

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa dimana terjadi transisi masa kanak-kanak menuju dewasa (Potter & Perry, 2009). Masa remaja diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga nantinya mampu bereproduksi. Pada masa remaja terdapat perubahan-perubahan yang terjadi seperti perubahan hormonal, fisik, psikologis maupun sosial, dimana kondisi tersebut dinamakan dengan masa pubertas. Salah satu tanda pubertas pada remaja putri yaitu terjadinya menstruasi (Batubara, 2010). Pada saat menstruasi, masalah yang sering dialami oleh sebagian besar wanita adalah rasa tidak nyaman dan nyeri yang hebat yang biasa disebut dengan nyeri haid atau dalam istilah medis disebut juga dismenore atau *menstrual cramps*. Dismenore adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu haid/menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan yang ditandai dengan nyeri atau rasa sakit di daerah perut maupun panggul (Lusa, 2010).

Nyeri menstruasi seringkali dialami oleh remaja. Remaja yang mengalami gangguan aktivitas akibat dismenorea menyebabkan remaja tersebut tidak mampu untuk melakukan kegiatan. Dismenore pada remaja harus ditangani meskipun hanya dengan pengobatan sendiri atau non farmakologi untuk menghindari hal-hal yang lebih berat. Dampak yang terjadi jika dismenorea tidak ditangani adalah gangguan aktifitas hidup sehari-hari, Retrograd menstruasi (menstruasi yang

bergerak mundur), infertilitas (kemandulan), kehamilan ektopik, kista, perforasi rahim dari IUD dan infeksi (Andrews, 2009).

Dismenorea sangat mengganggu aktivitas sehari-hari bagi siswi dalam proses belajar di sekolah. Remaja yang mengalami dismenorea pada saat menstruasi mempunyai lebih banyak hari libur dan prestasinya kurang begitu baik disekolah dibandingkan remaja yang tidak terkena dismenorea (Hacker & Moore, 2001). Dismenorea menyebabkan aktivitas belajar dalam pembelajaran bisa terganggu, konsentrasi menjadi menurun bahkan tidak ada sehingga materi yang diberikan selama pembelajaran yang berlangsung tidak bisa ditangkap oleh perempuan yang sedang mengalami dismenorea (Dawood, 2006).

Berdasarkan data dari berbagai negara, angka kejadian dismenorea di dunia cukup tinggi. Sebanyak 89,5% wanita di seluruh dunia mengalami dismenorea, dengan tingkat pertumbuhan lebih tinggi pada remaja. Di Amerika Serikat, diperkirakan hampir 50% wanita mengalami dismenorea dan 12% diantaranya mengalami dismenorea berat. Dismenorea menyebabkan 14% dari remaja sering tidak masuk sekolah (Calis, 2019).

Prevalensi dismenorea menurut data WHO (dalam Fahmi, 2014), di Indonesia, angka kejadian dismenorea sebanyak 55% dikalangan usia produktif, dimana 15% diantaranya mengeluhkan aktivitas menjadi terbatas akibat dismenorea. Dari hasil survei yang dilakukan oleh Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia (PKBI) cabang Bandar Lampung tahun 2014, dismenorea menempati urutan pertama keluhan yang sering dialami wanita, yaitu sebesar

65,3%. Angka kejadian dismenorea, lebih tinggi pada kelompok usia remaja 10-20 tahun sebesar 71,4% (PKBI Bandar Lampung, 2014).

Cara mengurangi dismenorea dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu farmakologi dan non farmakologi. Secara non farmakologi dapat dilakukan kompres hangat atau mandi air hangat, massase, latihan fisik, tidur yang cukup, hipnoterapi, distraksi seperti mendengarkan musik serta relaksasi seperti yoga dan nafas dalam (Lusa, 2010).

Salah satu cara untuk mengatasi dismenore secara non farmakologi adalah dengan cara relaksasi menggunakan aromaterapi. Aromaterapi adalah suatu pengobatan alternatif yang menggunakan bau-bauan atau wangi-wangian yang berasal dari senyawa aromatik. Respon bau yang dihasilkan akan merangsang kerja sel *neurokimia* otak. Oleh karena itu, bau yang menyenangkan akan menstimulasi thalamus untuk mengeluarkan *enkephalin* yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan tenang (Hughes, 2007).

