BAB I
PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dismenorea merupakan gejala yang paling sering dikeluhkan oleh wanita usia reproduktif. Dismenorea merupakan masalah yang terkait dengan menstruasi, yaitu nyeri singkat sebelum atau selama menstruasi. Nyeri dimulai beberapa jam sebelum atau bersamaan dengan menstruasi dan berlangsung selama 48 sampai 72 jam. Nyeri haid pada remaja putri dapat menggangu konsentrasi belajar maupun terganggunya aktivitas sehari-hari sehingga dibutuhkan penanganan nyeri yang tepat. Salah satu pengobatan non farmakologis untuk dismenorea adalah pemberian aromaterapi lavender (Septiwiyarsi *et al.,* 2024).

Masa remaja merupakan masa transisi yang ditandai dengan adanya perubahan emosi, fisik dan psikis. Masa remaja antara usia 10-19 tahun adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia yang disebut masa pubertas, salah satu ciri dari tanda pubertas seorang perempuan yaitu terjadinya menstruasi pertama (menarche). Menstruasi atau haid adalah perdarahan vagina secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus. Pada masa pubertas seringkali terdapat masalah yang dihadapi oleh remaja saat menstruasi, salah satu gangguan yang paling sering terjadi saat menstruasi adalah dismenorea atau nyeri haid (Cut *et al.*, 2021).

Menurut *world health organization* (WHO) tahun 2023, Angka kejadian dismenorea di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan mengalami dismenorea primer. Prevalensi dismenorea disetiap negara berbeda-beda. Prevalensi di Amerika Serikat kurang lebih sekitar 85%, di Italia sebesar 84,1% dan di Australia sebesar 80%. Prevalensi rata-rata di Asia kurang lebih sekitar 84,2% dengan spesifikasi 68,7% terjadi di Asia Timur laut, 74,8% di Asia Timur Tengah, dan 54,0% di Asia Barat laut. Prevalensi di negara-negara Asia Tenggara juga berbeda, angka kejadian di Malaysia mencapai 69,4%, Thailand 84,2% dan di Indonesia angka kejadian dismenorea 64,25% terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder (Munir *et al.,* 2024). Data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Prevalensi dismenore mencapai 64.25% yang terdiri dari dismenore primer 54,89% dan 9,36 dismenore sekunder, Tahun 2019 menyebutkan bahwa data remaja berjumlah 64,1%, sedangkan pada tahun 2020 kejadian dismenore atau nyeri haid (*dismenore*) berjumlah 64,3% (Riskesdas, 2018).

Data dari Badan Pusat Statistik (BPS) Provinsi Gorontalo, jumlah penduduk perempuan sesuai kelompok umur 10 sampai 14 tahun pada tahun 2020 yaitu berjumlah 51.281 jiwa, dan kelompok umur 15 sampai 19 tahun yaitu berjumlah 51.985 jiwa sedangkan pada tahun 2021 jumlah penduduk perempuan sesuai kelompok umur 10 sampai 14 tahun yaitu berjumlah 50.142 jiwa dan kelompok umur 15 sampai 19 tahun yaitu berjumlah 51.910 jiwa. Data BPS Kabupaten Gorontalo jumlah penduduk menurut kelompok umur yang berjenis kelamin perempuan pada tahun 2023 kelompok umur 10 sampai 14 tahun 17.050 jiwa dan kelompok umur 15 sampai 19 tahun berjumlah 17.097 jiwa.

Salah satu faktor penyebab dismenorea adalah peningkatan produksi hormon prostaglandin. Peningkatan hormon prostaglandin disebabkan oleh menurunnya hormon-hormon estrogen dan progesterone. Peningkatan hormon prostaglandin menyebabkan otot-otot kandungan berkontraksi dan menghasilkan rasa nyeri. Sedangkan, faktor resiko terjadinya dismenorea antara lain faktor psikis, Indeks massa tubuh (IMT), riwayat keluarga, olahraga, usia menarche, siklus menstruasi, merokok dan mengkonsumsi alkohol (Ageng *et al.,* 2023). Dampak yang ditimbulkan bagi wanita pada saat dismenorea yaitu fisik yang lemah, kurang gerak dan stress. Nyeri dirasakan sebelum dan selama menstruasi sering kali muncul mual, pusing dan lemas. Nyeri ini sedemikian hebatnya sehingga memaksa penderita untuk istirahat, sering kali wanita meninggalkan pekerjaanya dan bagi remaja putri banyak yang tidak hadir di sekolah serta tidak mengikuti proses pembelajaran, sehingga aktivitas pembelajaran bisa terganggu konsentrasi bisa menurun bahkan tidak ada, serta materi yang diberikan selama pembelajaran yang berlangsung tidak bisa ditangkap oleh remaja putri yang mengalami dismenorea (Cut *et al.*, 2021).

