

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perubahan baik fisik maupun psikis. Perubahan fisik tampak lebih jelas, tubuh berkembang pesat mencapai bentuk tubuh orang dewasa disertai berkembangnya kapasitas reproduksi. Pada masa pubertas, kadar hormon *Luteinizing Hormone* (LH) dan *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) akan meningkat, sehingga merangsang pembentukan hormon seksual. Pada remaja putri, peningkatan kadar hormon tersebut menyebabkan pematangan payudara, ovarium, rahim, dan vagina serta dimulainya siklus menstruasi (Widiastuti, 2009).

Haid adalah proses pelepasan dinding rahim (lapisan dalam endometrium) yang disertai dengan pendarahan yang terjadi secara berulang setiap bulan, kecuali pada saat terjadi kehamilan. Haid biasanya diawali pada usia remaja 9-12 tahun. Ada sebagian kecil yang mengalami lebih lambat dari itu, 13-15 tahun. Sejak saat itu, perempuan akan terus mengalami haid sepanjang hidupnya, setiap bulan hingga mencapai usia 45-55 tahun yang biasa disebut menopause. Masaramata-rata perempuan haid antara 3-8 hari dengan siklus rata-rata 28 hari. Keadaan yang sering ditakuti oleh remaja putri adalah menstruasi pertama (*menarche*).

Remaja putri yang telah memasuki masa pubertas akan mengalami siklus menstruasi tiap bulannya. Pada saat haid, sebagian perempuan ada

yang mengalami gangguan haid mulai dari yang ringan, sedang sampai 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).

Dismenorea adalah nyeri selama menstruasi yang disebabkan adanya jumlah prostaglandin yang berlebihan pada darah menstruasi, yang merangsang hiperaktivitas uterus dan terjadinya kejang otot uterus. Dismenorea dibagi dua yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Pada dismenorea primer tidak terdapat hubungan dengan kelainan ginekologi, sedangkan dismenorea sekunder disebabkan oleh kelainan ginekologi. Nyeri menstruasi yang paling sering terjadi adalah nyeri menstruasi primer yang timbul sejak haid pertama dan akan pulih seiring dengan berjalannya waktu. Nyeri menstruasi ini normal, namun dapat berlebihan bila dipengaruhi oleh faktor psikis dan fisik, seperti stres, syok, penyempitan pembuluh darah, kurang darah dan kondisi tubuh yang menurun (Anurogo dan Wulandari, 2011).

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalaminya (Lie, 2004). Di Amerika Serikat, prevalensi dismenorea diperkirakan 45-90%. Puncak insiden dismenorea primer terjadi pada akhir masa remaja dan di awal usia 20-an (Anurogo & Wulandari, 2011). Di Indonesia diperkirakan 55% perempuan usia produktif tersiksa nyeri selama haid (Lie, 2004). Penelitian di Swedia, 80% remaja usia 19-21 tahun mengalami dismenorea, 15% membatasi aktifitas harian mereka ketika haid dan membutuhkan obat-obatan untuk

mengurangi dismenorea, 8-10% tidak mengikuti atau masuk sekolah (Desfietni, 2012).

Nyeri haid (*dismenore*) memiliki dampak yang cukup besar bagi remaja putri karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja putri yang mengalami nyeri haid (*dismenore*) pada saat menstruasi akan merasa terbatas dalam melakukan aktivitas khususnya aktivitas belajar di sekolah. Menurut Rohmat (2013) aktivitas belajar adalah keterlibatan seseorang dalam bentuk sikap, pikiran dan perhatian dalam kegiatan belajar sebagai penunjang keberhasilan proses belajar mengajar sehingga diperoleh manfaat dari kegiatan tersebut. Remaja putri yang sedang mengalami nyeri haid (*dismenore*) sekaligus mengikuti kegiatan pembelajaran, dapat menyebabkan aktivitas pembelajaran menjadi terganggu, tidak bersemangat, konsentrasi menjadi menurun bahkan sulit berkonsentrasi sehingga materi yang disampaikan selama pembelajaran tidak dapat diterima dengan baik bahkan sampai ada yang tidak masuk sekolah.

