

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Remaja (*Adolesen*) merupakan penduduk (warga) masa transisi dari anak-anak menjadi dewasa dengan rentang usia 10-19 tahun (WHO). Pada periode ini berbagai perubahan terjadi baik perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial. Badan Kependudukan Keluarga Berencana (BKKBN) menyatakan remaja mencakup usia 10-24 tahun namun belum menikah. Usia 10-19 tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk tahun 2010 sekitar 18% atau sebanyak 43.500.000 dari jumlah penduduk (Pusdatin, 2017).

Ketika menduduki usia remaja terjadi berbagai perubahan hormon diantaranya hormon estrogen dan progesteron yang mulai berperan aktif ketika memasuki usia remaja sehingga menyebabkan perubahan-perubahan fisik maupun psikologi contohnya membesarnya payudara, melebarnya panggul, tumbuh rambut halus di sekitar kemaluan dan ketiak serta terjadinya peristiwa menstruasi pada wanita subur yang memasuki usia remaja (Amilia Azma, Arif Tirtana, 2018).

Saat mengalami menstruasi terdapat gangguan yang timbul salah satunya ialah dismenore. Dismenore merupakan keadaan nyeri perut bagian bawah munculnya sebelum atau saat mengalami menstruasi. Jika nyeri tersebut tidak disertai kelainan atau penyakit pada panggul maka disebut Dismenore Primer (Larasati, T. A. & Alatas, 2016). Menurut data *World Health Organization* (WHO) 2017 yang dikutip dari penelitian Oktotika, dkk tahun 2020 disebutkan bahwa 1.769.425 orang atau sebanyak 90% wanita di dunia mengalami dismenore berat (Oktorika et al., 2020).

Berdasarkan riset penelitian didapatkan data menurut *Association of Southeast Asian Nations (ASEAN)* menunjukkan populasi dismenore di Indonesia sebanyak 107.673 orang atau 64,25%, sebanyak 59.671 orang atau 54,89% dismenore primer dan 9.496 orang atau 9,36% mengalami nyeri dismenore sekunder prevalensi dismenore di Indonesia sekitar 55% usia produktif (Sholihah NR, 2020). Menurut hasil penelitian didapat data pada daerah Sleman angka kejadian yang mengalami dismenore sebesar 88,64% dan 11,36% mengatakan

tidak mengalami nyeri saat menstruasi, sebesar 52% pelajar sulit melakukan aktivitas sehari-hari secara optimal karena nyeri yang dialami (Savitriyanti, 2020).

Dismenore merupakan persoalan ginekologis yang sangat umum dialami wanita usia remaja maupun dewasa, situasi ini karena meningkatnya hormon prostaglandin akibat menurunnya hormon estrogen dan progesterone. Hal inilah yang menyebabkan otot-otot pada kandungan berkontraksi dan membuat rasa nyeri. Di Indonesia nyeri dismenore dialami usia remaja sebesar 70-90%, yang mengalami dismenore berat sebesar 15%, dampaknya dapat berupa fisik lemah, semangat yang kurang, sulit konsentrasi yang disebabkan akibat rasa tidak nyaman sehingga kebanyakan harus izin sekolah atau pekerjaan selama mengalami dismenore tersebut. Hal ini dapat berdampak negatif pada aspek kehidupannya serta menjadi penyebab penurunan kualitas hidup (Nurbaiti et al., 2021).

Faktor resiko dismenore primer ialah wanita usia subur terutama remaja, namun dismenore juga bisa terjadi karena faktor psikologi, psikis, riwayat keturunan keluarga, *Indeks massa tubuh* (IMT), kesehatan jasmani, *menarche*, siklus menstruasi, pola hidup tidak sehat serta pengaruh hormon prostaglandin. Gejala dismenore bisa dialami oleh setiap wanita yang masih mengalami menstruasi (Ammar, 2016). Dismenore dapat mengganggu kegiatan sehari-hari dan menurunkan kinerja. Jika tidak ditangani dengan baik, maka dapat menjadi tanda dan gejala penyakit misalnya gangguan menstruasi, kehamilan ektopik tidak terdeteksi, *endometritis*, kemandulan, pecahnya kista, infeksi dan berbagai macam penyakit lainnya. Dismenore juga dapat menyebabkan gangguan psikologi contohnya adalah gangguan emosional, kegelisahan, perasaan tidak nyaman, perasaan tertekan serta perasaan terisolasi (Nugroho et al., 2019).

