

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi, atau yang sering disebut haid, merupakan proses fisiologis alami yang terjadi pada tubuh wanita sebagai akibat peluruhan lapisan endometrium di dalam rahim, yang kemudian dikeluarkan melalui vagina dalam bentuk darah. Selama periode ini, sebagian besar wanita mengalami berbagai keluhan, salah satunya adalah *dismenorea*, yaitu nyeri yang muncul sebelum atau saat haid berlangsung (Rahmawati et al., 2023). *Dismenorea* adalah kondisi yang cukup umum dan dapat mengganggu aktivitas harian. Mahasiswi dengan *dismenorea* sering kali mengalami kesulitan berkonsentrasi saat belajar, yang dapat mengurangi keinginan mereka untuk belajar (Farida et al., 2022). Tingkat nyeri yang dialami bervariasi dari nyeri yang ringan hingga berat, dan dapat mengganggu produktivitas. Gejala *dismenorea* umumnya meliputi nyeri di perut bagian bawah, kram, nyeri punggung bawah, serta rasa sakit yang menjalar ke kaki. keluhan lain seperti mual, muntah, diare, kelelahan, lemas, keringat dingin, pusing, dan sakit kepala juga dapat menyertainya (Irozulike et al., 2023).

Dismenorea terbagi menjadi dua kategori, yakni *dismenorea* primer dan sekunder. *Dismenorea* primer merupakan nyeri atau kram yang dirasakan pada abdomen bawah yang muncul sebelum maupun selama menstruasi, tanpa disertai gangguan patologis pada organ reproduksi (Hu et al., 2020). Penyebab utamanya adalah peningkatan kadar prostaglandin, terutama PGF₂ α , yang memicu kontraksi rahim lebih kuat. Produksi prostaglandin ini dipengaruhi oleh penurunan hormon progesteron menjelang menstruasi, yang menyebabkan peningkatan prostaglandin dan menimbulkan nyeri. Sementara itu, *dismenorea* sekunder disebabkan oleh kondisi patologis seperti *endometriosis* dan *adenomiosis* dan umumnya memerlukan pemeriksaan serta penanganan medis lebih lanjut (Swandari et al., 2022).

Menurut data *World Health Organization* (WHO), menunjukkan bahwa 90% perempuan mengalami *dismenorea*, dengan 10-15% di antaranya dalam kategori berat. Prevalensi *dismenorea* di Indonesia mencapai 64,25%, dengan rincian 54,89% merupakan *dismenorea* primer dan 9,36% termasuk *dismenorea* sekunder. Secara umum, sekitar 55% perempuan usia subur mengalami *dismenorea*. Selain itu, menurut Kurniawati et.al (2011) 52% mahasiswa di Yogyakarta melaporkan penurunan aktivitas selama menstruasi (Abunawas, 2017; Sholihah & Kumorojati, 2022). Data di Kabupaten Sleman, angka kejadian *dismenorea* sebesar 88,64%, sedangkan 11,36% lainnya tidak mengalami nyeri menstruasi (Nurhidayath et al., 2024).

Dismenorea bisa ditangani melalui pendekatan farmakologis dan non farmakologis. Pendekatan farmakologis meliputi penggunaan obat *anti-inflamasi nonsteroid* (OAINS/NSAID), analgesik, dan terapi hormonal. Sementara itu, pendekatan non farmakologis mencakup terapi musik, kompres hangat, teknik relaksasi nafas dalam, aromaterapi, hipnoterapi, akupresur, dan akupuntur. Salah satu alternatif alami yang populer digunakan adalah minuman kunyit asam. Kunyit mengandung senyawa aktif *curcumin* (3-4%) yang bersifat *anti-inflamasi*, *analgesik*, dan *antioksidan* dapat membantu mengurangi nyeri menstruasi (Amelia et al., 2020; Achmad & Hattu, 2023). Selain itu, asam jawa mengandung *anthocyanin* yang berfungsi menghambat aktivitas enzim *cyclooxygenase* (COX), sehingga menurunkan produksi prostaglandin yang berperan dalam kontraksi rahim dan nyeri menstruasi (Rezkiyanti & Rusli, 2022). Kombinasi kunyit dan asam jawa tidak hanya menyegarkan, tetapi juga efektif dalam meredakan *dismenorea* (Fajar Pangestui et al., 2020).

