

# BAB I PENDAHULUAN

## A. Latar Belakang

*Dismenorea* atau yang biasa dikenal dengan Nyeri perut pada saat menstruasi, dengan sensasi kram perut yang sangat menyakitkan biasanya dialami oleh wanita beberapa hari sebelum menstruasi atau pada saat keluarnya darah haid di hari pertama menstruasi, rasa nyeri yang dialami wanita terkadang membuat mereka tidak dapat beraktifitas seperti biasa, dan dibarengi dengan rasa lemas, mual, muntah, sakit kepala hingga ada yang mengalami pingsan, hal tersebut menyebabkan wanita dengan mudahnya untuk pergi berobat kedokter ataupun meminum obat yang mereka cari melalui laman internet, biasanya nyeri haid dirasakan pada perut bagian bawah, lalu terkadang menyebar pada bagian pinggang, karakter pada sifat nyeri yang dirasakan ialah nyeri kejang dan berjangkit-jangkit, (Mulyati, dkk (2022).

Hampir seluruh perempuan mengalami nyeri *dismenorea* / nyeri haid, *rasa* tidak nyaman atau sakit pada perut bagian bawah sebelum atau dan saat haid sering kali rasa mual yang bersamaan yang dialami wanita memaksa mereka untuk istirahat dirumah, dan meninggalkan kegiatan seperti bersekolah, pekerjaan maupun kesibukan lainnya yang sedang mereka jalani, hal ini juga Sering kali mengakibatkan mereka tidak dapat fokus dan tidak bisa berkonsentrasi dalam menyerap ilmu saat belajar didalam dikelas, maupun mengerjakan pekerjaan dikantor menjadi sangat terganggu, Hal ini biasanya dirasakan wanita terjadi selama beberapa jam atau beberapa hari (Firnindi, Ridwan M, 2021) .

Menurut Saputra (2020) Masa remaja adalah masa perubahan atau transisi anak-anak menuju ke dewasa, Pubertas adalah ciri yang paling khas Perubahan fisik yang terjadi pada remaja saat pubertas juga dibarengi dengan perkembangan emosi dan psikis. Pada remaja perempuan, perubahan fisik termasuk perubahan organ reproduksi, yang ditandai dengan permulaan menstruasi. Usia normal perempuan mengalami menstruasi pertama kali adalah dua belas tahun atau tiga belas tahun, tetapi ada juga remaja perempuan yang

mengalami menstruasi lebih awal atau lebih lambat hingga usia 18 tahun, keadaan ini tergantung pada fisik individu masing-masing..

Menurut data (WHO) atau *World Health Organization* pada tahun 2020 di dapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami nyeri haid atau *dismenorea*, 10-15% diantaranya mengalami *dismenorea* berat. Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan diberbagai negara dengan hasil yang mencengangkan, dimana kejadian dismenore primer disetiap negara dilaporkan lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami *Dismenorea*. Di Amerika Serikat, *dismenore* diakui sebagai penyebab paling sering ketidakhadiran di sekolah yang dialami remaja putri. Selain itu, juga dilakukansurvey pada 113 wanita Amerika Serikat dan dinyatakan prevalensi sebanyak 29- 44%, paling banyak pada usia 18-45 tahun (Tiara, Supriadi 2022).

Menurut data Kemenkes RI (2019) di negara Indonesia, terdapat angka Di antara kasus dismenorhea 64,25 persen, 54,89 persen adalah dismenorhea primer, dan 9,36 persen adalah dismenorhea sekunder. Gejala dismenorhea primer biasanya muncul pada wanita usia produktif yang belum pernah hamil atau menikah. Berdasarkan data Profil Kesehatan Lampung, (2017) didapatkan Angka kejadian *dismenorea* cukup tinggi yaitu angka kejadian sebanyak 54,9% Wanita mengalami *dismenorea*. Angka kejadian *dismenorea* primer diperkirakan 1,2% sampai 1,35% dari jumlah penderita yang memeriksakan dirinya ke fasilitas Kesehatan, dalam (Nowo Sri, Amalia rizki, 2021).

