

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nyeri haid (Dismenorea) merupakan suatu fenomena simptomatik meliputi nyeri abdomen, kram, dan sakit punggung (Kusmiran, 2014). Nyeri haid (dismenorea) menjadi masalah terbesar bagi wanita pada usia remaja dan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari seperti mengganggu aktivitas belajar, konsentrasi menjadi menurun dan menyebabkan rasa tidak nyaman. Karena gangguan ini sifatnya subjektif, berat atau intensitasnya sukar dinilai. Walau frekuensi nyeri haid (dismenorea) cukup tinggi dan penyakit ini sudah lama dikenal, namun sampai sekarang patogenesisnya belum dapat dipecahkan dengan memuaskan. Oleh karena itu hampir semua wanita mengalami rasa tidak enak diperut bawah sebelum dan selama haid dan sering kali merasa mual, maka istilah dismenorea hanya dipakai jika nyeri haid demikian hebatnya, sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidupnya sehari-hari, untuk beberapa hari (Sarwono, 2011).

Kejadian nyeri haid (dismenorea) di dunia pada tahun 2014 mencapai angka sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalaminya, dengan 10-15% mengalami dismenorea berat. Lebih dari 50% wanita yang menstruasi mengalami nyeri haid (dismenorea) disetiap negara. Sebanyak 50% wanita mengalami dismenorea primer tanpa patologi pelvis, sedangkan 10% wanita mengalami nyeri yang hebat, sehingga mereka

harus absen dari kegiatan sehari-hari selama 1 sampai 3 hari setiap bulannya karena nyeri haid (dismenorea). Di Amerika Serikat angka presentase terjadinya nyeri haid (dismenore) pada remaja lebih besar sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. (WHO, 2014)

Data yang didapat dari BKKBN tahun 2016 dalam jurnal kesehatan remaja angka kejadian nyeri haid (dismenorea) di Indonesia terdiri dari dismenorea primer sebesar 64,8% dan sebesar 19,36% dismenorea sekunder. Hasil survei PKBI (Perkumpulan Keluarga Berencana Indonesia) cabang Bandar Lampung tahun 2016, nyeri haid (dismenorea) menempati urutan pertama keluhan yang sering dialami wanita, yaitu sebesar 65,3%. Selain siklus menstruasi yang tidak teratur. Prevelensi nyeri haid (dismenorea), lebih tinggi pada kelompok usia remaja 10-20 tahun sebesar 71,4%. (PKBI Bandar Lampung, 2016)

Nyeri haid (dismenorea) merupakan salah satu permasalahan yang sering dialami wanita dalam masa menstruasi. Dampak yang terjadi jika nyeri haid (dismenorea) tidak ditangani maka akan mengakibatkan gangguan aktivitas hidup sehari-hari, retrograd menstruasi (menstruasi yang bergerak mundur), infertilitas (kemandulan), kehamilan ektopik, kista, perforasi rahim dari IUD, dan infeksi. Nyeri haid (dismenorea) jika tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan terapi secara farmakologis atau non farmakologis. (Andrews, 2009)

Terapi secara farmakologis salah satunya dengan memberikan obat-obatan analgesik. Obat golongan NSAID (*Nonsteroidol*

Antiinflammatory Drugs) dapat meredakan nyeri ini dengan cara memblok prostaglandin yang menyebabkan nyeri. (Anurogo, 2011). Terapi non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri haid (dismenorea) yaitu dengan pengobatan herbal yang sekaligus dapat menghindari dari kemungkinan efek samping penggunaan obat-obatan (Priyanto, 2014).

Pohon kelapa atau *cocos nucifera* merupakan jenis tumbuhan dari suku aren-arenan atau *Arecaceae* dan mudah tumbuh di halaman rumah dan tanah tropis di Indonesia, sehingga negara Indonesia termasuk penghasil kelapa terbesar di dunia (Bogadenta, 2013). Air kelapa merupakan minuman yang sehat, kaya nutrisi, mengandung glukosa, vitamin, hormon, dan mineral, serta alami tanpa pengawet, air kelapa mudah diserap oleh tubuh karena kandungan cairan yang isotonis dengan manusia (Huzaimah, 2015). Kandungan zat kimia lain yang menonjol dalam air kelapa adalah kalsium dan magnesium untuk mengurangi ketegangan otot dan vitamin c yang merupakan zat-zat alami anti inflamasi yang membantu meringankan rasa sakit (Kristina & Syahid, 2012).