Penelitian oleh Harahap et al., tahun 2023 menunjukkan bahwa konsumsi minuman kunyit asam secara signifikan berpengaruh dalam menurunkan intensitas nyeri *dismenorea*, uji statistik menunjukkan *p-value* sebesar 0,004 ($p < 0,05$). Temuan Ulaa et al., tahun 2022 melaporkan hasil yang sejalan, di mana konsumsi minuman kunyit asam terbukti mampu membantu mengurangi keluhan *dismenorea* primer pada remaja putri.

Berdasarkan studi pendahuluan pada tanggal 24 Februari 2025 terhadap mahasiswi asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta melalui pengisian kuesioner dalam bentuk *google form*. Hasil studi pendahuluan skrining kejadian *dismenorea* dari 88 mahasiswi yang mengisi *google form* diketahui 74 mahasiswi (84,1%) mengalami *dismenorea*. Rincian tingkat nyeri menunjukkan bahwa 32 mahasiswi (36,4%) mengalami nyeri ringan, nyeri sedang sebanyak 43 mahasiswi (48,9%), dan 10 orang (11,4%) mengalami nyeri berat. Mahasiswi asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta menggunakan berbagai cara untuk mengatasi *dismenorea*, namun beberapa di antaranya memilih untuk membiarkan nyeri mereda dengan sendirinya, yang berdampak pada penurunan produktivitas, seperti kesulitan dalam berkonsentrasi selama proses pembelajaran belajar dan berkurangnya semangat atau dorongan untuk belajar. Tingginya prevalensi *dismenorea* dan dampaknya terhadap aktivitas sehari-hari menjadi dasar penting peneliti untuk melakukan penelitian mengenai pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama putri Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Perumusan masalah penelitian ini, berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan adalah sebagai berikut: “Apakah ada pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh konsumsi minuman kunyit asam terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui skala nyeri *dismenorea* sebelum diberikan minuman kunyit asam pada mahasiswi asrama Unjaya.
- b. Mengetahui skala nyeri *dismenorea* sesudah diberikan minuman kunyit asam pada mahasiswi asrama Unjaya.
- c. Melakukan analisis pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri *dismenorea* pada mahasiswi asrama Unjaya.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Harapan penelitian ini adalah untuk memperluas pengetahuan tentang penggunaan minuman kunyit asam sebagai alternatif non-farmakologi dalam mengurangi intensitas nyeri *dismenorea* primer.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi

Temuan penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dan bahan acuan dalam pengembangan materi ajar di bidang kebidanan, khususnya mengenai pemanfaatan minuman kunyit asam sebagai intervensi non farmakologis untuk mengurangi nyeri *dismenorea*.

- b. Bagi Mahasiswa

Melalui penelitian ini, mahasiswa diharapkan memperoleh wawasan tambahan mengenai manfaat kunyit asam sebagai alternatif untuk mengurangi nyeri *dismenorea*. Penelitian ini juga diharapkan dapat mendorong mahasiswa untuk lebih proaktif dalam mencari dan menerapkan solusi non-farmakologis dalam mengatasi permasalahan kesehatan yang sering terjadi.

- c. Bagi peneliti

Penelitian ini menjadi sarana pembelajaran yang berharga bagi peneliti dalam mengembangkan keterampilan melakukan kajian ilmiah,

sekaligus memperluas pemahaman terkait efektivitas minuman kunyit asam dalam menurunkan nyeri *dismenorea*.

PERPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Mar'atun Ulaa, Dhora Surya Amanda, Murbiah 2022	Pengaruh Minuman Kunyit Asam Jawa Terhadap <i>Dismenorea</i> Primer Pada Remaja Putri	<i>Quasy eksperimen</i>	Uji statistik menunjukkan bahwa pemberian minuman kunyit asam jawa berpengaruh signifikan terhadap penurunan dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 10 Palembang ($p < 0.05$).	Metode penelitian, desain penelitian, dan instrumen penelitian	Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel
2.	Selvy Afrioza, Siti Srimulyati 2022	Pengaruh Minuman Kunyit Asam Untuk Mengatasi Nyeri Haid Pada Remaja di Desa Sukasari	<i>Quasy eksperimen</i>	Hasil <i>Wilcoxon</i> Signed Rank Test menunjukkan nilai p value sebesar 0,00 ($p < 0,05$). Dengan demikian dapat disimpulkan hipotesis alternatif (H_a) diterima yang bearti terdapat pengaruh yang signifikan antara skala nyeri sebelum dan sesudah intervensi pemberian minuman kunyit asam	Metode penelitian <i>Quasy eksperimen</i> dan instrumen penelitian menggunakan NRS	Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel
3.	Putri Nabilah Hafizhah, Gaung Eka Ramadhan 2023	Pengaruh Pemberian Rebusan Kunyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri <i>Dismenorea</i> Pada Remaja Di SMA Muhammadiyah 25 Pamulang	<i>Quasy Eksperiment</i>	Hasil analisis statistik menunjukkan nilai p value sebesar 0,001 yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah berikan intervensi. Temuan ini menunjukkan bahwa pemberian rebusan kunyit asam berpengaruh terhadap penurunan skala nyeri <i>Dismenorea</i> pada remaja di SMA Muhammadiyah 25 Pamulang.	Metode penelitian <i>Quasy Eksperiment</i> dan instrumen penelitian menggunakan NRS	Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel
4.	Novy Ramini Harahap, Nurrahmaton, Sri Juliani, Mira Sasmita 2023	Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Haid (<i>Dismenorea</i>)	<i>Pre eksperimen</i>	Hasil analisis menggunakan uji <i>Wilcoxon</i> menunjukkan nilai p value sebesar 0,004 lebih kecil dari 0,05. Hal ini menunjukkan adanya pengaruh yang signifikan pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan skala nyeri haid (<i>dismenore</i>) di lingkungan V Desa Sumber Karya Binjai pada tahun 2021.	Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i>	Metode penelitian menggunakan <i>quasy eksperiment</i> , subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel

5.	Maera Kartika Sari 2023	Pengaruh Pemberian Kunyit Asam Terhadap Penurunan <i>Dismenorea</i> Pada Remaja	<i>Pre eksperimen</i>	Uji analisa menggunakan <i>Wilcoxon Signed Rank Test</i> , diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,00 ($p < 0,05$), yang menunjukkan bahwa Ha diterima. Kesimpulannya adalah terdapat perbedaan tingkat nyeri <i>Dismenorea</i> sebelum dan sesudah pemberian kunyit asam, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian kunyit asam terhadap penurunan <i>Dismenorea</i> pada remaja.	Metode penelitian <i>quasy eksperimen</i> , instrumen penelitian menggunakan NRS	Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel
6.	Ai Cucu Makiyah, Nova Anggraini 2023	The Effectiveness of Giving Tumeric Tamarind in Reducing Menstrual Pain (<i>Dismenoree</i>) in Young Girls at Mts Al-Muqowamah	<i>Quasy eksperimen</i>	Penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan minuman kunyit asam, sebagian remaja putri mengalami nyeri haid (<i>Dismenorea</i>) yang berat (69%), namun setelah intervensi, mengalami nyeri sedang (57,1%). Uji <i>Wilcoxon</i> menunjukkan bahwa ada efektivitas pemberian kunyit asam jawa dalam menurunkan nyeri haid (<i>dismenore</i>) pada remaja putri di Mts Al-Muqowamah.	Metode penelitian <i>quasy eksperimen</i>	Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel, dan instrumen penelitian
7.	Eneng Rima Aidah Karimah, Wijayanti, Megayana Yessy Maretta 2023	The Effect of Administering Acid Tumeric Drink on Menstrual Pain Levels For Teenage Girls in a Girls' Dormitory Man 1 Surakarta	<i>Quasy eksperimen</i>	Hasil penelitian menunjukkan nilai p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), sehingga hipotesis alternatif (H_a) diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa minuman asam kunyit terbukti efektif dalam mengurangi nyeri haid pada remaja putri.	Metode penelitian menggunakan <i>quasy eksperimen</i> dan instrumen penelitian menggunakan NRS	Subjek penelitian, desain penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah penelitian
8.	Nadya Lestari, Tubagus Erwin N, Sepri Nura Astuti 2023	The Effectiveness of Tamarind Turmeric Water on the <i>Dysmenorrhea</i> Pain Scale in Teenage Girl	<i>Pra experiment</i>	Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh p value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang menunjukkan bahwa pemberian minuman kunyit asam efektif menurunkan nyeri <i>Dismenorea</i> pada remaja putri di SMK Terpadu Waway Karya Lampung Timur pada tahun 2023.	Metode penelitian <i>quasy eksperimen</i> , instrumen penelitian menggunakan NRS	Subjek penelitian, teknik pengambilan sampel, waktu penelitian, tempat penelitian, jumlah sampel