

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja didefinisikan sebagai individu yang berkembang saat awal mula dia memperlihatkan ciri seksual sekundernya sampai saat dia mendapatkan maturitas seksual. Selain itu, remaja juga mendapati perkembangan psikologis dan pola rekognisi dari anak-anak menjadi dewasa (Patimah, 2022).

Proses perubahan dari anak menuju dewasa merupakan tahapan pada remaja. Di dalam proses tersebut, terdapat pertumbuhan dan perkembangan serta kematangan fungsi organ reproduksi, yaitu perkembangan seks primer dan sekunder. Perubahan seks primer pada remaja diawali dengan menstruasi dan diikuti dengan perubahan seks sekunder yaitu payudara bertumbuh besar, pinggul yang semakin melebar dan adanya rambut di ketiak dan sekitar genitalia (Patimah, 2022).

Masa pubertas pertama kali muncul ditandai dengan menstruasi pertama (*Menarche*). *Menarche* merupakan keluarnya darah menstruasi pertama kali pada remaja putri sebelum memasuki masa reproduksi. Pada remaja putri, pubertas ditandai dengan datangnya menstruasi *menarche* yang disertai dengan perubahan fisik, mental dan sosial (Ilham et al., 2022).

Menstruasi merupakan kejadian normal pada wanita muda. Menstruasi merupakan keluarnya darah secara berkala dari Rahim. Siklus menstruasi normal yaitu 21 hari sampai dengan 35 hari. Lama waktu menstruasi berkisar antara 3 sampai dengan 7 hari. Siklus menstruasi biasanya tidak teratur karena pengaruh *hormonal*. Sekitar 10 hingga 80 cc darah menstruasi keluar setiap harinya (Patimah, 2022).

Gangguan menstruasi dapat berupa gangguan lama darah haid, jumlah darah haid, gangguan siklus haid, gangguan perdarahan luar siklus haid dan gangguan lain yang berhubungan dengan haid. Faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya gangguan menstruasi diantaranya gangguan

hormonal, pertumbuhan organ reproduksi, status gizi, stress, usia dan penyakit metabolic (Erlinawati et al., 2023).

Dismenore disebabkan oleh hormon prostaglandin yang meningkat, peningkatan hormon prostaglandin disebabkan oleh menurunnya hormon-hormon esterogen dan progesterone menyebabkan endometrium yang membengkak dan mati karena tidak dibuahi. Peningkatan hormon prostaglandin menyebabkan otot-otot kandungan berkontraksi dan menghasilkan rasa nyeri (Erlinawati et al., 2023).

Nyeri haid atau Dismenore dibagi menjadi dua, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer didefinisikan sebagai nyeri menstruasi tanpa adanya patologi ginekologi yang jelas, nyeri yang dirasa umumnya dimulai pada permulaan periode menstruasi dan dapat berlangsung antara 8-72 jam. Sedangkan dismenore sekunder didefinisikan sebagai nyeri menstruasi yang disebabkan oleh adanya patologis yang jelas dan dapat terjadi bertahun-tahun setelah menarche (Ristiani et al., 2023).

Menurut *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2021 jumlah kasus dismenore di dunia sangat tinggi, meningkat sekitar 1.769.425 orang, (90%) wanita dengan dismenore berat berjumlah sekitar 10 - 15%. Sementara itu, Indonesia mempunyai angka kejadian dismenore sebesar 64,25%, dengan rincian masing-masing sebesar 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Pratiwi, 2023).

Di Daerah Istimewa Yogyakarta (DIY), 52% wanita usia produktif mengalami *dismenore* (Ginanjarsari et al., 2020). Menurut hasil penelitian didapat data pada daerah Sleman angka kejadian yang mengalami dismenore sebesar 88,64% dan sebesar 11,36% menyatakan tidak mengalami nyeri haid, sebesar 52% pelajar sulit melakukan aktifitas sehari-hari secara optimal karena nyeri yang dialami (Savitriyanti, 2021).

Nyeri haid atau *Dismenore* jika tidak ditangani akan berdampak pada gangguan aktifitas hidup sehari-hari, *retrograde menstruasi* (menstruasi yang bergerak mundur) selain dampak diatas, konflik emosional, ketegangan dan

kegelisahan. Hal tersebut dapat menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan asing (Swandari, 2023).

Penanganan nyeri haid atau dismenore dapat dilakukan dengan menggunakan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologis seperti pemberian analgesik dan NSAID. Sifat obat tersebut hanya menghilangkan rasa sakit, sehingga pasien akan mengalami kecanduan obat dalam jangka panjang. Saat ini penggunaan obat herbal alternatif semakin populer. Terapi herbal dapat dilakukan dengan menggunakan obat-obatan tradisional yang terbuat dari bahan herbal. Adapun ramuan herbal dipercayai bisa mengurangi rasa sakit. Beberapa tanaman tersebut adalah jahe dan kunyit. (Prabowo et al., 2022).