Program yang telah dilakukan oleh pemerintah dalam menghadapi kesehatan remaja termasuk dismenorea berada dalam Undang-undang nomor 36 tahun 2009 tentang kesehatan, pada bagian keenam pasal 71 sampai dengan pasal 77 membahas tentang kesehatan reproduksi. Pasal 71 tentang kesehatan menyatakan bahwa kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental, dan sosial secara utuh sedangkan pasal 77 ayat 3 menyatakan bahwa penanganan masalah kesehatan reproduksi dilakukan dengan berbagai kegiatan seperti promosi kesehatan *(Promotif*), pencegahan *(Preventif),* pengobatan atau penyembuhan *(Keratif)* serta pemulihan (*Rehabilitatif).* Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) yang berkembang sejak tahun 2003 merupakan salah satu bentuk upaya yang dilakukan sedangkan pada

pelajar Pemerintah mewujudkan kesehatan dengan program Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) (Chikmah *et al.,*2020).

Solusi yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri menstruasi dapat dilakukan dengan dua cara yaitu cara farmakologi dan non farmakologi. Obat farmakologi yang sering digunakan adalah analgesik dan anti inflamasi seperti asam mefinamat, ibuprofen dan lain-lain. Akan tetapi penggunaan obat farmakologi menimbulkan efek samping seperti gangguan lambung dan penurunan pada darah (anemia). Sedangkan terapi non farmakologi salah satunya ialah memberikan aromaterapi mengunakan minyak e*ssensial* untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi, spiritual serta menurunkan nyeri dan kecemasan. Bentuk aromaterapi dikemas dalam berbagai macam jenis yaitu, minyak esensial, garam, sabun mandi, dupa dan lilin. Aromaterapi dapat diberikan secara inhalasi, massage, difusi, kompres maupun perendaman. Aromaterapi yang banyak digemari salah satunya yaitu lavender (Cut *et al.*, 2021).

Aromaterapi lavender merupakan pengobatan alternatif menggunakan wewangian yang berasal dari lavender yang mengandung *linalool* yang memberikan efek relaksasi pada sistem saraf dan otot, sedangkan *linalyl asetat* memiliki efek relaksasi dan obat penenang sehingga dapat digunakan untuk meredakan kram menstruasi (Firdaus & Hermawati, 2020). Aromaterapi lavender memiliki manfaat yang sederhana, mudah digunakan, dan dapat digunakan kembali jika mengalami kram menstruasi. *Linalool* yang berfungsi merelaksasi sistem saraf dan otot yang tegang sehingga mengurangi nyeri haid (Nuraeni & Nurholipah, 2021).

Aromaterapi adalah suatu pengobatan alternatif yang menggunakan bau-bauan atau wangi-wangian yang berasal dari senyawa-senyawa aromatik. Aromaterapi lavender digunakan secara inhalasi yaitu menghirup uap yang dihasilkan oleh aromaterapi tersebut kurang lebih 15-20 menit dapat mengurangi nyeri yang dirasakan, biasanya teknik inhalasi ini akan berpengaruh selama kurang lebih 30 sampai 60 menit. Respon bau yang dihasilkan dari aromaterapi akan merangsang kerja sel neurokimia otak. Oleh karena itu, bau yang menyenangkan akan menstimulasi *thalamus* untuk mengeluarkan *enfekalin* yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami dan menghasilkan perasaan tenang. Lavender memiliki aroma sangat lembut sehingga efektif untuk meredakan sakit kepala, gejala sebelum menstruasi, stress, menurunkan ketegangan, kejang otot, serta dapat membantu menyeimbangkan kesehatan tubuh. Selain itu lavender yang memiliki aroma segar dan wangi memiliki banyak manfaat

seperti untuk kesehatan mental dan efektif untuk meredakan nyeri karena kandungan *linalool* dan *linalyl asetat* yang ada didalamnya (Azzahra *et al*., 2023).

Pada penelitian yang dilakukan oleh (Fikadila *et al.,* 2023), menyatakan bahwa ada pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan tingkat nyeri dismenorea pada siswi kelas XII SMK Kesehatan Mulya Karya Husada Jagakarsa Tahun 2023. Sesuai dengan data yang di dapat sebelum diberikan aromaterapi lavender terdapat 13 responden mengalami nyeri sedang, 2 responden mengalami nyeri ringan, dan 5 responden mengalami nyeri berat. Sesudah diberikan aromaterapi lavender nyeri dismenorea mengalami penurunan yaitu terdapat 14 responden mengalami nyeri ringan, 3 responden mengalami nyeri sedang dan 3 responden tidak mengalami nyeri. Aromaterapi lavender merupakan salah satu cara yang mudah dan sederhana untuk dilakukan remaja putri saat mengatasi nyeri haid.

