

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami oleh remaja yaitu menstruasi setiap bulan secara periodik, seorang perempuan normal akan mengalami peristiwa reproduksi ini. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Semua perempuan yang normal akan mengalami proses menstruasi walaupun kenyataannya banyak perempuan yang mengalami masalah menstruasi misalnya nyeri menstruasi (Dismenorea) (Kusmiran, 2012).

Dismenorea merupakan nyeri selama atau segera sebelum menstruasi menjadi salah satu masalah ginekologi yang paling umum terjadi pada perempuan dari segala usia (Lowdermik et al., 2010). Dismenorea primer terjadi pada 6-12 bulan setelah menarche, disebabkan tingginya kadar prostaglandin yang dirilis dari secretory endometrium sehingga menimbulkan kontraksi uterus yang menyakitkan (Bajrai, 2010). Gejala dismenorea memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidupnya sehari-hari, untuk beberapa jam atau beberapa hari (Setyaningrum & Zulfa, 2014).

Dismenorea banyak terjadi di luar negeri maupun di Indonesia, berdasarkan tinjauan sistematis World Health Organization (WHO) terhadap prevalensi dismenorea yang tinggi, meski begitu sangat bervariasi, berkisar antara 16,8 -81% yang dialami oleh perempuan usia produktif dan tingkat tertinggi terjadi pada remaja. Rata-rata di negara Eropa dismenorea terjadi pada 45-97% perempuan, dengan prevalensi

terendah di Bulgaria 8,8% dan tertinggi mencapai 94% di negara Finlandia (Kusmiran, 2012).

Prevalensi dismenorea di Indonesia tahun 2008 sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder (Proverawati & Maisaroh, 2009). Sedangkan angka kejadian dismenorea di provinsi Lampung pada tahun 2014 didapatkan sebanyak 58,65% usia produktif mengalami dismenorea primer (Dinkes Provinsi Lampung, 2014).

Disminore adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi. Disebut dismenorea primer jika tidak ditemukan penyebab yang mendasarinya dan dismenorea sekunder jika penyebabnya adalah kelainan kandungan (Maulana, 2010). Disminore terjadi akibat ketika proses menstruasi dimana zat *prostaglandin* yang diproduksi oleh *uterus* merangsang kontraksi untuk melepaskan lapisan *endometrium*, sehingga menyebabkan kram. Selain itu juga aliran darah haid dapat memperburuk rasa nyeri karena gumpalan darah atau aliran darah menstruasi yang deras harus melalui bukaan sempit leher rahim, peregangan leher rahim tersebut menyebabkan wanita merasa kesakitan hebat bahkan pingsan (Aulia, 2009). Dan disminore dapat menghambat aktivitas remaja yang berdampak pada penurunan prestasi remaja di sekolah karena ketidakhadirannya dalam proses pembelajaran.

Berdasarkan angka kejadian dismenorea yang tinggi membuat prihatin, sehingga memerlukan beberapa upaya yang dilakukan untuk mengurangi dismenorea adalah dengan obat-obatan dan non obat-obatan. Cara mengurangi dismenorea dengan obat-obatan yaitu pemberian obat analgesik seperti kombinasi aspirin, fenastin, dan kafein, obat yang beredar di pasaran seperti novalgine, ponstan, acetaminophen dan

sebagainya. Pemberian obat nonsteroid anti-prostaglandin seperti indometasin, ibuprofen, dan naproksen. Begitu juga dapat diberikan pil kombinasi kontrasepsi (Sukarni & Wahyu, 2013). Penanganan dismenorea dengan cara non obat-obatan bisa dengan kompres/mandi air hangat, melakukan latihan, masase, akupuntur, dan istirahat (Morgan & Hamilton, 2009). Penerangan dan nasihat, olahraga senam yoga, masase effleurage begitu pula musik mozard juga dapat menurunkan derajat nyeri dismenorea primer.