Faktor Penyebab terjadinya *dismenorea* yaitu, mengalami menstruasi/ haid terlalu dini atau dibawah 12 tahun, mengalami stress yang dapat memicu hipotalamus memberikan respon sekresi pada CFR (Corticotropin Releasing Factor) mengaktifkan korteks, adrenal. Jarak atau periode menstruasi yang lama mendukung terjadinya *dismenorea* dikarenakan semakin lama jarak menstruasi akan semakin lebih sering uterus akan berkontraksi yang mengakibatkan akan banyak juga Prostaglandin yang keluar, Nulliparity atau belum pernah melahirkan, menyebabkan leher Rahim melebar dan terjadilah sensasi nyeri, Kegemukan atau obesitas dan mengkonsumsi alkohol. Beberapa faktor tersebut menjadi sebab peningkatan kadar Prostaglandin yang akan menyebabkan rasa Nyeri pada saat sedang menstruasi yang biasanya terjadi pada bagian bawah

perut dan menjalar pada bagian punggung bawah, panggul, pinggang, paha bagian atas, hingga ke betis, (Dwi Anggun,dkk,2022)

Menurut Junizar & Sulianingsih, (2001) Dysmenorhea dapat diatasi melalui terapi farmakologi (obat anti nyeri) dan non farmakologi, seperti teknik relaksasi dengan kompres hangat, minum air jahe, dan mengonsumsi jus wortel. *Daucus Carota*, atau Wortel Latin, adalah salah satu sayuran yang paling bermanfaat. Glukosa, betakarotin, pektin, asparagin, serat, lemak, hidrat arang, kalsium, fosfor, besi, sodium, asam amino, minyak esensial, dan betakarotin. Wortel juga banyak mengandung vitamin A, B, C, D, E, dan K. Vitamin E memiliki kemampuan untuk membantu menghentikan pembentukan prostaglandin. Salah satu hormon yang mempengaruhi terjadinya dysmenorhea adalah hormon prostaglandin. Prostaglandin yang berperan disini yaitu E2 (PGE2) dan F2n (PGF2n), selain itu wortel mudah dicari dan ditemukan dipasar maupun tempat belanja sayur mayur memudahkan penderita *dismenorea* mencari sayuran tersebut.

Hasil penelitian Silvi,dkk (2021) Pada siswa kelas XI SMA Negeri 3 Tasikmalaya, tingkat nyeri dysmenorrhea primer sebelum pemberian jus wortel sebagian besar termasuk kategori nyeri sedang (53,3%), sedangkan tingkat nyeri *dysmenorrhea primer* setelah pemberian jus wortel sebagian besar termasuk kategori nyeri ringan (80,0%). Dengan  $p$ value sebesar 0,000 kurang dari  $\alpha$  (0,05), terbukti bahwa pemberian jus wortel berdampak pada tingkat nyeri dysmenorrhea primer pada siswa kelas XI SMA Negeri 3 Tasikmalaya.

Hasil penelitian Mutiara, dkk (2021) menunjukkan bahwa dari lima belas responden, variabel skala nyeri dismenorea sebelum diberi jus wortel memiliki nilai rata-rata 5,00 dan nilai rata-rata setelah diberi jus wortel sebesar 2,54. Terdapat perbedaan 2.46 antara nyeri dismenorea sebelum dan sesudah diberikan. Jumlah nyeri dismenorea remaja perempuan sebelum dan sesudah pemberian jus wortel sangat berbeda. Pengaruh jus wortel terhadap penurunan nyeri haid (*Desminorea*) pada remaja putri di SMAN 2 Bangkinang Kota pada tahun 2021.

