

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja, menurut Mappiare berlangsung antara umur 12 tahun sampai dengan 21 tahun bagi wanita dan 13 tahun sampai dengan 22 tahun bagi pria. Remaja yang dalam bahasa aslinya disebut *adolescence*, berasal dari bahasa latin *adolescere* yang artinya “tumbuh untuk mencapai kematangan”. Perkembangan lebih lanjut, istilah *adolescence* sesungguhnya memiliki arti yang luas, mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik (Hurlock, dalam Ali & Asrori, 2012). Masalah yang dihadapi oleh remaja antara lain yaitu keputihan yang fisiologis atau patologis, keinginan untuk menyendiri, merasa bosan, antagonisme sosial, emosional, cemas, rasa ingin tau yang besar, kurang percaya diri, dan dismenore yang terjadi pada remaja putri (Sarwono, 2010). Remaja biasanya mengalami dismenore adalah nyeri haid menjelang atau selama haid, sampai wanita tersebut tidak dapat bekerja dan harus tidur. Nyeri bersamaan dengan rasa mual, sakit kepala, perasaan mau pingsan, lekas marah (Dewi, 2012).

Dismenore adalah rasa sakit yang menyertai menstruasi sehingga dapat menimbulkan gangguan sehari-hari. Derajat nyerinya bervariasi mencakup ringan, sedang dan berat (Werdiningsih, 2010). Dismenore dapat digolongkan berdasarkan jenis nyeri dan ada tidaknya kelainan yang dapat diamati. Berdasarkan jenis nyeri, nyeri haid dapat dibagi menjadi, dismenore spasmodik dan dismenore kongestif. Sedangkan berdasarkan ada tidaknya kelainan atau sebab yang dapat diamati, nyeri haid dapat dibagi menjadi, dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer sering dimulai pada waktu wanita

mendapatkan haid pertama dan sering dibarengi rasa mual, muntah, dan diare. Gadis dan wanita muda dapat diserang nyeri haid primer. Dinamakan dismenore primer karena rasa nyeri timbul tanpa ada sebab yang dapat dikenali (Proverawati, 2009).

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angkanya persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%, sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif. Berdasarkan data di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25 % yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36 % dismenore sekunder. Angka kejadian dismenore tipe primer di Indonesia adalah sekitar 54,89%, sedangkan sisanya adalah penderita dengan tipe sekunder (Info sehat, 2010). Berdasarkan hasil penelitian Mahmudiono pada tahun 2011, angka kejadian dismenore primer pada remaja wanita yang berusia 14 – 19 tahun di Indonesia sekitar 54, 89%. Hasil penelitian Novia pada tahun 2012 menunjukkan 84,4 % remaja usia 16 – 18 tahun di Malang mengalami dismenore. Dengan intensitas nyeri ringan 46,7%, nyeri sedang 30,0%, dan nyeri berat 23,3%. Dari studi pendahuluan di MTs Darus Sholichin Kota Malang pada tanggal 25 september 2018 dilakukan studi pendahuluan jumlah remaja putri 79 orang yang mengalami dismenore primer 20 orang yang tidak mengalami dismenore 59 orang.

Dismenore primer muncul berupa serangan ringan, kram pada bagian tengah, bersifat spasmodic yang dapat menyebar ke punggung atau paha bagian dalam, Umumnya ketidaknyamanan dimulai 1-2 hari sebelum menstruasi, namun nyeri paling berat selama 24 jam pertama menstruasi dan mereda pada hari kedua, dismenore kerap disertai efek samping seperti muntah, diare, sakit

kepala, sinkop, nyeri kaki (Geri, 2010). Nyeri Haid ini disebabkan oleh aktifitas prostaglandin. Pada saat menstruasi, lapisan rahim yang rusak dikeluarkan dan digantikan yang baru, senyawa molekul yang disebut prostaglandin dilepaskan. Senyawa ini menyebabkan otot-otot rahim berkontraksi. Ketika terjadi kontraksi otot rahim, maka suplai darah ke endometrium menyempit (vasokonstriksi) proses inilah yang menyebabkan rasa sakit saat menstruasi. Zat lain yang dikenal sebagai leukotrien, yang merupakan bahan kimia yang berperan dalam respon inflamasi, juga meningkat pada saat ini dan mungkin berhubungan dengan timbulnya nyeri menstruasi. Selain itu, kurang olahraga, stress psikis dan sosial juga menjadi faktor lain yang menyebabkan nyeri haid primer. Dampak yang terjadi jika dismenore tidak ditangani dapat menimbulkan gangguan aktivitas hidup sehari-hari (ADLs), *Retrograd* menstruasi (menstruasi yang bergerak mundur), infertilitas (kemandulan), kehamilan atau kehamilan tidak terdeteksi ektopic pecah, kista pecah, perforasi rahim jika menggunakan IUD dan infeksi (Andre, 2009).

