

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan tahap pelepasan lapisan endometrium yang ditandai adanya pendarahan yang keluar karena tidak ada pembuahan pada sel telur, Siklus ini berlangsung selama 4 hingga 7 hari setiap bulan. Umumnya akan timbul rasa nyeri dalam bentuk kram pada bagian bawah perut. Kondisi tersebut dikenal dengan *dismenorea*, tingginya hormon prostaglandin merupakan penyebab utama dari *dismenorea*. Sebagian wanita merasa nyeri tersebut ialah hal yang umum dirasakan namun, hal tersebut berbeda pada sebagian wanita lainnya merasa nyeri secara berkepanjangan hingga menghambat produktivitas sehari-hari (Wahyuni & Zulfahmi, 2021).

Nyeri menstruasi atau *dismenorea* terbagi menjadi dua klasifikasikan yaitu, *dismenorea* primer dan *dismenorea* sekunder. *Dismenorea* primer ialah rasa sakit atau nyeri saat menstruasi pada bagian bawah perut yang timbul disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon tanpa terdapat kelainan alat reproduksi sedangkan, *dismenorea* sekunder adalah kram menstruasi yang disebabkan adanya keabnormalan pada alat reproduksi. Biasanya *dismenorea* akan disertai dengan rasa mual, muntah, sakit kepala, diare, nyeri punggung sampai dengan gangguan tidur (Kathryn A & Corey D, 2021). Presentase kejadian *dismenorea* di Indonesia 64,25 % (107.673 jiwa) terbagi menjadi 54,89% (59.671 jiwa) menderita *dismenorea* primer sedangkan 9,36% ( 9.496 jiwa) menderita *dismenorea* sekunder, di sisi lain angka kejadian *dismenorea* di DIY menyentuh 56% (Fitriana, 2017) dalam (Hariyanti & Ridiyawati, 2023).

*Dismenorea* akan memberikan dampak buruk secara fisiologis serta psikologis. Dampak buruk fisiologis berupa gangguan aktivitas, menstruasi yang bergerak mundur (*retrograd*), infertilitas sampai dengan infeksi. Di samping itu terdapat dampak psikologis seperti, mudah marah, mudah tersinggung, kesulitan dalam berkonsentrasi, insomnia sampai dengan depresi (Pradiatma & Akifah 2022).

Berdasarkan dampak tersebutlah penanganan sangat dibutuhkan sebagai upaya mengurangi dampak buruk dari *dismenorea*. *Dismenorea* dapat di tangani melalui dua terapi yaitu terapi farmakologi maupun non-farmakologi. Penggunaan obat analgesik merupakan terapi farmakologi yang dapat digunakan sedangkan, pengobatan herbal, teknik relaksasi dan akupuntur merupakan terapi non-farmakologi digunakan untuk mengurangi nyeri *dismenorea*. Kedua terapi tersebut akan bekerja dengan cara memblok produksi hormon prostaglandin yang dimana hormon tersebutlah yang berperan dalam timbulnya rasa nyeri. Walaupun analgesik sangat ampuh untuk menurunkan rasa nyeri, penggunaannya yang berlebihan akan memberikan efek toksisitas berupa, gangguan pencernaan, sakit kepala, nyeri ulu hati sampai rasa kantuk yang berpeluang tinggi mengganggu produktivitas. Sehingga terapi non-farmakologi dianggap lebih efektif dan aman untuk menangani *dismenorea* jangka panjang sebab efek toksisitas yang diberikan lebih rendah (Kathryn A & Corey D, 2021).

Terapi non-farmakologi yang memiliki efektifitas yang tinggi dalam menangani *dismenorea* ialah pengobatan herbal, *zingiber officinale var. rubrum* (jahe merah) merupakan salah satu jenis rimpang yang terbukti memiliki manfaat analgesik alami. Jahe merah memiliki 3 kandungan utama yang dapat memberikan efek analgesik alami yaitu, *gigerol*, *shagaol* dan olesirin. Ketiga kandungan tersebut mampu memberikan efek pereda nyeri. Senyawa ini memiliki cara kerja dengan memperlambat aktivitas enzim siklooksigenase (COX), sehingga mencegah produksi hormon prostaglandin yang menjadi penyebab utama inflamasi dan kontraksi uterus yang berlebihan. Pengurangan aktivitas prostaglandin ini berkontribusi langsung terhadap penurunan rasa nyeri selama menstruasi. Selain itu, efektifitas jahe merah sebagai terapi herbal telah dibandingkan dengan obat-obatan sintetik seperti ibuprofen dan asam mefenamat, menunjukkan hasil yang hampir setara dalam menurunkan nyeri *dismenorea* (Mutiara & Pratiwi, 2017).

Jahe merah merupakan turunan dari *zingiberacea*, sejenis tanaman rimpang dengan manfaat kesehatan yang tinggi dan memiliki potensi pasar yang menjanjikan. Pengoptimalan Jahe merah dalam bentuk minuman herbal dan suplemen kesehatan akan memberikan nilai tambah bagi petani serta pelaku industri

herbal. Dengan demikian, jahe merah tidak hanya memberikan manfaat segi kesehatan, maupun memiliki peran dalam hal menyejahterakan masyarakat.

Studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 17 Februari 2025, penulis mewawancarai 49 mahasiswi tingkat akhir dari Program Studi Kebidanan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta. Dari hasil wawancara, sebanyak 55,1% responden melaporkan mengalami dismenorea setiap bulan, sedangkan 44,8% responden lainnya menyatakan tidak selalu mengalaminya secara rutin. Observasi lebih lanjut menunjukkan bahwa dismenorea memberikan dampak negatif, seperti menurunnya produktivitas, berkurangnya konsentrasi, melemahnya energi, terbatasnya partisipasi akademik, hingga mengakibatkan ketidakhadiran di kelas. Kebanyakan mahasiswi cenderung hanya beristirahat atau langsung mengonsumsi obat-obatan farmakologis untuk meredakan gejala, tanpa mempertimbangkan efek samping jangka panjang dari obat analgesik tersebut. Berdasarkan identifikasi berikut peneliti merasa penanganan nyeri *dismenorea* merupakan pendorong bagi peneliti untuk melakukan penelitian mengenai “Pengaruh Jahe Merah (*Zingiber Officinale Var. Rubrum*) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri *Dismenorea* pada Mahasiswa Kebidanan Unjaya”.

### **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan identifikasi tersebut dapat di tarik kesimpulan ialah ditemukan permasalahan mengenai intensitas nyeri *dismenorea* yang di rasakan oleh mahasiswa kebidanan sehingga, peneliti merasa terdorong unruk melakukan penelitian mengenai “ Pengaruh Jahe Merah (*Zingiber Officinale Var. Rubrum*) Terhadap Penurunan Intensitas *Dismenorea* pada Mahasiswa Kebidanan Unjaya ?”.

### **C. Tujuan Penelitian**

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

Untuk mengidentifikasi “Pengaruh Jahe Merah (*Zingiber Officinale Var. Rubrum*) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri *Dismenorea* pada Mahasiswi Kebidanan Unjaya”.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk menganalisis faktor risiko (karakteristik) dari responden yang mengalami *dismenorea*
- b. Untuk menganalisis tingkat nyeri *dismenorea* sebelum di berikannya intervensi jahe merah pada mahasiswa kebidanan Unjaya
- c. Untuk menganalisis tingkat nyeri *dismenorea* sesudah di berikannya Intervensi jahe merah pada mahasiswa kebidanan Unjaya

### **D. Manfaat penelitian**

Melalui penelitian ini peneliti berharap dapat memberikan kontribusi terhadap,

#### 1. Manfaat Ilmiah

Mampu memberikan pembaruan pengetahuan terhadap pengembangan ilmu pengetahuan terlebih kepada pemanfaatan jahe merah untuk menurunkan intensitas nyeri *dismenorea* dan memberikan pemahaman lebih mendalam kepada sang pembaca terutama calon bidan dalam proses pembelajaran.

#### 2. Manfaat praktis

##### a. Untuk Mahasiswi Kebidanan

Memberitahu wawasan serta ilmu pada mahasiswa kebidanan perihal pengaruh jahe merah dapat menurunkan intensitas nyeri *dismenorea* serta memberikan penguatan informasi bagi mahasiswa kebidanan.

##### b. Bagi Institusi Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Melalui penelitian yang dilakukan ini dapat menambahkan literatur pada pusat referensi Perpustakaan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta.