Penelitian terdahulu oleh Saguni (2013) menunjukkan bahwa siswi yang mengalami gangguan dalam aktivitas belajar diakibatkan karena nyeri haid yang dirasakan dalam proses pembelajaran. Hal ini menyebabkan siswi sulit untuk berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika mengalami nyeri haid. Siswi yang mengalami nyeri haid (*dismenore*) pada saat jam pelajaran berlangsung juga ada yang sampai meminta izin untuk pulang dan terkadang ada yang meminta izin untuk diberikan dispensasi beristirahat di ruangan UKS. Penelitian lain oleh Handayani (2011) menyebutkan bahwa *dismenore* merupakan salah satu penyebab utama absen

sekolah pada remaja putri untuk beberapa jam atau beberapa hari. Hal tersebut dihubungkan pada pengaruh negatif terhadap aktivitas sosial pada kebanyakan remaja putri. Remaja putri yang mengalami *dismenore* pada saat menstruasi mempunyai lebih banyak libur sekolah atau absen dan prestasinya kurang begitu baik di sekolah dibandingkan mereka yang tidak mengalami *dismenore*.

Segolongan perempuan yang mengalami dismenorea primer mengatasi serta menyembuhkan nyeri haid tersebut dengan mengkonsumsi obat-obatan secara berkala. Namun sifat obat-obatan tersebut hanya menghilangkan rasa nyeri, maka penderita akan mengalami ketergantungan obat dalam jangka panjang. Apabila dikonsumsi terus menerus akan menimbulkan dampak negatif bagi kesehatan. Penggunaan obat farmakologis menimbulkan efek samping seperti gangguan pada lambung, anemia, dan yang lebih parah adalah dampak mental psikologis yang membuat penderitanya tersugesti dan tidak bisa melepaskan diri dari obat-obatan. Mereka merasa bahwa untuk tidak mengalami nyeri haid maka harus minum obat (Anurogo & Wulandari, 2011).

Selain dengan obat-obatan, rasa nyeri juga bisa dikurangi dengan istirahat yang cukup, olahraga yang teratur, pemijatan dan kompres hangat. Selain itu nyeri haid juga bisa diobati dengan menggunakan tumbuhan herbal antara lain tapak liman, temu putih, kunyit dan sidaguri (Leli, Rahmawati & Atik, 2011). 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

mengonsumsi kunyit untuk mengurangi nyeri waktu haid (Ningharmanto, 2008 dalam Leli, Rahmawati & Atik, 2011).

Salah satu produk herbal yang menjadi alternatif bagi para remaja putri yang ingin mengurangi nyeri haid adalah minuman kunyit asam. Minuman kunyit asam adalah minuman yang bahan utamanya berasal dari kunyit dan asam. Menurut Sina (2012) secara alamiah kunyit dipercaya memiliki kandungan senyawa fenolik sebagai antioksidan, bermanfaat sebagai analgetika, anti-inflamasi, antimikroba, serta pembersih darah. Senyawa aktif yang terdapat pada kunyit yaitu *curcumine*. Sedangkan menurut Nair (2004), asam jawa juga memiliki bahan aktif yaitu *anthocyanin* yang berfungsi sebagai anti-inflamasi dan antipiretika.

Lebih spesifik dapat di jelaskan bahwa kandungan *curcumine* pada kunyit (Sina, 2012), dan *anthocyanin* pada asam jawa akan menghambat reaksi *cyclooxygenase* (COX) sehingga menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi sehingga akan mengurangi atau bahkan menghambat kontraksi uterus yang menyebabkan nyeri haid (Nair, 2004).

Penelitian yang dilakukan oleh Winarso (2013), dengan judul “pengaruh minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore primer pada siswi Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten”, juga membuktikan bahwa dari 44 responden, responden yang tidak mengalami dismenore sesudah minum kunyit asam sejumlah 17 responden (38,6%), yang termasuk kategori nyeri ringan sejumlah 21 responden (47,7%) dan responden dengan tingkat nyeri sedang sejumlah 6 (13,6%). Dengan ini menunjukkan adanya pengaruh minuman kunyit asam terhadap penurunan

tingkat nyeri dismenore siswi Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten dengan $p=0,000$ ($p<0,05$).