Pengobatan Non Farmakologi kedua adalah Teh *Chamomile* adalah salah satu tumbuhan bunga herbal yang dapat digunakan sebagai pengurang

rasa nyeri pada saat menstruasi/ *Dismenorea*, Bunga *Chamomile* mengandung zat yang dapat membantu meningkatkan tingkat hippurate tubuh. Tubuh menggunakan hippurate sebagai anti nyeri alami. Teh *chamomile* meningkatkan kadar glisin, yang membantu meringankan kejang otot dan berfungsi sebagai pereda saraf. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Jenabi, E., dan Ebrahimzadeh, S. (2010), ditemukan bahwa teh *chamomile* dapat membantu mengurangi tingkat rasa nyeri yang disebabkan oleh *dismenorea primer*. Hasilnya menunjukkan bahwa mengonsumsi teh *chamomile* dapat mengurangi tingkat nyeri yang disebabkan oleh *dismenorea primer*.

Hasil penelitian Yuliana Tri Feli,(2022) Pada mahasiswa Prodi Keperawatan Magelang, menyatakan bahwa, setelah dilakukan intervensi, tingkat nyeri *dismenorea primer* telah menurun. Hasilnya menunjukkan bahwa sebelas responden, atau lima puluh persen, termasuk dalam kategori nyeri ringan dan sebelas responden, atau lima puluh persen, termasuk dalam kategori nyeri sedang. Setelah intervensi, 17 responden (77,23%) dan 5 responden (22,73%) termasuk dalam kategori tidak nyeri. Dalam penelitian ini, teh *chamomile* memiliki efek pada penurunan skala nyeri, dengan  $p$ -value 0,000 dan  $p$ -value  $<0,05$ . Hal ini menunjukkan bahwa teh *chamomile* menurunkan nyeri *dismenorea primer*.

Berdasarkan Hasil penelitian sebelumnya oleh Mollabashi et al,(2021), teh *chamomile* sangat efektif dalam mengurangi rasa tidak mood pada saat menstruasi, dikarenakan sedang mengalami menstruasi ( $<0,001$ ). Kandungan zat *flavonoid* adalah salah satu yang sangat penting pada bunga *camomile*. Dapat menjadi peningkat hormon progesteron dan berefek secara langsung pada bagian kelenjar hipofisis, bunga terbukti efektif untuk mengatasi,atau memperbaiki suasana hati atau mood pada saat menstruasi dan juga memiliki efek menenangkan dan anti cemas, *chamomile* juga memiliki senyawa yaitu *camazoline* yang bermanfaat sebagai pemberi efek menghilangkan gejala mood pada saat menstruasi .

Menurut hasil prasurvey pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 10-13 januari 2024 pada pondok Roudlatul Qur'an Kota Metro sebesar 77,5% dari 80 siswi remaja putri kelas X terdapat 63 siswi putri yang mengalami *dismenorea* , sedangkan pada SMA N 3 Metro sebesar 54,2% dari

70 siswi remaja putri yang mengalami *dismenorea* kelas X Sebanyak 38 siswi. Berdasarkan hasil survey pendahuluan, persentase angka *dismenorea* pada siswi putri pada SMA N 3 Metro lebih rendah yaitu hanya 54,2% dibandingkan dengan siswi putri di Pondok Pesantren Roudlatul Qur'an Kota Metro Yaitu Sebanyak 77,5%, dari hasil wawancara yang dilakukan terhadap bidan yang berjaga di Puskesmas Pesantren diketahui bahwa siswi belum pernah meminum jus wortel maupun the chamomile sebagai penanganan nyeri *dismenorea*.