Berdasarkan Jurnal Keperawatan Respati Yogyakarta, Januari 2018, aromaterapi lemon (cytrus) terhadap penurunan nyeri menstruasi menunjukkan bahwa intensitas nyeri sebelum diberikan aromaterapi lemon (cytrus) adalah nilai mean 4,95, median 5 dengan standar deviasi 1,146. Intensitas nyeri menstruasi sesudah diberikan aromaterapi lemon 6 (cytrus) nilai mean menjadi 2,65, median 3 dan standar deviasi 1,040. Terlihat perbedaan mean sebelum dan sesudah adalah 2,3. Hasil uji statistik menggunakan uji Wilcoxon nilai Pvalue sig.(2-tailed) sebesar 0,000 yang artinya kurang dari nilai α (0,05). Dengan demikian dapat

disimpulkan bahwa Ha diterima artinya aromaterapi lemon (cytrus) berpengaruh terhadap penurunan nyeri menstruasi.

Berdasarkan data, prevalensi dismenorea di wilayah kota Bandar Lampung tergolong cukup tinggi. Hal ini melatarbelakangi penulis untuk melakukan penelitian pada salah satu sekolah di kota Bandar Lampung. Berdasarkan studi pendahuluan yang penulis lakukan pada November 2019 di tiga sekolah yang berbeda, yaitu pada MAN 1 Bandar Lampung didapatkan pada salah satu kelas sebanyak 62% siswi mengalami dismeorea, pada SMAN 12 Bandar Lampung ditemukan pada salah satu kelas sebanyak 75% siswi yang mengalami dismenorea, dan pada SMKN 1 Bandar Lampung ditemukan pada salah satu kelas sebanyak 72% siswi yang mengalami dismenorea. Penanganan yang dilakukan siswi ketika mengalami dismenorea yaitu dengan kompres hangat, minum jamu datang bulan, minum obat asam mefenamat, dan mengoleskan minyak kayu putih pada perut. Berdasarkan permasalahan diatas, maka penulis tertarik untuk meneliti pengaruh pemberian inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan dismenorea pada siswi kelas X di SMAN 12 Bandar Lampung tahun 2019.

B. Rumusan Masalah

Pada hasil studi pendahuluan yang penulis lakukan di tiga sekolah yang berbeda, yaitu pada MAN 1 Bandar Lampung didapatkan pada salah satu kelas sebanyak 62% siswi mengalami dismeorea, pada SMAN 12 Bandar Lampung ditemukan pada salah satu kelas sebanyak 75% siswi yang mengalami dismenorea, dan pada SMKN 1 Bandar Lampung ditemukan pada salah satu kelas sebanyak 72% siswi yang mengalami dismenorea.

Berdasarkan uraian tersebut dapat ditarik suatu pertanyaan penelitian:
“Apakah terdapat pengaruh pemberian inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan dismenorea pada siswi kelas X di SMAN 12 Bandar Lampung tahun 2020?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan dismenorea pada siswi kelas X di SMAN 12 Bandar Lampung tahun 2020.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat dismenorea sebelum dilakukan pemberian inhalasi aromaterapi lemon pada siswi kelas X di SMAN 12 Bandar Lampung tahun 2020
- b. Untuk mengetahui tingkat dismenorea sesudah dilakukan pemberian inhalasi aromaterapi lemon pada siswi kelas X di SMAN 12 Bandar Lampung tahun 2020
- c. Untuk mengetahui pengaruh pemberian inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan dismenorea pada siswi kelas X di SMAN 12 Bandar Lampung tahun 2020.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini menjadi salah satu sumber informasi dan pengetahuan dalam bidang kesehatan reproduksi wanita.

2. Manfaat Aplikatif

- a. Bagi responden (siswi SMAN 12 Bandar Lampung) diharapkan penelitian ini dapat menjadi salah satu solusi yang bermanfaat guna mengatasi dismenorea bagi siswi
- b. Bagi Institusi
Diharapkan penelitian ini menjadi salah satu dokumen institusi yang dapat digunakan untuk pengembangan materi perkuliahan dan menambah literatur dalam bidang kesehatan reproduksi wanita bagi Jurusan Kebidanan Poltekkes Tanjung Karang
- c. Bagi Penelitian Selanjutnya
Diharapkan penelitian ini menjadi salah satu bahan acuan untuk pengembangan penelitian lebih lanjut dalam bidang kesehatan reproduksi wanita.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini berupa penelitian pre eksperimen dengan pendekatan one group pretest posttest design. Penelitian ini yaitu pemberian inhalasi aromaterapi lemon terhadap penurunan dismenorea pada siswi kelas X di SMAN 12 Bandar Lampung tahun 2020. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X di SMAN 12 Bandar Lampung, sedangkan sampel penelitian ini adalah sebagian siswi kelas X yang mengalami dismenorea. Waktu penelitian ini dilakukan pada bulan Februari 2020 - April 2020, dengan lokasi penelitian yaitu di SMAN 12 Bandar Lampung.