Data yang diperoleh dari SMA Muhammadiyah Tolangohula jumlah siswi kelas X berjumlah 36 orang, kelas XI berjumlah 30 orang, dan kelas XII berjumlah 28 orang. Semua siswi sudah mengalami menstruasi dan sebagian remaja putri saat mengalami menstruasi mengalami keluhan nyeri haid sehingga dapat menggangu aktivitas belajar. Studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Muhammadiyah Tolangohula dari 10 remaja putri kelas X, yang dilakukan wawancara didapatkan 5 remaja putri mengatasi nyeri haid dengan terapi farmakologi yaitu mengkonsumsi Asam Mefinamat, 2 remaja putri beristirahat saat nyeri berlangsung dan 3 remaja putri hampir setiap bulan tidak masuk sekolah saat menstruasi karena nyeri yang di alaminya. Solusi secara non farmakologi seperti aromaterapi belum banyak digunakan dan diaplikasikan oleh siswa. Hal ini disebabkan karena siswa belum mengetahui tentang manfaat aromaterapi untuk menurunkan nyeri haid.

Berdasarkan latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri kelas X di SMA Muhammadiyah Tolangohula.

1.2 Identifikasi Masalah

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

1. Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2023, Angka kejadian dismenorea di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan mengalami dismenorea primer. Prevalensi dismenorea disetiap negara berbeda-beda dan di Indonesia

angka kejadian dismenorea 64,25% terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder.

2. Data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) Prevalensi dismenore mencapai 64.25% yang terdiri dari dismenore primer 54,89% dan 9,36 dismenore sekunder, Tahun 2019 menyebutkan bahwa data remaja berjumlah 64,1%, sedangkan pada tahun 2020 kejadian dismenore atau nyeri haid (*dismenore*) berjumlah 64,3% (Riskesdas, 2018).
3. Studi pendahuluan yang dilakukan di SMA Muhammadiyah Tolangohula dari 10 remaja putri kelas X, yang dilakukan wawancara didapatkan 5 remaja putri mengatasi nyeri haid dengan terapi farmakologi yaitu mengkonsumsi Asam Mefinamat, 2 remaja putri beristirahat saat nyeri berlangsung dan 3 remaja putri hampir setiap bulan tidak masuk sekolah saat menstruasi karena nyeri yang di alaminya. Solusi secara non farmakologi seperti aromaterapi belum banyak digunakan dan diaplikasikan oleh siswa. Hal ini disebabkan karena siswi belum mengetahui tentang manfaat aromaterapi untuk menurunkan nyeri haid.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat diidentifikasikan rumusan masalah dalam penelitian ini adalah apakah ada pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri kelas X di SMA Muhammadiyah Tolangohula ?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Diketahuinya Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri kelas X di SMA Muhammadiyah Tolangohula.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Diketahuinya penurunan nyeri dismenorea pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah dilakukan pemberian aromaterapi lavender pada remaja putri kelas X di SMA Muhammadiyah Tolangohula.
2. Diketahuinya penurunan nyeri dismenorea pada kelompok kontrol sebelum dan sesudah dilakukan pemberian aromaterapi lavender pada remaja putri kelas X di SMA Muhammadiyah Tolangohula.
3. Diketahuinya pengaruh aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri kelas X di SMA Muhammadiyah Tolangohula.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Memberikan kontribusi terhadap ilmu kebidanan dan menambah data atau berguna bagi pengembangan ilmu dalam mempelajari adanya Pengaruh pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri kelas X di SMA Muhammadiyah Tolangohula.

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 Tenaga Kesehatan

   Sebagai sarana dalam menambah ilmu pengetahuan dan keterampilan dalam metode pendekatan atau edukasi pada remaja putri dengan penerapan pemberian aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri dismenorea.

3. Bagi Peneliti

   Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan wawasan, pengetahuan, dan menambah pengalaman dalam memberikan pelayanan komplementer untuk menurunkan nyeri dismenorea pada remaja putri.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

   Semoga dari hasil penelitian yang saya dapatkan ini, dapat memberikan manfaat khususnya mahasiswa kebidanan dan dikembangkan lagi sehingga penelitian yang saya lakukan menjadi lebih luas dan berguna khususnya bagi remaja putri.