

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menstruasi adalah luruhnya lapisan dinding rahim (endometrium) disertai perdarahan yang terjadi tiap bulan. Siklus ini berlangsung setiap 28–35 hari (Ripursari & Widiyanti, 2023). Menstruasi biasanya berlangsung 3–7 hari dan sering disertai nyeri, terutama pada remaja usia 14–18 tahun karena organ reproduksi yang belum matang. Nyeri ini, terasa di perut bawah, punggung, hingga paha, dan menimbulkan ketidaknyamanan (Cahyani 2021; Rosaliya Katili et al., 2023).

*Dismenore* adalah nyeri haid akibat hormon prostaglandin yang memicu kontraksi otot rahim, terutama saat hormon estrogen dan progesteron menurun. Kontraksi menyebabkan rasa sakit di perut bagian bawah, kadang disertai mual dan muntah (Sekarni, 2013; Puteri & Rokhanawati, 2024). Dua jenis *dismenore* adalah primer dan sekunder. *Dismenore* primer terjadi ketika haid tidak menyebabkan masalah reproduksi akut karena disebabkan peningkatan prostaglandin yang tinggi. *Dismenore* sekunder, disebabkan oleh masalah pada organ reproduksi seperti endometriosis atau kista ovarium (Safitri & Gustina, 2022). Jika *dismenore* yang disertai dengan kelainan tidak segera diatasi maka dapat menimbulkan efek jangka panjang seperti infertilitas, nyeri kronis panggul bahkan masalah gangguan psikologis.

Di Indonesia, *dismenore* terjadi pada 64,25% wanita, dengan *dismenore* primer (54,89%) lebih umum dari *dismenore* sekunder (9,36%). Lebih dari setengah kasus *dismenore* terjadi pada usia produktif. Di Yogyakarta kejadian *dismenore* sekunder mencapai 56% dan remaja putri terbanyak berada di Bantul (Widarti et al., 2024). Terdapat 98,5% remaja di SMAN 1 Sewon masih mengonsumsi obat pereda nyeri saat *dismenore*, karena belum mengetahui cara meredakan nyeri *dismenore* tanpa menggunakan obat. Fokus saat ini adalah menangani *dismenore* pada remaja menggunakan terapi non-farmakologis

seperti herbal. Salah satunya dengan mengkonsumsi air jahe karena minim efek samping jangka panjang seperti gangguan fungsi ginjal, masalah pada jantung (Purwanto, 2013; Romlah et al., 2024).

Jahe mengandung *gingerol* dan *shogaol*, senyawa bioaktif yang menghambat enzim *cyclooxygenase* dan *lipoxigenase* yang berhubungan dengan hormon penyebab kontraksi otot rahim (Fafa et al., 2022) tanaman ini bersama *Zingiber Officinale*. Rimpang jahe mengandung aloresin yang memiliki kemampuan antioksidan tinggi, *gingerol* mengandung antikoagulan yang berfungsi dalam mencegah penggumpalan darah pada saat proses pengeluaran darah menstruasi dan menurunkan hormon prostaglandin dan *shogaol* memiliki kandungan analgesic yang dapat meredakan nyeri (Mona, 2015; Fajar Pangestui et al., 2020). Menurut hasil dari Ridha Hidayati (2020) pemberian minuman jahe empirit efektif dalam menurunkan nyeri menstruasi (*dismenore primer*) pada siswi. Rata-rata rasa nyeri sebelum minum jahe adalah 6.87 (SD 1.302), menurun menjadi 3.27 (SD 1.668) setelah minum jahe empirit, dengan nilai signifikansi  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

Hasil studi pendahuluan di SMAN 1 Sewon pada bulan Maret 2025, dengan menggunakan lembar kuesioner didapatkan hasil 65 siswi kelas XI mengalami *dismenore*. Pada saat *dismenore* siswi hanya mengkonsumsi paracetamol. Melihat riwayat kurangnya pengetahuan remaja terhadap penanganan *dismenore* secara non farmakologis, maka peneliti ingin mengetahui bagaimana air jahe berperan terhadap penurunan nyeri *dismenore* [ada remaja putri di SMAN 1 Sewon. Upaya yang telah dilakukan pihak sekolah SMAN 1 Sewon terhadap remaja yang *dismenore* yaitu dengan menyediakan obat paracetamol di UKS, serta mengizinkan remaja yang mengalami *dismenore* untuk istirahat di UKS. Serta adanya program pemberian tablet tambah darah yang telah dilakukan Dinas Kesehatan Bantul di setiap akhir bulan di sekolah bagi remaja putri untuk mengatasi anemia.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, fokus penelitian adalah “Apakah Pengaruh Pemberian Air Jahe Terhadap Penurunan Rasa Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi pengaruh air jahe dalam menurunkan rasa nyeri menstruasi pada remaja putri.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi berapa tingkat rasa nyeri dismenore pada remaja putri sebelum diberikan minuman jahe.
- b. Untuk mengidentifikasi berapa tingkat rasa nyeri dismenore pada remaja putri setelah diberikan minuman jahe.

