BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenore adalah permasalahan ginekologi yang menemui sakit yang mengakibatkan rasa sakit yang memberentang saat menstruasi, semacam kram yang dirasai di perut bagian bawah. Rasa kram ini berulang kali disertai dengan nyeri punggung bawah, mual muntah, sakit kepala, serta diare. Sebutan dismenore akan tetapi dipakai saat nyeri begitu parah itulah sebabnya mengharuskan penderitanya untuk beristirahat serta meninggalkan aktivitasnya selama beberapa jam maupun bahkan beberapa hari (Muchlishatun Ummiyati, 2023).

Penyebab utama dari dysmenorrhea meliputi faktor psikologis, anemia, tuberkulosis, kelelahan, obstruksi pada sistem reproduksi, dan faktor hormon endoktrin (Khamidah Achyar & Isnaeni Rofiqoch, 2020). Kondisi ini tidak disebabkan oleh masalah pada organ reproduksi. Keadaan ini umumnya disebabkan peningkatan dari hormon prostaglandin, yang diproduksi pada lapisan dari rahim. Peningkatan prostaglandin memicu kontraksi dari uterus atau rahim. Secara alami, rahim cenderung memiliki kontraksi lebih kuat semasa haid. Kontraksi rahim ini dapat menimbulkan keluhan nyeri. Selain itu, kontraksi rahim yang terlalu kuat dapat menekan pembuluh darah sekitar dan menyebabkan kurangnya aliran darah ke jaringan otot dari rahim. Jika jaringan otot ini mengalami kekurangan oksigen akibat kekurangan suplai darah, keluhan nyeri dapat timbul (*Medicine, 2022)*.

Dismenore sangat berdampak pada remaja putri, hal ini menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja yang mengalami dismenorea akan membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktivitas belajar. Remaja yang mengalami nyeri haid lebih nyaman untuk istirahat dirumah yang mengakibatkan mereka absen sekolah. Selain itu juga dampak dari dismenorea lainnya adalah kualitas hidup menurun, seorang remaja yang mengalami nyeri haid akan sulit berkonsentrasi pada saat proses belajar mengajar serta motivasi belajar akan menurun. Situasi ini tidak hanya memiliki dampak signifikan terhadap kualitas hidup dan pribadi kesehatan tetapi juga akan berdampak pada perekomonomian karena dengan adanya dismenorea bisa membuat wanita absen bekerja jika itu dilakukan berulang-ulang maka akan berdampak pada kondisi perekonomian

Menurut *World Health Organization* didapatkan bahwa kejadian Wanita yang mengalami dismenore berat sebesar 1.769.425 jiwa (90%),10-15% diantaranya mengalami dismenore ringan. Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan di berbagai Negara dan hasil mencengangkan ,dimana kejadian Dismenore disetiap Negara dilaporkan lebih 50%. Angka kejadian dismenore wanita mengalami dismenore, sebanyak 62.3%, di Amerika Serikat,

menurut Klien dan Litt melaporkan prevalensi dismenore mencapai 59.7%, sedangkan di Swedia sekitar 72% (Munir et al., 2024).

Di Indonesia, terdapat 107.673 orang (64,25%) perempuan, terdiri dari 59.671 (54,89%) Dismenore dan 9.496 orang (9,36%) dismenore sekunder (Zshasa *et al*.,2019) angka kejadian dismenore mencapai 64,25%. Dari angka tersebut, Dismenore mencapai 54,89%, sementara dismenore sekunder mencapai 9,36% (Devita *et al*.,2022) Menurut data badan pusat statistik Provinsi Gorontalo Jumlah Penduduk menurut kelompok umur yang berjenis kelamin perempuan pada tahun 2020 kelompok umur 10-14 berjumlah 51.281, kelompok umur 15-19 berjumlah 51.985 dan kelompok umur 20-24 berjumlah 52.236. sedangkan pada tahun 2021 kelompok umur 10-14 berjumlah 50.142, kelompok umur 15-19 berjumlah 51.910 dan kelompok umur 20-24 berjumlah 52.020 (Bps Provinsi Gorontalo, 2022) Menurut data badan pusat statistik Kabupaten Gorontalo Jumlah Penduduk menurut kelompok umur yang berjenis kelamin perempuan pada tahun 2023 kelompok umur 10-14 berjumlah 17.050, kelompok umur 15-19 berjumlah 17.097 dan kelompok umur 20-24 berjumlah 20.117. (Bps Kabupaten Gorontalo, 2024)

Nyeri yang terjadi saat menstruasi bisa saja merupakan gejala endometriosis, PID, kista, mioma uteri atau penyakit dismenorea sekunder lainnya (Hidayati, 2020). Hampir seluruh perempuan pasti pernah merasakan nyeri haid dengan tingkatan yang berbeda mulai dari sekedar pegal di pinggul dari sisi dalam rasa nyeri yang luar biasa sakitnya. Umumnya nyeri yang biasa terjadi terasa dibawah perut itu terjadi pada hari pertama dan kedua menstruasi. Rasa nyeri akan berkurang setelah keluar darah yang cukup banyak (Proverawati *et al*.,2019)

Sama halnya dengan status gizi kurang maupun lebih, kondisi stres juga akan mempengaruhi kerja hipotalamus dan memperngaruhi hormon reproduksi dan siklus haid. Siklus menstruasi normal yang dialami setiap orang berlangsung selama 21-35 hari (Nelwan 2019).