Usaha untuk mengurangi atau menghilangkan rasa nyeri biasanya menggunakan pengobatan secara farmakologi atau nonfarmakologi. Penanganan farmakologi dengan mengkonsumsi Obat analgesik yang sering di berikan adalah preparat kombinasi aspirin, fenasetin, dan kafein. Obat-obatan paten yang beredar di pasaran ialah antara lain ibuprofen, naproxen, asam mefenamat. non farmakologi Penerangan dan nasihat Perlu dijelaskan kepada penderita bahwa dismenore adalah gangguan yang tidak berbahaya untuk kesehatan. Hendaknya diadakan penjelasan dan diskusi mengenai cara hidup, pekerjaan, kegiatan, dan lingkungan penderita. Kompres hangat di daerah perut Suhu panas merupakan ramuan tua yaitu dapat dilakukan dengan kompres handuk panas atau botol air panas pada perut atau punggung bawah. Mandi air hangat juga bisa membantu. Istirahat yang cukup Istirahat yang cukup dapat

dilakukan dengan tidur siang selama 1 sampai 2 jam sehari dan tidur malam selama 7 sampai 8 jam sehari Olahraga yang teratur Dapat dilakukan dengan jalan pagi ataupun olahraga lain yang dilakukan secara teratur (Mudayatiningsih, 2015).

Berdasarkan jurnal penelitian (Weni, 2017). produk herbal atau fitofarmaka saat ini sedang menjadi alternatif utama bagi para remaja putri yang ingin mengurangi rasa nyeri tanpa mendapatkan efek (Kylenorton, 2010). Salah satu produk herbal yang biasa dikonsumsi dan telah familiar di masyarakat untuk mengurangi dismenorhe adalah infused water stroberi (Wieser, 2010). Stroberi kaya akan kandungan vitamin C, juga merupakan sumber vitamin B, asam folat, kalium dan magnesium. Selain itu, stroberi juga mengandung omega 3 yang tinggi. Hasil studi menunjukkan bahwa para wanita yang mengkonsumsi suplemen omega 3 mengalami berkurangnya rasa nyeri pada saat haid karena kedua jenis omega 3 yaitu asam *eicosapentaenoic (EPA)* dan asam *docosahexaenoic (DHA)* diyakini mengurangi tingkat prostaglandin. Tingkat prostaglandin yang tinggi pada wanita selama menstruasi membuat kontraksi rahim meningkat dan kejang otot (Ramayulis, 2013).

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “pengaruh pemberian *infused water strawberry* pada remaja putri terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri di MTS Darus Sholichin Malang”

1.2. Rumusan Masalah

Berdasarkan dari uraian latar belakang di atas, peneliti dapat merumuskan masalah “Adakah pengaruh pemberian *infused water strawberry* pada remaja putri terhadap penurunan nyeri dismenore di MTs Darus Sholichin Malang?”

1.3. Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian *infused water strawberry* terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri di MTS Darus Sholichin Malang

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi kejadian nyeri dismenore primer sebelum diberi *infused water strawberry* di MTs Darus Sholichin Kota Malang.
- b. Mengidentifikasi kejadian nyeri dismenore primer sesudah diberi *infused water strawberry* di MTs Darus Sholichin Kota Malang.
- c. Menganalisa adakah pengaruh pemberian *infused water strawberry* terhadap penurunan nyeri dismenore primer di MTs Darus Sholichin Kota Malang.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Peneliti

Menambah wawasan dalam ilmu dan pengetahuan khususnya dalam bidang kesehatan reproduksi dan sebagai sarana belajar untuk kedepannya.

1.4.2 Bagi Masyarakat

Menambah wawasan dan pengetahuan terkait pengaruh *infused water stroberi* untuk mengurangi dismenore.

1.4.3 Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan informasi untuk disampaikan pada bidan dalam proses belajar mengajar di Potekkes Rs. dr Soepraoen pada mata kuliah kesehatan reproduksi.

1.4.4 Bagi Tenaga Kesehatan

Hasil penelitian ini diharapkan bisa menjadi acuan bagi petugas kesehatan untuk melakukan pemberian infused water stroberi untuk mengurangi dismenore.