## **D. Manfaat**

### 1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu mengkaji lebih dalam pengaruh konsumsi jahe sebagai terapi alternatif dalam penurunan intensitas nyeri dismenore.

### 2. Manfaat Praktis

#### a. Bagi Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai panduan praktik kebidanan mengenai efek minuman jahe dalam penanggulangan nyeri dismenore secara alami

#### b. Bagi Remaja Putri di SMAN 1 Sewon

Harapannya dapat menambah pengetahuan pengobatan secara alternatif sehingga dapat mengimplementasikan minuman jahe dalam mengurangi nyeri dismenore secara mandiri.

### E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No.	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1.	Anis Novia Anggari, Dewi Rositaningsih, Tetty Rina Aritonang 2024	Efektivitas Penggunaan Minuman Jahe Merah dan Jahe Emprit Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Pada Remaja Putri Di SMPI Al Falah Babelan Bekasi	Pre-ekperimen	Hasil analisis uji T Independent diketahui nilai P sebesar 0,017 artinya terdapat perbedaan yang signifikan antara penurunan nyeri haid akibat penggunaan jahe merah dan jahe emprit. Minuman jahe merah dan jahe emprit terbukti efektif terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMPI Al Falah Babelan Bekasi Tahun 2023.	Desain penelitian Pre Eksperimen dengan pendekatan One group pretest-posttest, Teknik pengambilan sampel Purposive Sampling	Waktu penelitian 2025, Sampel 18, Tempat penelitian di SMAN 1 Sewon, Intervensi menggunakan jahe emprit dan gula aren
2.	Iis Sopiah Suryani 2022	Efektivitas Rebusan Jahe Emprit Plus Madu Tawon Terhadap Penurunan Nyeri Haid di SMP A	Quasi Eksperimen	Hasil penelitian didapatkan rata-rata tingkat nyeri haid saat sebelum mengkonsumsi rebusan jahe emprit plus madu tawon sebesar 5.25 point, sedangkan setelah diberikan intervensi menurun dimana rata-rata tingkat nyeri haid setelah mengkonsumsi rebusan jahe emprit plus madu tawon sebesar 2.70 point. Terdapat pengaruh rebusan jahe emprit plus madu tawon (p value 0,000) pada siswi yang mengalami nyeri haid.	Teknik pengambilan sampel Purposive Sampling, menggunakan skala ukur NRS	Desain penelitian Pre-eksperimen, Waktu penelitian 2025, Sampel 18, Tempat penelitian di SMAN 1 Sewon, Intervensi menggunakan jahe emprit dan gula aren

---

3.	Ridha Hidayati 2020	Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) Primer Melalui Pemberian Minuman Jahe Emprit di SMKN 2 Padang	Pre-eksperimen	Hasil penelitian menunjukkan bahwa rata-rata nyeri siswi sebelum diberikan minuman jahe emprit adalah 6.87 dengan standar deviasi 1.302, rata-rata nyeri siswi setelah diberikan minuman jahe emprit adalah 3.27 dengan standar deviasi 1.668, terdapat perbedaan sebelum dan setelah dilakukan minuman jahe emprit dengan Pvalue = 0,000 dimana $p < 0,05$ . Dianjurkan dapat menggunakan jahe emprit dalam mengatasi nyeri haid.	Desain penelitian Pre Eksperimen dengan pendekatan One group pretest-posttest, Teknik pengambilan sampel Purposive Sampling, Resep intervensi yang sama	Waktu penelitian 2025, Sampel 18, Tempat penelitian di SMAN 1 Sewon
----	------------------------	---	----------------	--	--	--

---