BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja merupakan suatu periode transisi dari anak menuju kedewasa. Menurut Kemenkes RI (2014), yang dikatakan remaja ialah penduduk mulai dari usia 10 hingga 18 tahun. Menurut Gainau (2021), perubahan yang terjadi pada masa remaja diantaranya yaitu perubahan pada perkembangannya mulai dari perkembangan fisik, psikis, maupun psikosial. Adapun perkembangan yang paling awal muncul ialah perkembangan secara fisik atau biologis terutama pada bagian alat reproduksinya, hal ini biasa disebut dengan istilah pubertas. Pada remaja pubertas menandakan sistem reproduksi mengalami kematangan. Salah satu ciri dari pubertas pada remaja putri yaitu ditandai dengan terjadinya menstruasi.

Menstruasi ialah proses alamiah yang dialami oleh setiap wanita, dengan demikian menunjukkan bahwa wanita tersebut hormonnya sudah mulai bekerja. Umumnya menstruasi pertama kali terjadi pada usia 10-15 tahun (Prawirohardjo, 2014). Siklus menstruasi yang normal berlangsung selama 28-35 hari setiap bulannya. Meskipun menstruasi terjadi setiap bulan, namun kebanyakan wanita terutama remaja putri mengalami ketidaknyamanan fisik saat menstruasi berlangsung, yakni nyeri pada bagian perut atau yang disebut dengan nyeri dismenorea (Sari, R. 2021).

Dismenorea adalah nyeri yang terjadi pada bagian perut akibat kram dari uterus dan terjadi selama menstruasi berlangsung. Dismenorea terbagi menjadi 2 yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer ialah nyeri yang terjadi pada bagian perut dimulai sejak *menarche* tanpa adanya

kelainan/patologis. Sedangkan dismenorea sekunder yaitu nyeri atau kram yang biasa terjadi setelah *menarche* akibat adanya kelainan/kondisi patologis seperti adanya endometrium (Sinaga, 2017).

Prevalensi dismenorea di Indonesia sangat tinggi yaitu sekitar 64,25% yang banyak ditemukan pada usia remaja (Silaen, R.M.A dkk, 2021). Di Jawa Timur remaja putri yang mengalami nyeri dismenorea sebanyak 4.653 jiwa. Prevalensi untuk dismenorea primer ialah 90,25% atau sebanyak 4.297 jiwa, sedangkan untuk dismenorea sekunder 9,75% atau sekitar 365 jiwa (Meinawati, L., dan Nurlia, I. M., 2021).

Dismenorea primer terjadi akibat meningkatnya hormon prostaglandin F_{2α} yang berlebihan pada endometrium, biasanya dapat menimbulkan gejala selama menstruasi berlangsung. Gejala yang dirasakan yaitu timbul nyeri atau kram pada bagian perut bawah atau tengah, bila nyerinya berat bisa menjalar sampai ke pinggul, punggung bawah dan paha bagian dalam. Terkadang selama menstruasi berlangsung disertai juga gejala lain seperti mual, muntah, pusing, hingga diare (Misiani, A., dkk, 2019). Pada setiap wanita intensitas nyeri yang dirasakan berbeda-beda dan biasanya akan mengganggu aktivitas sehari-hari (K, Sukarni I., dan Margareth, 2013).

Dismenorea dapat menimbulkan dampak pada remaja usia sekolah karena akan mengganggu aktivitas selama disekolah. Apabila siswi mengalami nyeri dismenorea, aktivitas belajar mereka di sekolah akan terganggu yang mengakibatkan konsentrasi belajar menurun dan otomatis prestasi akademik juga ikut menurun. Terkadang juga mereka sampai tidak masuk sekolah akibat nyeri berat yang ia rasakan (Azagew et al, 2020). Hal ini yang menjadikan menurunnya

kualitas hidup pada remaja putri. Dampak lain yang dapat terjadi ialah gangguan infertilitas dan gangguan fungsi seksual apabila tidak diatasi, depresi, dan alterasi aktifitas autonomik (Simamora, M. K. dkk., 2023).

Untuk menanggulangi masalah tersebut dapat diatasi dengan terapi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi dengan farmakologis diantaranya dengan memberikan obat anti nyeri seperti obat analgesik dan anti inflamasi agar nyeri yang dirasakan menurun, akan tetapi jika dikonsumsi secara berlebihan dan dalam jangka panjang tentunya akan berdampak buruk bagi kesehatan. Beberapa efek samping yang dirasakan yaitu mual, muntah, alergi, dan lain sebagainya (Setiawati dkk, 2019). Sebagai alternatif lain bisa menggunakan terapi nonfarmakologi diantaranya dengan olahraga, kompres air hangat, terapi musik, relaksasi, konsumsi air yang banyak, menyeimbangi dengan makan-makanan bergizi, serta dengan minuman herbal salah satunya yaitu pemberian jus nanas dan madu (Widowati dkk, 2020).