Upaya yang diberikan pemerintah untuk penanganan menghadapi kesehatan remaja termasuk dismenore berada dalam UU nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan, pada bagian keenam pasal 71 sampai dengan pasal 77, membahas tentang kesehatan reproduksi, pasal 77 ayat 3 menyatakan bahwa penanganan masalah kesehatan reproduksi dilakukan dengan berbagai kegiatan seperti promosi kesehatan (*Promotif*), pencegahan (*Preventif*), pengobatan atau

penyembuhan (*Keratif*) serta pemulihan (*Rehabilitatif*). Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang berkembang sejak 2003 merupakan salah satu bentuk upaya yang dilakukan sedangkan pada pelajar Pemerintah mewujudkan kesehatan dengan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) (Lili Fredelika, Ni Putu Wiwik Oktaviani, 2020).

Selanjutnya upaya penanganan dismenore juga dapat dilakukan melalui terapi farmakologi dan non farmakologi. Penanganan farmakologi dapat menggunakan obat-obatan seperti *prostaglandin inhibitor*, *analgesik nonsteroid anti-inflamantori* = NSAIDS. Sedangkan terapi non farmakologi salah satunya ialah memberikan aromaterapi menggunakan minyak *essensial*. Aromaterapi yang banyak digemari salah satunya ialah lavender, karena mengandung antibiotika (*linalool 26,12%*) dan antidepresan (*linalyl acetate 26,32*). Dibuktikan dapat mengurangi kecemasan dan menurunkan sensasi nyeri sehingga peneliti memilih aromaterapi lavender merupakan aroma yang cocok digunakan dalam penurunan nyeri dismenore. Keuntungan lainnya penggunaan aromaterapi adalah *simple* dan tidak mahal serta melakukannya dapat dimana saja dan kapan saja sesuai kebutuhan (Hidayati, 2019). Hasil penelitian menunjukkan bahwa penggunaan aromaterapi lavender dibuktikan mengurangi intensitas nyeri dan merupakan alternatif pengobatan komplementer yang efektif digunakan (Nuraeni & Nurholipah, 2021).

Menurut penelitian yang dilakukan Hidayati, dkk tahun 2019 aromaterapi lavender mampu menurunkan nyeri karena memiliki kandungan utamanya yaitu *linalyl asetat* yang berfungsi melemaskan sistem saraf yang tegang dan *linalool* berperan sebagai relaksasi dan penenang sehingga nyeri dismenore dapat berkurang. (Hidayati, 2019).

Hasil survey pendahuluan, senin 15 Agustus 2022 diketahui bahwa terdapat 143 remaja putri yang berada pada kelas XI di SMA Negeri 1 Godean. Setelah dilakukan observasi disalah satu kelas XI MIPA 4 terdapat 19 remaja putri yang hadir, sebesar 89,4% mengalami nyeri menstruasi. Hal inilah yang menjadi latar belakang peneliti melakukan penelitian tentang “**Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer pada**

**Remaja Putri di SMA Negeri 1 Godean**” sebagai upaya penurunan nyeri dismenore yang kelak bisa menjadi pilihan alternatif untuk penurunan nyeri dismenore primer yang dirasakan oleh remaja putri SMA Negeri 1 Godean.

### **A. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean?”

### **B. Tujuan Penelitian**

#### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui nyeri dismenore sebelum pemberian aromaterapi lavender pada remaja putri
- b. Mengetahui nyeri dismenore setelah pemberian aromaterapi lavender pada remaja putri
- c. Mengetahui perbedaan nyeri sebelum dan setelah pemberian aromaterapi lavender

### C. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan bermanfaat bagi :

#### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan menambah wawasan, pengetahuan dan *evidence based* mengenai penanganan dismenore menggunakan aromaterapi lavender serta memberikan informasi ilmiah sebagai dasar untuk penelitian – penelitian selanjutnya.

