

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pada saat menstruasi, banyak wanita yang mengalami ketidaknyamanan fisik selama beberapa hari. Kira-kira setengah dari wanita menderita akibat dismenore (Pratiwi, 2016). Dismenore sendiri paling sering terjadi pada wanita lebih dari 50% dan diantaranya 10-15% mengalami nyeri hebat sampai mengganggu aktifitas dan kegiatan sehari-hari (Bahri, 2015).

Dismenore pada remaja putri sangat mempengaruhi aktivitas keseharian terutama aktivitas belajar. Dampak yang diakibatkan oleh dismenorea berupa gangguan aktivitas seperti tingginya tingkat absen dari sekolah maupun kerja, keterbatasan kehidupan sosial, performa akademik, serta aktivitas olahraganya. Selain mengganggu aktivitas sehari – hari dan menurunnya kinerja yaitu biasanya mengalami mual, kadang disertai muntah (Noviati dkk, 2018).

Dismenore dapat didefinisikan sebagai aliran menstruasi yang sulit atau menstruasi yang mengalami nyeri. Penanganan dismenore secara optimal sangat tergantung dari pemahaman terhadap factor yang mendasarinya (Anurogo dan Wulandari, 2017). Dismenore adalah rasa sakit pada bagian bawah perut yang terjadi saat wanita mengalami siklus menstruasi. biasanya berlangsung sesaat sebelum haid, selama haid, hingga berakhirnya siklus menstruasi. Nyeri yang terus menerus membuat penderitanya tidak bisa beraktivitas (Ratnawati, 2018).

Untuk mengatasi dismenorea dapat dilakukan dengan terapi farmakologi

seperti mengonsumsi obat analgesik berupa obat-obatan penghambat sintesis prostaglandin seperti asam mefenamat, asetamenofen, indometasin, fenilbutazon, dan asam arialkanoat (ibuprofen, fenoprofen, naproksen) (Baziad, 2018). Mengatasi masalah dismenore dengan mengonsumsi obat-obatan analgetik yang tidak baik untuk kesehatan jangka panjang (Rokhmah, 2011).

Selain dengan terapi farmakologi, dismenorhe dapat juga diatasi secara non farmakologi seperti melakukan pengompresan pada bagian yang dirasa nyeri dengan air hangat, nutrisi yang seimbang dan istirahat cukup (Ratnawati, 2019). Selain itu dapat dilakukan terapi hormonal. Terapi hormonal telah banyak digunakan dalam pengobatan dismenore primer. Tujuannya adalah untuk menghasilkan silus haid onivultorik sehingga nyeri haid dapat dikurangi. (Baziad, 2018).

Cara mengobati dismenorea juga dengan cara menarik napas panjang, menenangkan diri, berolahraga ringan, dan mengonsumsi sayur dan buah – buahan. (Astrida, 2012). Untuk menurunkan tingkat nyeri dismenore sebaiknya menggunakan obat tradisional yang sedikit efek sampingnya bahkan tidak ada. Zat gizi yang dapat membantu meringankan dismenore adalah kalsium, magnesium, serta vitamin A, B6, C dan E. Salah satu makanan yang baik dikonsumsi saat menstruasi adalah konsumsi makanan yang tinggi kalsium. Salah satu makanan yang mengandung kalsium yang tinggi adalah kedelai (Budiarti dan Novita, 2015).

Menurut jurnal penelitian yang dilakukan oleh Aprilianti Cia dan Anindita Ghia pada tahun 2020, bahwa asupan kalsium berpengaruh terhadap kejadian dismenore pada remaja. Kalsium berperan dalam mengurangi tekanan pada otot,

termasuk otot uterus membutuhkan kalsium agar dapat tetap melakukan fungsinya dengan normal, dan kram dapat lebih mudah terjadi jika kekurangan kalsium. Rendahnya asupan kalsium juga berhubungan dengan retensi air dan nyeri yang lebih berat selama menstruasi. Kalsium memiliki peranan sebagai zat yang diperlukan untuk kontraksi otot. Kalsium berperan dalam interaksi protein di dalam otot, yaitu aktin dan miosin ketika otot berkontraksi. Kekurangan kalsium menyebabkan otot tidak dapat mengendur setelah kontraksi, sehingga dapat mengakibatkan otot menjadi kram.

Ion kalsium menimbulkan kekuatan menarik antara filament aktin dan miosin yang menyebabkan bergerak bersama-sama menghasilkan kontraksi. Setelah kurang dari satu detik kalsium dipompakan kembali ke dalam retikulum sarkoplasma tempat ion-ion disimpan sampai potensial aksi otot yang baru datang lagi, pengeluaran ion kalsium dari myofibril akan menyebabkan kontraksi otot berhenti (Budiarti dan Novita, 2015).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Amiru Amalia, dkk tahun 2018 bahwa remaja putri yang sudah diberikan terapi susu kedelai mengalami kemajuan, hampir seluruh remaja putri mengalami penurunan nyeri menstruasi atau dismenorea. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Astrida Budiarti dkk, tahun 2015 bahwa ada pengaruh intervensi terapi susu kedelai terhadap penurunan nyeri menstruasi.