Hal ini didukung oleh penelitian dari Siti Khodijah pada tahun 2017 dengan judul “Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Mahasiswa Prodi D IV Bidan Pendidik Di Universitas “Aisyiyah Yogyakarta”” didapatkan hasil dari 30 responden yang mengkonsumsi air kelapa hijau terdapat lebih dari sebagian responden yang mengalami nyeri haid ringan. Sehingga dapat disimpulkan

bahwa ada pengaruh air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid. (Siti Khodijah, 2017)

Hal ini juga didukung oleh penelitian yang telah dilakukan oleh Amiritha tahun 2017 dengan judul “Pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan nyeri haid remaja di Rusunawa Putri Universitas Muhammadiyah Semarang” didapatkan hasil bahwa skala nyeri haid sebelum diberikan air kelapa muda paling rendah yaitu 3 (nyeri ringan) dan paling tinggi yaitu 7 (nyeri hebat). Skala nyeri haid sesudah diberikan air kelapa muda paling rendah yaitu 0 (tidak nyeri) dan paling tinggi 5 (nyeri sedang). Hal ini dapat disimpulkan ada pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan nyeri haid. (Amiritha, 2017)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di beberapa sekolah di wilayah Bandar Lampung pada November 2019 dengan wawancara langsung dilakukan pemilihan kelas secara random pada masing-masing sekolah diantaranya SMAN 12 Bandar Lampung, ditemukan siswi yang mengalami nyeri haid (dismenorea) pada salah satu kelas sebanyak 75% siswi, di SMKN 1 Bandar Lampung, ditemukan pada salah satu kelas sebanyak 72% siswi mengalami nyeri haid (dismenorea), dan di MAN 1 Bandar Lampung, ditemukan pada salah satu kelas sebanyak 62% siswi mengalami nyeri haid (dismenorea). Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh Pemberian Air Kelapa Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswi. Selama ini penelitian tentang pemberian air kelapa terhadap penurunan

nyeri haid (dismenorea) belum pernah dilakukan pada siswi SMAN 12 Bandar Lampung.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah bahwa salah satu kelas di SMA Negeri 12 Bandar Lampung terdapat 75% siswi mengalami nyeri haid (dismenorea). Maka, peneliti membuat rumusan permasalahan yaitu : “apakah ada pengaruh pemberian air kelapa terhadap penurunan rasa nyeri haid (dismenorea) oleh siswi kelas XI yang mengalami nyeri haid (dismenorea) di SMA Negeri 12 Bandar Lampung tahun 2020?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahuinya pengaruh pemberian air kelapa terhadap penurunan nyeri haid (dismenorea) pada siswi kelas XI di SMA Negeri 12 Bandar Lampung Tahun 2020

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahuinya karakteristik siswi kelas XI yang mengalami nyeri haid (dismenorea) di SMA Negeri 12 Bandar Lampung tahun 2020
- b. Diketahuinya rata-rata nyeri haid (dismenorea) sebelum diberikan air kelapa pada siswi kelas XI di SMA Negeri 12 Bandar Lampung tahun 2020
- c. Diketahuinya rata-rata nyeri haid (dismenorea) sesudah diberikan air kelapa pada siswi kelas XI di SMA Negeri 12 Bandar Lampung tahun 2020

- d. Diketuinya pengaruh pemberian air kelapa terhadap rerata penurunan nyeri haid (dismenorea) pada siswi kelas XI di SMA Negeri 12 Bandar Lampung Tahun 2020

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi bahan informasi bagi tenaga kesehatan maupun mahasiswa dan sebagai sumber informasi bagi para remaja agar lebih mengetahui tentang nyeri haid (dismenorea) dan cara mengatasinya dengan bahan alami seperti air kelapa.

2. Manfaat Aplikatif

a. Bagi Tempat Penelitian

Sebagai tambahan informasi dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan menjadi bahan agar remaja mengetahui pengaruh air kelapa terhadap penurunan nyeri haid (dismenorea)

b. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai dokumen institusi yang dapat digunakan untuk pengembangan materi perkuliahan dan dijadikan referensi bacaan bagi mahasiswa.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai salah satu bahan acuan untuk memperdalam pengetahuan tentang air kelapa dalam mengatasi nyeri haid (dismenorea) dan mengembangkan lagi penelitian lebih lanjut tentang terapi komplementer untuk mengatasi nyeri haid (dismenorea).

E. Ruang Lingkup Penelitian

Rancangan penelitian yaitu *Pra- eksperimental* dengan pendekatan *One Group Pretest Posttest*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi SMA Negeri 12 Bandar Lampung, sedangkan sampel dari penelitian ini adalah sebagian siswi yang mengalami nyeri haid (*dismenorea*). Topik penelitiannya adalah pemberian air kelapa terhadap penurunan nyeri haid (*dismenorea*). Penelitian ini dilaksanakan bulan Maret sampai dengan April 2020, dengan lokasi penelitian yaitu di SMA Negeri 12 Bandar Lampung.

F. Keterbatasan Penelitian

Keterbatasan penelitian adalah hal-hal atau variabel yang sebenarnya tercakup di dalam keluasan lingkup penelitian, tetapi karena kesulitan-kesulitan metodologis atau prosedural tertentu sehingga tidak dapat dicakup dalam penelitian di luar kendali (Swarjana, 2015).

Penelitian ini telah diusahakan dan dilaksanakan sesuai dengan prosedur ilmiah, namun demikian masih memiliki keterbatasan yaitu, jumlah sampel yang seharusnya 18 hanya 12. Hal tersebut dikarenakan keterbatasan waktu yang tidak memungkinkan untuk mencapai target dalam melakukan penelitian yang disebabkan adanya pandemi *COVID-19* sehingga mengharuskan siswi diliburkan untuk belajar dari rumah dan melakukan *social distancing*.