#### 2. Manfaat Praktis

##### a. Bagi institusi

Penelitian ini diharapkan menambah sumber pustaka institusi, menjadi bahan informasi dan data yang dapat dijadikan referensi.

##### b. Tenaga Kesehatan

Menambah wawasan dalam pemberian terapi komplementer aromaterapi lavender sebagai upaya meningkatkan derajat kesehatan bagi masyarakat

##### c. Bagi Tempat Penelitian

Menjadi bahan masukan dan penanganan terkait gangguan menstruasi yang dialami remaja putri

##### d. Bagi Remaja

Membantu dalam mengurangi nyeri dismenore dengan cara yang mudah dan aplikatif melalui terapi non farmakologi

#### D. Keaslian Penelitian

Terdapat beberapa penelitian yang berhubungan dengan penelitian, yaitu :

**Table 1.1 Keaslian Penelitian**

| Nama Peneliti, Tahun    | Judul Penelitian   | Variabel Penelitian  | Metode  | Hasil Penelitian  |
|-------------------------|--|--|---|---|
| (Maharani et al., 2016) | Pengaruh Aromaterapi Bunga Lavender ( <i>Lavandula angustifolia</i> ) terhadap intensitas nyeri haid (dismenore) pada mahasiswi Stikes Madani Yogyakarta | Variabel Independen aromaterapi bunga lavender ( <i>Lavandula angustifolia</i> )<br>Variabel dependen nyeri haid (Dismenore) | Penelitian kuantitatif dengan <i>quasy experiment</i> dengan Rancangan <i>pretest-posttest one group</i>      | Nilai dari p value yang nilainya (0,000) dengan kesimpulan sig (2 tailed) < 0,05 maka dapat dikatakan $H_0$ ditolak. Ada pengaruh pemberian aromaterapi bunga lavender ( <i>Lavandula angustifolia</i> ) terhadap intensitas nyeri haid pada mahasiswi.                                 |
| (Marika et al., 2017)   | Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri haid pada remaja putri di SMA Negeri 5 Semarang Alfiah                       | Variabel Independen aromaterapi lavender<br>Variabel dependen intensitas nyeri haid  | <i>Quasi experiment</i> dengan rancangan penelitian <i>pre test and post test with control group design</i> . | Ada perbedaan yang signifikan antara intensitas nyeri sebelum dan setelah diberikan aromaterapi lavender pada responden yang mengalami dismenore primer dengan nilai p value = 0,001 yang berarti ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan intensitas nyeri haid. |

| Nama Peneliti, Tahun         | Judul Penelitian   | Variabel Penelitian  | Metode  | Hasil Penelitian   |
|------------------------------|--|--|---|--|
| (Hidayati, 2019)             | Pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenore pada mahasiswa kebidanan Universitas Ngudi Waluyo | Variabel Independen aromaterapi lavender<br>Variabel Dependen nyeri dismenore        | <i>Quasi eksperimen</i> dalam satu kelompok ( <i>one group pre-post test design</i> )       | Rata-rata skala nyeri sebelum dilakukan perlakuan 5,48, kemudian berkurang menjadi 2,61 setelah diberikan aromaterapi lavender. Nilai Z hitung 4,256 dan nilai p-value adalah 0,000 dengan demikian p value < $\alpha$ (0,000<0,05), ini menunjukkan bahwa ada perbedaan secara signifikan skala nyeri dismenore mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender pada mahasiswa kebidanan di Universitas Ngudi Waluyo |
| (Nuraeni & Nurholipah, 2021) | Aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri haid (dismenore) pada mahasiswi tingkat II                          | Variabel Independen aromaterapi lavender<br>Variabel Dependen nyeri haid (dismenore) | Penelitian <i>pre eksperimen t</i> dengan desain <i>one group pretest-posttest design</i> . | Kurang dari setengah (35,0%) intensitas nyeri haid sebelum aromaterapi lavender adalah berat. Kurang dari setengah (40,0%) intensitas nyeri haid sesudah aromaterapi lavender adalah sedang. Hasil analisis bivariat menggunakan uji <i>wilcoxon</i> menunjukkan bahwa nilai ( $\alpha = 0,001$ )  |