Jahe merupakan campuran senyawa bioaktif yang terdiri dari shogaol dan gingerol. Gingerol, salah satu komponen jahe, memiliki kemampuan menghambat serotonin, pemancar yang ditemukan di neuron sistem pencernaan dan sistem saraf pusat. Gingerol, suatu aleoresin yang ditemukan dalam rimpang jahe, memiliki sifat antikoagulan dan antioksidan yang membantu menghindari pembekuan darah (Fransiska et al., 2023). Jahe dapat menghambat pelepasan prostaglandin penyebab inflamasi dengan mengurangi rasa nyeri, karena jahe mengandung shagol dan gingerol (Suri Handayani & Anggraeni, 2021)

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta, data diperoleh dari 204 mahasiswi di asrama, sebanyak 117 mahasiswi yang telah mengisi kuesioner yaitu Sebanyak 92,3% (108 Orang) diantaranya mengalami menstruasi setiap bulan dan 7,7% (9 Orang) lainnya mengalami menstruasi tidak teratur. Sebanyak 69,2% (81 Orang) diantaranya mengalami nyeri dismenore dan 30,8% (36 orang) lainnya tidak mengalami dismenore. Sebanyak 66,7% (78 Orang) diantaranya mengalami dismenore 1 hingga 3 hari dan 33,3% (39 orang) lainnya tidak mengalami dismenore 1 hingga 3 hari. Serta sebanyak 41,2% (47 Orang) diantaranya melakukan penanganan dismenore menggunakan terapi komplementer, 21,9% (25 Orang) diantaranya melakukan penanganan

dismenore dengan meminum obat anti nyeri, serta 36,9% (45 Orang) lainnya dibiarkan saja.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang pengaruh air rebusan jahe untuk mengurangi dismenore pada mahasiswi di asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Tahun 2023.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu ‘‘Apakah Ada Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Untuk Mengurangi Dismenore Pada Mahasiswi Di Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2023?’’

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk Mengetahui Pengaruh Air Rebusan Jahe Terhadap *Dismenore* Pada Mahasiswi Di Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui karakteristik remaja yang mengalami *dismenore* di Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2023
- b. Mengetahui gambaran tingkat nyeri *dismenore* sebelum dan sesudah diberikan air rebusan jahe pada mahasiswi di Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2023
- c. Mengetahui pengaruh air rebusan jahe terhadap nyeri *dismenore* pada mahasiswi di Asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta Tahun 2023

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan literatur tambahan serta referensi untuk bidang keilmuan yang menggunakan metode komplementer berupa pengurangan dismenore menggunakan air rebusan jahe.

2. Manfaat praktis

a. Bagi Penulis

Memberikan pengetahuan dan pengalaman baru dalam melakukan penelitian dan dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat untuk mengatasi permasalahan dismenore. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi titik awal untuk penelitian lebih lanjut mengenai terapi herbal untuk mengurangi nyeri haid.

b. Bagi Responden

Memberikan pengetahuan dan solusi untuk mengurangi dan mencegah nyeri haid/*dismenore* bagi responden yang sedang mengalami nyeri haid/*dismenore*

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian, Nama Peneliti Dan Tahun Penelitian	Design Penelitian	Hasil Penelitian	Perbedaan Penelitian
1	Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMPN 1 Sidoarjo (Intiyaswati, 2022)	Jenis Penelitian Pre Experimental dengan Pendekatan one group pretest posttest, Penelitian dengan Non Probability Sampling, teknik sampel Accidental Sampling, Jumlah Sampel 17 Orang. Uji Statistik yang digunakan adalah Uji Wilcoxon	Berdasarkan hasil penelitian, dari 17 responden, 1 (5,9%) melaporkan mengalami nyeri hebat, 7 (41,2%) melaporkan mengalami nyeri sedang, dan 9 (52,9%) melaporkan mengalami nyeri ringan sebelum menerima minuman jahe merah. Setelah	1. Teknik Sampel 2. Analisa Data 3. Lokasi dan tahun penelitian

		dengan Sig $\alpha = 0,05$.	pemberian minuman jahe merah, 1 (5,9%) responden melaporkan mengalami nyeri sedang, 8 (47,1%) melaporkan nyeri ringan, dan 8 (47,1) responden melaporkan tidak nyeri sama sekali.	
2	Efektifitas Pemberian Air Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri dismenorea Pada Remaja Putri Di Universitas Muhammadiyah Purwokerto (Karomah & Yuliani, 2022)	Jenis Penelitian Pre experimental, one group pretest posttest, Penelitian dengan Non Probability Sampling, teknik sampel Purposive Sampling, Jumlah Sampel 89 Siswi. Analisis Data yang digunakan yaitu menggunakan Uji Wilcoxon dengan Sig $\alpha = 0,05$.	Berdasarkan data, terjadi penurunan nyeri haid setelah intervensi, karena skor nyeri haid sebelum diberikan perlakuan adalah 2,18. Hasil analisis statistik menunjukkan adanya perbedaan yang signifikan antara ketidaknyamanan menstruasi sebelum dan sesudahnya setelah intervensi penggunaan air jahe merah.	1. Analisa Data 2. Pemberian Air Jahe Dan Jenis Jahe 3. Lokasi dan Tahun Penelitian
3	Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Di MAN 3 Banda Aceh (Maulida et al., 2023)	Jenis Penelitian Quasi Experiment, Pendekatan one group pretest posttest, teknik sampel Rumus Analisis Daya (power analysis), Jumlah Sampel 63 Siswi. Uji Statistik yang digunakan yaitu menggunakan Uji Wilcoxon dengan Sig $\alpha = 0,05$.	Hasil Penelitian di dapatkan bahwa dari 63 responden sebagian besar responden mengalami skala nyeri sedang yaitu 34,9% sebelum diberikan jahe merah dan skala nyeri dismenore siswi MAN 3 Banda Aceh setelah dilakukan diberikan jahe merah, yang berada pada skala nyeri 0 (tidak nyeri) 74,6%, dan memilik nyeri ringan sebanyak 7,9% responden.	1. Jenis Penelitian 2. Teknik Sampel 3. Analisa Data 4. Lokasi Dan Tahun Penelitian

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
PERPUSTAKAAN
YOGYAKARTA