Nyeri haid (dismenorea) adalah hal umum, hasil studi meta-analisis penelitian terkait menunjukkan bahwa dismenorea mempengaruhi sekitar tiga perempat dari semua wanita muda usia kurang dari 25 tahun di seluruh dunia (Dewi et al., 2023).

Penanganan nyeri haid dapat diatasi secara farmakologi maupun non farmakologi, penanganan secara farmakologi yaitu obat-obat antiperadangan termasuk aspirin dan formula-formula ibuprofen. Penanganan secara non farmakologi yaitu dengan kompres hangat, pijat, yoga, hipnoterapi, relaksasi dan menggunakan tanaman herbal (Munthe *et al*.,2021). Salah satu terapi non farmakologi untuk mengatasi nyeri haid yaitu dengan menggunakan tanaman tradisional atau tanaman herbal salah satunya jahe (zingiber officinale) yang bagian rimpangnya

berfungsi sebagai analgesik, antipiretik, dan anti inflamasi. Jahe juga merupakan tanaman yang mudah didapat, murah dan terjangkau. Di Indonesia ada tiga jenis jahe, yaitu jahe gajah atau jahe putih (Zingiber officinale var. Roscoe), jahe putih kecil atau jahe emprit (Zingiber officinale var. Amarum), dan jahe merah atau jahe sunti (Zingiber officinale var. Rubrum) (Redi Aryanta, 2019).

Jahe (*Zingiber officinale*) telah dikenal luas sebagai tanaman herbal yang memiliki beragam manfaat kesehatan. Kandungan senyawa aktif dalam jahe, seperti gingerol dan zingiberene, memiliki sifat antioksidan dan anti inflamasi yang dapat mendukung sistem kekebalan tubuh dan mengurangi risiko penyakit. Berdasarkan berbagai studi, ekstrak jahe merah diidentifikasi mengandung beberapa senyawa fitokimia yaitu senyawa fenolik dan terpena. Senyawa fenolik yang terkandung terdiri dari gingerol, shogaol, zingerone dan paradol yang dapat mengakibatkan berbagai aktivitas farmakologis pada jahe merah *(Sholikhati,* Farikhah*, 2021)*. Beberapa aktivitas farmakologis pada jahe merah yang diidentifikasi yaitu antioksidan, antiinflamantori, antimikroba, dan antikanker. Sebagai tambahan, studi lain menunjukkan bahwa jahe memiliki potensi untuk mencegah beberapa penyakit, seperti penyakit neurodegeneratif, kardiovaskular, obesitas, diabetes melitus, mual dan muntah akibat kemoterapi, peradangan sendi dan gangguan pernafasan (Mao et al., 2019).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Zahra Aprianti *et al*.,2024) dimana adanya pengaruh kompres jahe merah terhadap tingkat nyeri haid pada remaja. Berdasarkan hasil uji statistik dengan menggunakan Paired T-Test menunjukkan adanya perbedaan yang menonjol antara sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe merah pada remaja di MTs Tanwiriyyah cianjur dengan hasil p value 0,001 atau p < 0,05. Penelitian ini didukung oleh (Dosmaria Sihotang et al., 2024) Hasil Penelitian ini didapatkan skala nyeri sebelum dilakukan kompres hangat jahe merah rata-rata 5.00, dan sesudah diberikan rata-rata 3.20, dengan selisih 1.80. Adanya pengaruh efektivitas kompres hangat jahe merah terhadap penurunan skala nyeri arthritis gout pada lansia di Wilayah Kerja Puskesmas Putri Ayu Kota Jambi dengan p-value 0,001.

Penelitian (Murni *et al*.,2024) mendapatkan hasil Terdapat Pengaruh Kompres Hangat Jahe (*Zingiber Officinale*) terhadap penurunan skala nyeri pada pasien low back pain di Rumah Sakit Bakti Timah Karimun. Penelitian ini didukung oleh (Kasi *et al*.,2023) Hasil penelitian adalah mengetahuinya pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri haid (*dismenorea*) pada mahasiswi Institut Citra Internasional S1 Keperawatan. Hasil uji statistik didapatkan nilai p (0,000) < α (0,05) sehingga dapat ditarik kesimpulan ada pengaruh kompres hangat jahe merah terhadap penurunan nyeri haid (*dismenorhea*).