Hal ini juga didukung oleh Penelitian Nina Rahamadiliyani (2016) dengan judul “pengaruh pemberian kunyit asam terhadap intensitas nyeri saat haid pada remaja tingkat SMA di Pondok Pesantren Darul Hijrah Puteri”, didapatkan hasil mean sebelum pemberian kunyit asam yaitu 2,43 sedangkan setelah pemberian kunyit asam yaitu 1,63, yang berarti ada penurunan skala nyeri saat haid sebelum dan sesudah pemberian sebanyak 0,83. Yang berarti skala nyeri haid pada remaja mengalami penurunan setelah dilakukannya pemberian kunyit asam. Yang berarti ada pengaruh pemberian kunyit asam terhadap intensitas nyeri saat haid bermakna $p < a$ (0,05) dengan nilai $p = 0,000 < a$ (0,05).

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMAN 2 Gaung Desa Belantaraya pada bulan Juli 2019 terhadap 10 orang remaja putri dengan metode wawancara, sebanyak sebanyak 100% siswi telah mengalami menstruasi dan ada yang mengalami dismenorea (nyeri haid). Sebanyak 7 dari 10 orang siswi menyatakan pada saat dismenore pergi ke UKS untuk istirahat. Sebanyak 6 dari 10 siswi menyatakan dengan memberikan minyak kayu putih lalu istirahat rasa nyeri tersebut hilang, seorang siswi mengkonsumsi obat seperti asam mefenamat dan feminax, dan selebihnya hanya mendiamkan saja sampai rasa nyerinya berkurang. Siswi-siswi tersebut juga mengatakan jika nyeri yang dirasakan tidak tertahankan mereka izin pulang ke rumah.

Berdasarkan keterangan guru di UKS, beliau menyatakan bahwa rata-rata murid yang datang ke UKS adalah siswi dengan keluhan dismenorea. UKS menyediakan minyak kayu putih, juga obat seperti feminax dan mefinal untuk siswi yang dismenorea. Kompres air hangat juga pernah diberikan tetapi tidak terlalu kelihatan hasilnya. Beliau juga menyatakan bahwa jika sakit (nyeri) yang dirasakan siswi tidak berkurang lebih dari 30 menit maka siswi dianjurkan izin pulang ke rumah untuk istirahat.

Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang efektivitas pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMAN 2 Gaung Desa Belantaraya.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Efektivitas pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMAN 2 Gaung Desa Belantaraya Tahun 2019”.

1.3 Tujuan Penulisan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMAN 2 Gaung Desa Belantaraya

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Diketuainya frekuensi intensitas nyeri haid sebelum diberikan minuman kunyit asam pada remaja putri di SMAN 2 Gaung Desa Belantaraya.
2. Diketuainya frekuensi intensitas nyeri haid sesudah diberikan minuman kunyit asam pada remaja putri di SMAN 2 Gaung Desa Belantaraya
3. Diketuainya frekuensi intensitas nyeri haid pada kelompok kontrol
4. Diketuainya efektivitas pemberian rebusan kunyit asam terhadap pengurangan nyeri haid pada remaja putri di SMAN 2 Gaung Desa Belantaraya

1.4 Manfaat Penulisan

1.4.1 Bagi STIKes Al Insyirah Pekanbaru

Sebagai bahan referensi, kajian dan sumbangan pemikiran bagi para akademisi dalam pengembangan ilmu kebidanan yang khususnya berkaitan dengan penanganan terhadap nyeri haid.

1.4.2 Bagi SMAN 2 Gaung

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran dalam upaya mengurangi nyeri haid.

1.4.3 Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tambahan pada responden dan tempat penelitian tentang manfaat minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid.

1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai tambahan sumber referensi untuk peneliti selanjutnya dan diharapkan peneliti selanjutnya melanjutkan penelitian ini dengan menggunakan metode yang berbeda.