Menurut (WHO, 2017) angka dysmenorrhea di cukup tinggi di seluruh dunia. Rata-rata insidensi terjadinya dismenore pada wanita muda antara 16,8-81%. Rata-rata di Negara Eropa dismenore terjadi pada 45-97% wanita. Di Amerika Serikat, dismenore diakui sebagai penyebab paling sering ketidakhadiran

di sekolah yang dialami remaja putri.

Menurut data Kemenkes RI tahun 2016 bahwa prevalensi remaja putri di Indonesia yang mengalami kejadian dismenore sekitar 55% .Hal ini disebabkan oleh karena pengetahuan remaja perempuan dalam mendorong menangani kejadian dismenore masih relative rendah.Tidak ada angka pasti mengenai jumlah penderita dismenore di Indonesia. Ini dikarenakan lebih banyak perempuan yang mengalami dismenore tidak melaporkan untuk berkunjung ke tenaga kesehatan.

Angka kejadian dismenore berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2007, data dismenore belum bisa diklasifikasikan. Angka kejadian dismenore primer pada remaja diperkirakan 1,2% sampai 1,35% dari jumlah penderita yang memeriksakan dirinya ke petugas kesehatan. Berdasarkan informasi yang didapat dari sumber informasi dari Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, data dismenore terakhir hanya ditemui sampai tahun 2007. Karena kondisi di Indonesia banyak perempuan mengalami dismenore tidak melaporkan dirinya tenaga kesehatan sehingga pendataan dismenore tidak bisa diklasifikasikan.

Menurut hasil survey dari Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) cabang Bandar Lampung tahun 2014, dismenore menempati urutan pertama keluhan yang sering dialami wanita, yaitu sebesar 65,3%. Prevalensi dismenore lebih tinggi pada kelompok usia remaja 10-20 tahun sebesar 71,4%.

Data studi pendahuluan yang diperoleh peneliti di SMAN 3 Bandar Lampung menunjukkan dari sebanyak 25 remaja putri, terdapat remaja putri yang mengalami dismenore adalah 18 (72%) orang, di SMAN 15 Bandar Lampung

terdapat sebanyak 12 (48%) orang yang mengalami dismenore dari 26 remaja putri, dan di SMAN 2 Bandar Lampung terdapat sebanyak 11 (44%) orang yang mengalami dismenore dari 25 remaja putri. Berdasarkan data studi pendahuluan tersebut kejadian dismenore terbanyak terdapat di SMAN 3 Bandar Lampung yaitu 72%. Berdasarkan latar belakang dan data yang diperoleh, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di SMAN 3 Bandar Lampung.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, terdapat banyak remaja yang mengalami dismenore yang menimbulkan ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas sehari-hari, dismenore dialami mengakibatkan kehilangan kesempatan kerja, mengganggu kegiatan belajar disekolah dan kehidupan keluarga. Sebanyak 18 orang (72%) dari 25 remaja putri di SMAN 3 Bandar Lampung mengalami dismenore primer. Berdasarkan data dan latar belakang tersebut peneliti merumuskan suatu permasalahan yaitu : “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorhe Primer Pada Remaja Putri Di SMAN 3 Bandar Lampung?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya pengaruh pemberian susu kedelai terhadap penurunan nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMAN 3 Bandar Lampung.

2. Tujuan Khusus
 - a. Diketuainya nilai rata-rata skala nyeri dismenore sebelum pemberian susu kedelai pada remaja putri di SMAN 3 Bandar Lampung
 - b. Diketuainya nilai rata-rata skala nyeri dismenore setelah pemberian susu kedelai pada remaja putri di SMAN 3 Bandar Lampung.
 - c. Diketuainya pengaruh pemberian susu kedelai terhadap penurunan skala nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMAN 3 Bandar Lampung.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian sebagai bahan informasi tenaga kesehatan maupun mahasiswa. Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan pengembangan ilmu terkait penanganan dismenore primer.

2. Manfaat Aplikatif

- a. Bagi SMAN 3 Bandar Lampung

Sebagai sumber informasi pemanfaatan susu kedelai terhadap kejadian dismenore primer di SMAN 3 Bandar Lampung.

- b. Bagi Jurusan Kebidanan

Sebagai sumber pustaka yang dapat digunakan untuk dijadikan referensi dan informasi bagi dosen mata kuliah kesehatan reproduksi.

- c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan kajian penelitian untuk mengembangkan penelitian lebih lanjut dalam bidang kesehatan reproduksi wanita.

E. Ruang Lingkup

Penelitian yang dipilih berupa penelitian eskperimental dengan rancangan *quasy eksperimen (one group pretest posttest)*. Subjek penelitian adalah siswa yang mengalami desminorhe primer dan objek penelitiannya adalah pemberian susu kedelai terhadap penderita dismenore primer. Pengajuan penelitian ini dimulai pada 3 Agustus 2020. Penelitian akan dilaksanakan di lokasi SMAN 3 Bandar Lampung. Waktu penelitian ini dilaksanakan pada 3 Februari-3 Maret 2021.