

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Dismenorea merupakan gangguan menstruasi yang sering dialami oleh remaja putri. Dismenorea ditandai dengan nyeri perut bagian bawah dan dapat disertai dengan gejala-gejala lainnya. Sebagian nyeri haid terjadi saat usia remaja dan dapat menimbulkan dampak konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan. Akibat dismenoreaa mereka bahkan tidak dapat pergi kesekolah, aktivitas belajar dan pembelajaran terganggu. Konsentrasi menjadi menurun bahkan tidak ada sehingga materi yang diberikan selama pembelajaran berlangsung tidak bisa ditangkap oleh remaja yg sedang mengalami dismenorea (Lestari, 2013).

Menurut data dari WHO pada tahun 2012 didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami desminorea dengan 10-15 % mengalami desminorea berat. Di Amerika Serikat angka presentase terjadinya dismenorea pada remaja sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72% Sementara, di indonesia sendiri angka kejadian desminorea sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami desminorea primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami desminorea sekunder (Utami, 2014).

Menurut hasil survey perkumpulan Keluarga Bencana Indonesia (PKBI) cabang Bandar Lampung pada tahun 2016, desminorea menempati urutan pertama keluhan yang sering dialami wanita, sebesar 65,3% selain siklus menstruasi yang tidak benar. Prevelensi desminorea lebih tinggi kelompok usia remaja 10-20 tahun sebesar 71,4% (Palupi, 2016). Angka

kejadian ini naik dibandingkan dengan tahun 2008 yang angka kejadiannya sejumlah 58,2%.

Penyebab terjadinya dismenorea dikarenakan adanya peningkatan hormon prostaglandin. Hormon ini mengakibatkan kontraksi uterus dan vaskokonstriksi pembuluh darah. Aliran darah yang menuju ke uterus menurun sehingga uterus tidak mendapat suplai oksigen yang adekuat sehingga menyebabkan nyeri (Rakhma, 2013).

Dismenorea dapat diatasi dengan penanganan farmakologi maupun non farmakologi. Terapi farmakologi pada umumnya memberikan efek yang menimbulkan efek samping pada hati, jantung, ginjal maupun organ tubuh lainnya dalam jangka panjang. Sedangkan, terapi non farmakologi, diantaranya: terapi musik mozart, senam aerobik, relaksasi dan herbal yang tidak memberikan efek berbahaya pada tubuh. Adapun penanganan yang biasanya dilakukan masyarakat dengan meminum herbal yang dapat mengurangi nyeri.

Minuman jahe merupakan minuman yang bahan utamanya jahe. Secara alamiah jahe memiliki kandungan aleoresin pada rimpang jahe seperti gingeol memiliki aktivitas antioksidan diatas vitamin E. Gingeol pada jahe bersifat antikoagulan yang bermanfaat untuk mencegah penggumpalan darah. Hal ini sangat membantu pengeluaran darah haid, jahe juga dapat menurunkan produksi prostaglandin yang diketahui sebagai penyebab utama nyeri haid.

Hal ini didukung oleh penelitian Wilis pada tahun 2011 dengan judul “pemberian air rebusan jahe terhadap intensitas nyeri haid pada Mahasiswa semester 7 stikes Aisyiyah Yogyakarta “ didapatkan hasil dari 20 responden

yang mengkonsumsi rebusan jahe terdapat lebih dari sebagian responden yang mengalami nyeri haid ringan. Hal ini menunjukkan bahwa siswi yang mengkonsumsi air rebusan jahe cenderung mengalami nyeri haid ringan. Sehingga dapat ditarik kesimpulan bahwa ada pengaruh minuman jahe terhadap penurunan desminorea.

Penelitian Noravita (2016) tentang Pengaruh Pemberian Jus Wortel Terhadap Penurunan Tingkat Dismenorea Primer Pada Mahasiswi DIV Bidan Pendidik Semester IV Di Universitas Aisyiyah Yogyakarta menunjukkan terdapat penurunan tingkat dismenore primer pada kelompok eksperimen ($P=0.000<0.05$, $\alpha=0,05$) maupun kelompok control ($P=0.031<0.05$, $\alpha=0,05$) dengan hasil kelompok eksperimen terjadi penurunan lebih signifikan dibandingkan kelompok control.

