

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. LatarBelakang**

Adolesen (remaja) merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa. Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Masa remaja merupakan masa perkembangan pada diri remaja yang sangat penting, diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga nantinya mampu bereproduksi. Pada masa remaja terdapat perubahan-perubahan yang terjadi seperti perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial, dimana kondisi tersebut dinamakan dengan masa pubertas. Salah satu tanda pubertas pada remaja putri adalah menstruasi (Batubara, 2012). Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding rahim yang disertai dengan pendarahan yang terjadi secara rutin setiap bulan, kecuali pada saat terjadinya kehamilan, dan masalah yang sering dialami remaja saat menstruasi salah satunya adalah *dismenorea* (Nuraeni 2017).

Nyeri haid atau *dismenorea* merupakan salah satu gangguan yang dialami hampir seluruh wanita ketika mengalami menstruasi, tidak memandang usia tetapi prosentase terbanyak wanita yang mengalami hal ini adalah kelompok usia remaja awal yang baru saja mengalami menarche. Gejala – gejala yang sering muncul saat *dismenorea* adalah nyeri pada perut bagian bawah menjalar sampai ke pinggang yang biasanya mulai dirasakan 2-3 hari sebelum

menstruasi, saat menstruasi selama 1-2 hari dengan karakteristik nyeri seperti mulas-mulas, ngilu ataupun tertusuk – tusuk (Cunningham, 2013).

Angka kejadian *dismenorea* menurut laporan international prevalensinya sangat tinggi dan sekitar 50% remaja putri mengalami *dismenorea* dalam siklus menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian di amerika presentase kejadian *dismenore* sekitar 60%. Dimana *dismenorea* dialami 30%-50% oleh wanita usia reproduksi dan 10%-15% diantaranya kehilangan kesempatan kerja, mengganggu kegiatan belajar disekolah dan kehidupan keluarga. Di Indonesia angka kejadian *dismenorea* 64,25%, terdiri dari 54,89% *dismenorea primer* dan 9,36% *dismenorea sekunder* (Dewi, 2019).

*Dismenorea* dapat menyebabkan penderita menjadi lemas tidak bertenaga sehingga berdampak negatif pada aktifitas sehari-hari dan secara psikologis akan sangat mengganggu, bahkan menjadi salah satu alasan penderita tidak bisa melakukan aktifitas (sekolah, bekerja, dll). Selain dari dampak tersebut, konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan semua itu dapat memainkan peranan serta menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan asing. Ketegangan biasanya menambah parahnya keadaan yang buruk setiap saat. Sedikit tidak merasa nyaman dan dengan cepat berkembang menjadi suatu masalah besar dengan segala kekesalan yang menyertainya (Lestari, 2019).

Konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan akan mempengaruhi kecakapan dan keterampilannya. Kecakapan dan keterampilan yang dimaksud berarti luas, baik kecakapan personal (*personal skill*) yang mencakup;

kecakapan mengenali diri sendiri (*self awareness*) dan kecakapan berpikir rasional (*thinking skill*), kecakapan sosial (*social skill*), kecakapan akademik (*academic skill*), maupun kecakapan vokasional (*vocational skill*) (Lestari, 2019).

Beberapa perempuan yang mengalami nyeri haid, mengatasi nyeri dengan mengkonsumsi obat-obat anti nyeri secara berkala. Namun sifat obat tersebut hanya meninggalkan rasa sakit dan akan menimbulkan ketergantungan. Selain dengan obat- obatan, rasa nyeri juga bisa dikurangi dengan non farmakologi seperti istirahat yang cukup, olahraga yang teratur, pemijatan, kompres air hangat. Selain itu nyeri menstruasi juga bisa diobati dengan menggunakan tumbuhan herbal, yang salah satunya dengan minum jamu kunyit asam (Widiatami, 2018).

Secara alamiah, kunyit mengandung senyawa fenolik yang dipercaya dapat digunakan sebagai antioksidan, analgetik, anti-mikroba, anti-inflamasi, dan dapat membersihkan darah. Senyawa aktif yang terkandung dalam kunyit yaitu *curcumine*. Asam jawa memiliki kandungan aktif yaitu *anthocyanin* yang dapat digunakan sebagai antipiretik dan anti-inflamasi. Secara lebih spesifik kandungan *curcumine* dan *anthocyanin* dapat menghambat terjadi reaksi *cyclooxygenase* (COX) yang fungsinya menghambat dan mengurangi terjadinya inflamasi. Sehingga produk herbal tersebut akan mengurangi serta menghambat kontraksi uterus yang menyebabkan nyeri menstruasi. Hal ini didukung oleh penelitian Saputri, Handayani & Yasara (2020) bahwa ada

perbedaan penurunan tingkat nyeri terjadi rata-rata setelah 15 menit setelah minum minuman kunyit (kunyit asam) dan jahe asam. Hasil dari penelitian tersebut adalah minuman kunyit asam lebih efektif menurunkan nyeri haid dibandingkan jahe asam.

