi sebagai pereda nyeri haid. Kunyit dan asam berperan sebagai anti inflamasi sehingga mengurangi rasa nyeri bahkan menghambat kontraksi uterus. Selain sebagai anti inflamasi, kunyit asam juga bermanfaat sebagai analgesik dan antipiretika (Anindita, 2010).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Atik (2011) mengatakan didapatkan hasil dari 30 responden yang mengkonsumsi kunyit asam terdapat lebih dari sebagian responden mengalami nyeri haid ringan sebanyak 19 responden dan dari 30 responden yang tidak mengkonsumsi kunyit asam terdapat lebih dari sebagian responden mengalami nyeri haid sedang sebanyak 17 responden. Hal ini menunjukkan siswi yang mengkonsumsi kunyit asam cenderung mengalami nyeri haid derajat skala ringan.

Begitu pula sama dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Marlina (2012) di SMA Negeri 1 Tanjung Mutiara Kabupaten Agam, didapatkan hasil sebelum mengonsumsi minuman kunyit asam, dari 17 orang siswi mengalami tingkat nyeri dismenorea primer dengan skala berat dan setelah diberikan minuman kunyit asam 17 (100%) siswi mengalami tingkat nyeri dismenorea sedang. Hal tersebut menunjukkan terdapat pengaruh minuman kunyit asam terhadap nyeri dismenorea primer pada remaja putri.

Berdasarkan presurvey yang dilakukan di SMA Muhammadiyah Pringsewu, dari data 53 siswi, didapatkan hasil 22 siswi (41,5%) yang mengalami dismenorea dan 31 siswi (58,5%) tidak mengeluh dismenorea. Pada saat dilakukan wawancara tentang dismenorea dari 22 siswi tersebut, 8 siswi (36,4%) mengatasi dismenorea dengan istirahat tidur, 4 siswi (18,2%) mengatasi dismenorea dengan mengoleskan minyak kayu putih dan 10 siswi (45,4%) dan belum mengetahui manfaat kunyit asam dalam mengatasi dismenoreaa. Sehingga penulis merasa perlu melakukan “Penerapan kunyit asam untuk menurunkan skala nyeri dismenore pada remaja putri di Kelurahan Talang Padang Tahun 2020”.

B. Rumusan Masalah

Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas akan mengalami siklus menstruasi tiap bulannya. Sebagian dari wanita ada yang mengalami menstruasi tanpa keluhan, namun tidak sedikit pula dari wanita yang mengalami menstruasi disertai dengan keluhan seperti dismenorea yang mengakibatkan rasa ketidaknyamanan serta berdampak terhadap gangguan

aktivitas. Berdasarkan pemaparan tersebut, dapat disusun rumusan masalah “Penerapan Kunyit Asam Untuk Menurunkan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri di Kelurahan Talang Padang Tahun 2020.

C. Tujuan Penulisan

1. Tujuan Umum

Mengetahui efektifitas “Penerapan Kunyit Asam Untuk Menurunkan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri di Kelurahan Talang Padang Tahun 2020”.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi skala nyeri dismenorea sebelum dilakukan penerapan kunyit asam.
- b. Mengidentifikasi skala nyeri dismenorea setelah dilakukan penerapan kunyit asam.

D. Manfaat Penelitian

1. Praktis

- a. Bagi Perawat

Sebagai tambahan peneliti untuk penatalaksanaan dismenoreaa pada remaja putri dapat dilakukan mengkonsumsi minuman kunyit asam.

- b. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini menjadi referensi untuk peningkatan kualitas pendidikan di institusi mengenai Penerapan Kunyit Asam Untuk

Menurunkan Skala Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri di Kelurahan Talang Padang.

c. Bagi Klien

Hasil penelitian ini menambah wawasan tentang obat tradisional, tentang ramuan kunyit asam untuk menurunkan skala nyeri dismenore pada remaja putri di Kelurahan Talang Padang.

2. Teoritis

Untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan Keperawatan Maternitas terutama pada Kesehatan Reproduksi pada remaja putri yang mengalami nyeri dismenorea di Kelurahan Talang Padang.

3. Penelitian

Bagi peneliti yang akan melakukan penelitian tentang nyeri dismenorea, diharapkan dapat mengembangkan teori-teori tentang kesehatan reproduksi pada remaja yang mengalami nyeri dismenorea