Jus wortel memiliki kandungan vitamin E dan betakarotein pada wortel mampu menggeblok prostaglandin yaitu hormon yang mempengaruhi desminorea atau nyeri. Wortel merupakan salah satu sayuran yang memiliki banyak kegunaan misalnya sebagai bahan sayur sop atau dijadikan campuran makanan. Selain rasanya yang enak, wortel juga dipercaya oleh masyarakat sebagai sayuran yang memiliki banyak vitamin yang harga terjangkau (Heming, 2007).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti Noravita pada bulan November 2016 dari 132 mahasiswa Universitas Aisyiyah DIV bidan pendidik semester IV, 42 (31,82%) orang mengalami dismenorea tiap bulan, 66 (50%) orang yang belum tentu mengalami dismenorea tiap bulan, dan 24 (18,18%) orang tidak pernah mengalami dismenorea tiap bulannya.

Mahasiswi kebidanan yang memiliki pengetahuan dasar yang cukup tentang kesehatan khususnya menstruasi, kenyataannya masih banyak yang mengalami dismenorea.

Survei awal yang penulis lakukan pada siswi kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung pada tanggal 8 November 2018 dengan metode wawancara terhadap 144 siswi didapatkan hasil bahwa, 42 siswi mengalami nyeri haid ringan, 6 siswi mengalami nyeri haid sedang. Sedangkan hasil survey yang dilakukan di SMP Negeri 20 Bandar Lampung kasus dismenorea mencapai 29 siswi dari 129 siswi yang mengalami haid.

Oleh karena itu mahasiswi tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Konsumsi Minuman Jahe (*Zingiber officinale*) Dan Jus Wortel (*Daucus carota*) Terhadap Penurunan Disminorhea pada remaja putri di kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang masalah, bahwa di kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung terdapat 144 Remaja Putri pada tahun 2018 dan sebanyak 42 (29,2%) remaja putri mengalami desminorea. Maka, Peneliti membuat rumusan permasalahan yaitu: “Manakah yang lebih efektif konsumsi minuman jahe (*Zingiber officinale*) dan jus wortel (*Daucus carota*) terhadap penurunan desminorea pada remaja putri di kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui efektivitas konsumsi minuman jahe (*Zingiber officinale*) dan jus wortel (*Daucus carota*) terhadap penurunan desminorea pada remaja putri di kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung.

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui rata-rata skala nyeri desminorea pada remaja putri sebelum mengkonsumsi minuman jahe(*Zingiber officinale*) di kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung.

b. Diketahui rata-rata skala nyeri desminorea pada remaja putri sebelum mengkonsumsi jus wortel(*Daucus carota*) di kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung.

c. Diketahui rata-rata skala nyeri desminorea pada remaja putri setelah mengkonsumsi minuman jahe(*Zingiber officinale*) di kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung.

d. Diketahui rata-rata skala nyeri desminorea pada remaja putri setelah mengkonsumsi jus wortel(*Daucus carota*) di kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung.

e. Diketahui efektivitas konsumsi air rebusan jahe (*Zingiber officinale*) dan jus wortel (*Daucus carota*) terhadap penurunan desminorea pada remaja putri sebelum dan sesudah diberikan minuman jahe dan jus wortel di kelas IX SMP Negeri 31 Bandar Lampung (p value 0,005).

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini menjadi salah satu sumber informasi dan bahan masukan bagi para remaja putri agar lebih mengetahui tentang dismenorea sehingga angka kejadian dismenorea dapat dikurangi dan dapat mengurangi rasa nyeri saat haid.

2. Manfaat aplikatif

a. Bagi SMP Negeri 31 Bandar Lampung

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi yang bermanfaat guna mengatasi nyeri saat haid (dismenorea) sehingga dapat memanfaatkan minuman jahe (*Zingiber officinale*) dan jus wortel (*Daucus carota*) sebagai upaya untuk mengurangi keluhan dismenorea.

b. Bagi Jurusan Kebidanan Tanjung Karang

Diharapkan penelitian ini nantinya bisa menjadi salah satu bahan untuk menambah referensi dalam bidang kesehatan reproduksi wanita.

c. Bagi Peneliti 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 analitik eksperimen dengan rancangan quasi eksperimen (*pretest-posttest with control group design*), dengan topik penelitiannya adalah perbedaan efektivitas konsumsi minuman jahe (*Zingiber officinale*) dan jus wortel (*Daucus carota*) terhadap penurunan dismenorea

pada remaja putri, variabel independen dalam penelitian ini adalah konsumsi minuman jahe (*Zingiber officinale*) dan jus wortel (*Daucus carota*), variabel dependen dalam penelitian ini adalah penurunan dismenorea. Penelitian akan dilaksanakan di SMP Negeri 31 Bandar Lampung pada bulan Desember 2018. Sampel penelitiannya adalah siswi yang mengalami dismenorea sejumlah 32 orang.