Berdasarkan penelitian terdahulu bahwa kunyit mengandung zat analgesik yang dapat memberikan efek anti nyeri sedangkan kandungan asam jawa mempunyai efek yang tidak jauh berbeda dengan obat-obatan golongan anti prostaglandin non steroid dalam menurunkan nyeri dengan cara mengurangi ketegangan otot, oleh karena itu peneliti menggabungkan kedua jenis herbal tersebut tujuannya untuk menurunkan tingkat nyeri *dismenoreaprimer* pada remaja putri.

Sejalan dengan peneliti Marsaid (2017) minuman kunyit asam merupakan ramuan tradisional yang terbuat dari perpaduan kunyit dan asam. Kandungan pada minuman kunyit asam pernah diteliti dan hasilnya efektif untuk menurunkan intensitas nyeri haid pada remaja putri di desa Tambang Kecamatan Pudak, Ponorogo. Terapi herbal kunyit asam lebih efektif dibandingkan dengan terapi herbal lain dikarenakan pada kunyit asam memiliki aktivitas antioksidan yang lebih tinggi.

Survey pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMPN 1 Pagelaran diketahui bahwa, dari 20 remaja putri, 18 siswi atau 0,9% mengalami nyeri haid dan 2 siswi atau 0,1% tidak mengalami nyeri haid, 0,9 % siswi remaja putri mengalami nyeri haid dan mengatasinya dengan minum obat anti nyeri.

Berdasarkan angka kejadian *dismenorea*(nyerihaid) yang tinggi dan dampak yang ditimbulkan maka diperlukan upaya untuk mengurangi nyeri haid dengan cara sederhana dan mudah untuk dilakukan oleh remaja putri. Oleh karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Tingkat Penurunan Nyeri *Dismenorea* Pada Siswi SMPN 1 Pagelaran Tahun 2021”.

## **B. Rumusan Masalah**

Adolesen (remaja) merupakan masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa, Pada masa remaja terdapat perubahan-perubahan yang terjadi seperti perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun social. Salah satu tanda pubertas pada remaja putri adalah menstruasi. Masalah yang sering dialami remaja saat menstruasi salah satunya adalah *dismenorea*. Beberapa perempuan yang mengalami *dismenorea* (nyeri haid), dan mengatasinya dengan mengkonsumsi obat-obat anti nyeri secara berkala. Selain itu nyeri menstruasi juga bisa diobati dengan menggunakan tumbuhan herbal, yang salah satunya dengan minum jamu kunyit asam.“Bagaimana Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Tingkat Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMPN 1 Pagelaran Tahun 2021?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Tingkat Penurunan Nyeri *Dismenorea* Pada Siswi SMPN 1 Pagelaran Tahun

2021.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui karakteristik responden (umur, usia menarche, lama menstruasi, dan riwayat keluarga)
- b. Diketahui rata-rata skala nyeri haid sebelum dilakukan Pemberian Minuman Kunyit Asam Pada Siswi SMPN 1 Pagelaran.
- c. Diketahui rata-rata skala nyeri haid setelah dilakukan pemberian minuman Kunyit Asam Pada Siswi SMPN 1 Pagelaran.
- d. Diketahui pengaruh pemberian minuman kunyit asam pada siswi SMPN 1 Pagelaran terhadap tingkat penurunan nyeri dismenorea.

## D. Ruang Lingkup

Materi pada penelitian ini adalah Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Tingkat Penurunan Nyeri *Dismenorea* Pada Siswi SMPN 1 Pagelaran Tahun 2021. Subjek penelitian ini adalah Remaja Putri yang mengalami nyeri haid. Lokasi penelitian ini dilakukan di SMPN 1 Pagelaran. Penelitian ini telah dilakukan Bulan Juni 2021. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dan menggunakan rancangan penelitian analitik dengan pendekatan *quasi eksperimen*.

## **E. Manfaat Penelitian**

### 1. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Remaja

Memberikan pengetahuan dan motivasi pada remaja untuk memilih dan menerapkan minuman kunyit asam sebagai pengobatan herbal untuk mengurangi nyeri haid.

#### b. Bagi Masyarakat

Memberikan pengetahuan dan solusi bagi masyarakat yang mengalami nyeri haid dalam mengurangi dan mencegah nyeri saat menstruasi.

#### c. Bagi Tenaga Kesehatan

Memberikan tambahan pengetahuan untuk tenaga kesehatan tentang manfaat kunyit dibidang kesehatan dalam mengurangi nyeri haid.

### 2. Manfaat Teoritis

a. Hasil penelitian ini di harapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan tentang pengobatan non-farmakologi untuk megurangi nyeri haid.

b. Bagi instansi terkait, masukan bagi institusi untuk lebih meningkatkan mutu pelayanan dan meningkatkan kemampuan dalam bidang keperawatan non-farmakologi pada klien dengannyeri haid.

### 3. Manfaat Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini dapat menambah pengetahuan tentang pengobatan

non-farmakologi sebagai pengalaman dalam merealisasi teori yang telah di dapat khususnya mengenai pemberian minuman kunyit asam sebagai upaya untuk mengurangi nyeri haid.