Pengambilan data awal yang dilakukan di SMP Negeri 2 Batudaa Pantai didapatkan jumlah keseluruhan siswa yaitu 136 orang dimana 68 siswi yang tercatat aktif. Survey awal yang dilakukan dengan cara wawancara secara langsung kepada 10 orang siswi yang pernah mengalami dismenore, 2 orang siswi mengatakan mengatasi nyeri dengan cara minum obat anti nyeri yang disediakan di UKS, 4 orang siswi mengatasi nyeri haid dengan cara beristirahat di UKS, dan 4 orang siswi mengatasi nyeri haid dengan cara mengolesi perut bagian bawah dengan minyak kayu putih.

Berdasarkan hal tersebut, diketahui bahwa siswi yang mengalami nyeri adalah siswi yang kurang pengetahuan dalam mengatasi nyeri dengan Teknik non-farmakologi, oleh karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian dengan mengangkat judul "Pengaruh pemberian kompres rebusan jahe terhadap nyeri haid (Dismenore) di SMP Negeri 2 Batudaa Pantai".

1.2 Identifikasi Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka dapat diidentifikasi masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Menurut *World Health Organization* didapatkan bahwa kejadian Wanita yang mengalami dismenore berat sebesar 1.769.425 jiwa (90%),10-15% diantaranya mengalami dismenore ringan.
2. Di Indonesia, terdapat 107.673 orang (64,25%) perempuan, terdiri dari 59.671 (54,89%) Dismenore dan 9.496 orang (9,36%) dismenore sekunder.
3. 2 orang siswi mengatakan mengatasi nyeri dengan cara minum obat anti nyeri yang disediakan di UKS, 4 orang siswi mengatasi nyeri haid dengan cara beristirahat di UKS, dan 4 orang siswi mengatasi nyeri haid dengan cara mengolesi perut bagian bawah dengan minyak kayu putih.
4. Kurangnya pemahaman atau pengetahuan siswi mengenai cara menghilangkan/mengurangi nyeri haid dengan cara non farmalogi.

1.3 Pembatasan Masalah

Beberapa batasan masalah dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Ruang lingkup hanya meliputi kompres rebusan jahe.
2. Kompres rebusan jahe yang disajikan yaitu: perlakuan terhadap penderita nyeri haid untuk mengurangi nyeri yang dialami.

1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian adalah apakah ada pengaruh pemberian kompres rebusan jahe terhadap nyeri haid (Dismenore) di SMP Negeri 2 Batudaa Pantai?.

1.5 Kegunaan Hasil Penelitian

Penelitian ini memiliki dua manfaat, yaitu manfaat teoritis dan manfaat praktis.

1.5.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan memberikan manfaat untuk pengembangan teori SDM, khususnya dalam pemberian kompres rebusan jahe terhadap penurunan nyeri haid serta memberikan landasan bagi para peneliti lain dalam melakukan penelitian lain yang sejenis dalam rangka meningkatkan kemampuan memecahkan masalah nyeri haid.

1.5.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja Putri

   Sebagai sumber informasi Kesehatan untuk menambah wawasan dan pengetahuan remaja putri dalam penggunaan terapi non farmakologi untuk menurunkan nyeri haid.

2. Bagi Peneliti

   Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pengetahuan dimana memberi informasi pengetahun baru serta penelitian ini dapat membantu peneliti untuk mengetahui apa yang akan dihadapi dalam proses penelitian.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat dan sumbangan pemikiran serta dapat menjadi bahan acuan khususnya bagi mahasiswa kebidanan untuk dikembangkan pada penelitian yang akan dilakukan terutama dalam mengatasi penurunan nyeri haid pada remaja putri.

4. Bagi Puskesmas

   Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk mengembangkan metode dan edukasi mengenai terapi non farmakologi untuk menurunkan nyeri haid.

1.6 Tujuan Penelitian

1.6.1 Tujuan Umum

Diketahuinya pengaruh pemberian kompres rebusan jahe terhadap nyeri haid (*Dismenore*) di SMP Negeri 2 Batudaa Pantai.

1.6.2 Tujuan Khusus

1. Teridentifikasinya nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 2 Batudaa Pantai sebelum diberikan kompres rebusan jahe.
2. Teridentifikasinya nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 2 Batudaa Pantai setelah diberikan kompres rebusan jahe.
3. Teranalisisnya pengaruh pemberian kompres rebusan jahe terhadap penurunan nyeri haid pada remaja putri di SMP Negeri 2 Batudaa Pantai.