Banyak penelitian yang membuktikan bahwa mengkonsumsi bahan-bahan alami mampu menurunkan dismenorea primer seperti pada penelitian Pratiwi dan Karniasih (2010) Bahan alam yang dapat digunakan untuk mengurangi dismenorea yaitu wortel (*Daucus Carota*) merupakan salah satu sayuran yang paling banyak manfaatnya. Wortel mengandung gula, karotin, pektin, aspargin, serat, lemak, hidrang arang, kalsium, fosfor, besi, sodium, asam amino, minyak esensial, dan ketakaroten. Wortel juga mengandung vitamin A, B, C, D, E dan K (Hembing, 2007). Salah satu manfaat vitamin E adalah bisa membantu pengeblokan formasi prostaglandin dan vitamin E juga bisa membantu mengatasi efek peningkatan produksi hormon prostglandin. Hormon prostaglandin adlh hormon yang mempengaruhi terjadinya nyeri menstruasi. Prostaglandin yang berperan disini yaitu E2 (PGE2) dan F2a (PGF2a) (Junizar dan Sulianingsih, 2008).

Wortel memiliki kandungan gizi yang banyak diperlukan oleh tubuh terutama sebagai sumber vitamin A. Ubi wortel banyak mengandung vitamin A disebabkan oleh tingginya kandungan karoten, yakni suatu senyawa kimia berbentuk vitamin A. Dan biji wortel mengandung minyak atrisi diantaranya yakni caraton, asarone, piene, lomonene, asarylaldehyde (Wijaya Kusuma, 2007). Menurut Dalimarth dan Andrian (2011) wortel

segar mengandung air, serat, abu, nutrisi anti kanker, gula alamiah (fruktosa, natrium, magnesium, krom).

Banyak cara untuk menghilangkan nyeri dismenore tersebut dengan terapi non farmakologi yang mempunyai manfaat salah satunya adalah pemberian jus wortel. Karena wortel banyak mengandung vitamin A,B,C,D,E dan K dimana vitamin E bisa membantu pengeblokan formasi prostaglandin dan vitamin E juga membantu mengatasi peningkatan produksi prostaglandin . Ketika reseptor yang peka terhadap hangat dihipotalamus dirangsang, sistem efektor mengeluarkan sinyal untuk memulai vasodilatasi perifer (Potter & Perry, 2010). Dan secara farmakologi yaitu dengan obat-obatan analgesik anti nyeri (feminax) (kumalasari).

Berdasarkan hasil latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Pengaruh pemberian jus wortel terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri di MTs TMI Pujon Kabupaten Malang.

1.2 Rumusan masalah

Berdasarkan latar belakang diatas ”Adakah Pengaruh Pemberian Jus Wortel (*Daucus carota*) terhadap nyeri menstruasi Pada Remaja Putri di Mts Tmi Ngroto Kabupaten Malang?.”

1.3 Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui “Pengaruh Pemberian Jus Wortel (*Daucun arota*) terhadap nyeri menstruasi Pada Remaja Putri di Mts Tmi Ngroto Kabupaten Malang”

1.3.2 Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi nyeri menstruasi sebelum pemberian jus wortel (*Daucus carota*) kepada remaja putri

- b. Mengidentifikasi nyeri menstruasi setelah pemberian jus wortel (*Daucus carota*) pada remaja putri
- c. Menganalisa nyeri menstruasi setelah diberikan jus wortel (*Daucus Carota*)

1.4 Manfaat

1.4.1 Manfaat secara teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi perpustakaan dan mahasiswa kebidanan khususnya mengenai pengaruh pemberian jus wortel terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri di MTs TMI Pujon Kabupaten Malang.

1.4.2 Manfaat secara praktis

Sebagai sumber informasi bagi lahan praktek dalam rangka mengembangkan terapi non farmakologi dalam penatalaksanaan mengenai pengaruh pemberian jus wortel terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri di MTs TMI Pujon Kabupaten Malang.