##### c. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan dari hasil penelitian ini akan menjadi referensi dan memberikan pemahaman lebih mendalam terkait jahe merah serta sebagai pengalaman dalam merealisasikan pengetahuan teoritis yang telah didapatkan sewaktu kuliah terutama, pengaruh jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* pada mahasiswa kebidanan Unjaya.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti/Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Betty, ayamah (2021)	Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan <i>Dismenorea</i> Mahasiswi Semester 8 Stikes Widya Dharma Husada Tangerang	Desain penelitian <i>preexperiment design</i> dengan pendekatan <i>One goup pretest posttest design</i> .	Hasil penelitian eksperimen ini menunjukkan bahwa nilai p-value sebesar 0,000 yang lebih kecil dari 0,05 sehingga hipotesis diterima. Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan bahwa pemberian air rebusan jahe merah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan intensitas <i>dismenorea</i> .	Persamaan dalam penelitian ini berupa metode penelitian, serta sediaan yang diberikan.	Perbedaan dalam penelitian tersebut yaitu waktu, tempat, serta jumlah sampel yang digunakan.
2.	(Intiyaswati, 2022)	Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi pada Remaja Putri	Desain penelitian pre-ekperimental dengan metode <i>one-group pretest-posttest</i>	Hasil penelitian menunjukkan data yang didapatkan tidak berdistribusi normal berdaraskan uji normlaitas dengan nilai $p < 0,05$ sehingga, uji analisis yang digunakan adalah uji <i>wilcoxon</i> dengan hasil $p < 0,00$ ( $p < 0,05$ ). Sehingga hipotesisi diterima dan menandakan terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian intervensi dengan penurunan intensitas nyeri <i>dismenorea</i> .	Persamaan dalam penelitian tersebut terdapat yaitu metode penelitian serta intervensi yang diberikan.	Dalam penelitian tersebut memiliki beberapa perbedaan yaitu, teknik sampel yang digunakan, tempat serta waktu dan usia subjek.
3.	(Cahya et al., 2024)	Pengaruh Pemberian Jahe Merah Terhadap Penurunan Nyeri <i>Dismenorea</i> Pada Remaja Putri Kelas X Disma Al-Azhar 3 Bandar Lampung (2024)	Metode kuantitatif dengan desain pra-eksperimental dengan pendekatan <i>one-group pretest-posttest design</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah pemberian minuman jahe merah tingkat nyeri <i>dismenorea</i> pada remaja putri mengalami penurunan dengan rata rata skor nyeri sebesar 4,29 yang berarti terdapat penurunan skala nyeri dari sedang menjadi nyeri ringan. Analisis menggunakan uji <i>wilcoxon</i> dengan hasil p valuer 0,000 ( $p < 0,05$ ) berarti terdapat pengaruh signifikan antara pemberian jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri <i>dismenorea</i> pada remaha putri kela x di SMA Al-Azhar 3 Bandar Lampung Tahun 2023.	Persamaan dalam penelitian dalam teknik sampel, instrumen penelitian serta analisa penelitian	Perbedaan dalam penelitian ini berupa komposisi dari intervensi yang diberikan, tempat, waktu, serta skala pengukuran nyeri.

No.	Nama Peneliti/Tahun	Judul	Desain Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
4.	(Royani et al., 2024)	<i>The effect of giving red ginger drinks (zingiber officinale var. Rubrum) on dismenorea complaints in female students class of 2020 FK UMI (2024)</i>	Desain penelitian <i>quasi eksperiment</i>	Hasil uji T berpasangan di dapatkan nilai p sebesar 0,019 ( $p < 0,05$ ) sehingga hipotesis diterima dengan hasil pemberian minuman jahe merah memiliki pengaruh yang signifikan terhadap penurunan nyeri <i>dismenorea</i>	Persamaan dalam penelitian dalam intervensi, analisa data serta teknik sampel.	Perbedaan dalam penelitian ini berupa metode penelitian, tempat, waktu.
5.	(Margareta Andini et al., 2024)	<i>Giving a Herbal Drink "Hot Ginger" to Relieve Menstrual Pain to Students at the Islamic Boarding School Kediri</i>	Desain penelitian <i>quasi-eksperimental</i> desain dengan pendekatan <i>one-group-pretest-posttest design</i> .	Sebelum pemberian teh jahe tingkat nyeri haid pada santri pondok pesantren berkisar antara 5 hingga 9 dengan nilai rata rata 6,9. Setelah pemberian intervensi terjadi penurunan tingkat nyeri. Hal tersebut berdasarkan hasil uji statistik $p = 0,003$ . Dengan demikian bahwa pemberian teh jahe memberikan pengaruh signifikan terhadap penurunan nyeri haid pada santri pondok pesantren.	Persamaan dalam penelitian dalam teknik sampel, instrumen penelitian.	Perbedaan dalam penelitian ini berupa tempat, waktu, bentuk intervensi yang diberikan.
6.	(Dari, 2024)	<i>The Effectiveness of Giving Red Ginger Water and Warm Compresses to Reduce the Intensity of Dysmenorrhoea Pain in Adolescent Girls</i>	Desain penelitian <i>quasi-eksperimental</i> dengan pendekatan <i>two-group pretest-posttest design</i>	Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan intensitas nyeri sebelum dan setelah pemberian jahe merah berdasarkan hasil statistik $p = 0,040$ ( $p < 0,05$ ). Analisis tersebut menunjukkan bahwa jahe merah dapat menjadi strategi yang efektif dalam mengurangi intensitas nyeri saat menstruasi.	Persamaan dalam penelitian dalam alat ukur (skala nyeri) serta analisa penelitian.	Perbedaan dalam penelitian ini berupa metode penelitian, metode sampling, intervensi tambahan.
1.	(Mozafari et al., 2024)	<i>Effect of ginger on primary dysmenorrhea: A systematic review of clinical trials and quasi-experimental studies in the world</i>	Desain penelitian kajian pustaka sistematis ( <i>systematic literature review</i> ), dengan pendekatan deskriptif kualitatif.	Beberapa penelitian terdahulu menunjukkan bahwa jahe, baik dalam bentuk oral maupun topikal, efektif meredakan nyeri dismenore dan memiliki efektivitas yang sebanding dengan OAINS, serta lebih unggul dibandingkan obat herbal lain, olahraga, dan mikronutrien.	Persamaan dalam penelitian dalam mengevaluasi efektivitas jahe dalam mengurangi nyeri dismenore,	Perbedaan dalam penelitian ini berupa metode penelitian serta responden yang digunakan