Melihat fenomena yang terjadi, peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Efektifitas Antara Pemberian Jus Wortel Dengan Teh *Chamomile* Terhadap Nyeri *Dismenorea* Primer Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Roudlatul Qur'an Kota Metro ”

## **B. Rumusan Masalah**

*Dismenorea* atau biasa dikenal dengan Nyeri perut pada saat menstruasi, biasanya dialami oleh wanita beberapa hari sebelum menstruasi atau pada saat keluarnya darah haid di hari pertama menstruasi, rasa nyeri yang dialami wanita terkadang membuat mereka tidak dapat beraktifitas, seperti biasa tubuhnya dibarengi dengan lemas, mual, muntah hingga ada yang mengalami pingsan hal tersebut menyebabkan wanita dengan mudahnya untuk pergi berobat kedokter ataupun meminum obat yang mereka cari melalui laman internet, biasanya nyeri haid dirasakan pada perut bagian bawah, lalu terkadang menyebar pada bagian pinggang, karakteristik sifat nyeri yang dirasakan ialah nyeri kejang dan berjangkit-jangkit. Berdasarkan melihat hasil penelitian sebelumnya maka rumusan penelitian ini adalah “Apakah ada perbedaan efektivitas antara pemberian Jus Wortel dengan Teh *Chamomile* terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di Pondok Pesantren Roudlatul Qur'an Kota Metro”?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui adanya Efektifitas Pemberian Jus Wortel dan Teh *Camomile* Terhadap Nyeri *Dismenorea* Primer Di Pondok Pesantren Rodhatul Qur'an Kota Metro.

## 2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui rata-rata intensitas nyeri *dismenorea primer* sebelum dan sesudah diberikan Jus Wortel.
- b. Untuk mengetahui rata-rata intensitas nyeri *dismenorea primer* sebelum dan sesudah diberikan Teh *Chamomile*.
- c. Untuk mengetahui perbedaan efektifitas antara pemberian Jus Wortel dengan Teh *Chamomile* terhadap nyeri *dismenorea primer*

## D. Manfaat Penelitian

### 1. Manfaat Teoritis

Secara Teoritis dengan adanya penelitian ini, diharapkan akan terbuka peluang untuk mengembangkan metode-metode baru dalam penanganan nyeri *dismenorea primer*. Selain itu, penelitian ini juga dapat menjadi landasan untuk penyusunan pedoman-pedoman praktis dalam menangani kasus nyeri haid pada Remaja Putri, sehingga dapat memberikan dampak positif bagi kesehatan reproduksi mereka.

### 2. Manfaat Praktik

Secara Praktik penelitian ini juga dapat menjadi acuan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan layanan yang lebih baik kepada pasien yang mengalami *dismenorea*. Dengan adanya informasi yang diperoleh dari penelitian ini, diharapkan para tenaga kesehatan dapat memberikan pengobatan non farmakologi secara lebih efektif dan tepat sasaran, sehingga dapat mengurangi angka kejadian *dismenorea* di masyarakat.

## E. Ruang Lingkup

Penelitian ini menerapkan metode quasi eksperimen dengan menggunakan pendekatan desain kelompok Pretest-Posttest group design untuk mengevaluasi perbedaan intensitas nyeri *dismenorea primer* di setiap kelompok sebelum dan sesudah pemberian Jus Wortel dan Teh *Chamomile*. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan kedua metode tersebut dalam upaya menurunkan derajat nyeri *dismenorea*. Variabel penelitian terdiri dari variabel independen yaitu Jus Wortel dan Teh *Chamomile*, serta variabel dependen yaitu

*dismenorea*. teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah teknik *purposive sampling* yaitu cara pengambilan sampel yang didasarkan pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri. Populasi pada penelitian ini semua remaja putri kelas X di Pondok Pesantren Roudlatul Qur'an Kota Metro yang mengalami nyeri *dismenorea* primer. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan April-Mei tahun 2024. Subjek Penelitian ini adalah siswi remaja putri Pondok Pesantren Roudlatul Qur'an Kota Metro, dan objek penelitian ini adalah *dismenorea*. Kebaharuan dalam penelitian ini dengan penelitian sebelumnya adalah pada penelitian ini membandingkan dua intervensi atau melakukan dua perlakuan yang berbeda untuk mengurangi nyeri *dismenorea*, sedangkan penelitian sebelumnya hanya melakukan intervensi untuk mengurangi nyeri *dismenorea*.