Dari hasil survey awal yang dilakukan di daerah Glagah Lamongan banyak masyarakat beranggapan bahwa buah nanas tidak baik dikonsumsi saat menstruasi karena akan mengakibatkan kram dan perdarahan menjadi lebih parah, padahal buah nanas memiliki kandungan yang dapat mengurangi nyeri menstruasi asal dikonsumsi dalam batas wajar. Menurut Wulandari, N. A. (2021), buah nanas mengandung enzim *bromelain* dimana enzim ini memiliki efek analgesik untuk mengurangi nyeri dismenorea. *Bromelain* ialah enzim proteolitik yang terdapat dari *Ananans Comosus L* . Menurut R.A Mella Yuria (2022), selain enzim *bromelain*, buah nanas juga mengandung pektin dan vitamin C yang berfungsi menurunkan rasa nyeri, menyembuhkan luka, serta dapat memperlancar peredaran

darah. Mekanisme kerja dari enzim *bromelain* adalah dengan menurunkan kadar bradikinin dan juga menurunkan kadar prekallikrein dalam serum, yang mana jika prekallikrein menurun maka asam arakidonat juga ikut turun dan akan menghambat produksi prostaglandin PGE2.

Madu termasuk dalam bahan herbal untuk menurunkan nyeri dismenore, didalam madu terkandung vitamin E dan flavonoid dimana fungsi dari flavonoid ini untuk merelaksasikan otot perut uterus (Harahap dkk, 2020). Dari hasil penelitian yang dilakukan oleh Simamora, M. K. dkk (2023), salah satu terapi nonfarmakologis untuk menurunkan intensitas nyeri pada dismenorea ialah dengan memberikan jus nenas dan madu pada siswi SMP YP Singosari Deli Tu. Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan jus nenas dan madu pada siswi SMP YP Singosari Deli Tu terdapat pengaruh terhadap penurunan intensitas nyeri haid (dismenore), rata-rata yang sebelumnya diberikan jus nenas dan madu mengalami nyeri berat dan setelah diberikan jus nenas dan madu menjadi nyeri sedang. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian jus nenas dan madu terhadap intensitas nyeri dismenorea.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 13 Oktober 2023 di MTsN 2 Lamongan dengan wawancara langsung kepada 10 orang siswi di kelas IX yang pernah mengalami nyeri dismenore didapatkan hasil 30% siswi mengatasi nyeri dismenore dengan minum obat-obatan, 40% siswi mengatasi dengan beristirahat di UKS, dan 30% siswi dengan dibiarkan saja. Siswi tersebut tidak mengetahui cara mengatasi nyeri dismenore dengan terapi nonfarmakologi. Alasan peneliti memilih sekolah MTsN 2 Lamongan karena memiliki jumlah

siswa terbanyak di Glagah, lebih dekat dengan tempat tinggal, mudah diakses, dan ekonomis, sehingga penelitian dapat dilakukan dengan lancar dan optimal.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul "Efektivitas Pemberian Jus Nanas dan Madu Terhadap Intensitas Nyeri Dismenorea Primer pada Remaja Putri di MTsN 2 Lamongan".

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari latar belakang diatas, maka rumusan masalah penelitian adalah bagaimana efektivitas pemberian jus nanas dan madu dalam menurunkan nyeri dismenorea primer pada remaja putri di MTsN 2 Lamongan?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk menganalisis efektivitas dari pemberian jus nanas dan madu terhadap intensitas nyeri dismenorea primer pada remaja putri di MTsN 2 Lamongan.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi distribusi frekuensi karakteristik responden (usia *menarche*, riwayat keluarga *dismenore*, periode menstruasi) terhadap kejadian dismenorea primer pada remaja putri di MTsN 2 lamongan.
2. Untuk mengidentifikasi rata-rata intensitas nyeri dismenorea primer sebelum dan sesudah pada kelompok eksperimen di MTsN 2 lamongan.
3. Untuk mengidentifikasi rata-rata intensitas nyeri dismenorea primer sebelum dan sesudah pada kelompok kontrol di MTsN 2 lamongan.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Dengan adanya penelitian ini dapat memberikan informasi dan pengetahuan baru bagi peneliti lain bahwasannya jus nanas dan madu dapat menurunkan nyeri dismenorea pada remaja putri serta dapat menjadi bahan acuan untuk peneliti selanjutnya.
2. Diharapkan dengan hasil penelitian ini menjadi bahan pengembangan pengetahuan serta dapat menjadi referensi atau masukan bagi mahasiswa dan juga pengajar mengenai pemanfaatan jus nanas dan madu untuk menurunkan nyeri dismenorea pada asuhan kebidanan pada remaja putri

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Responden

Diharapkan dapat diimplementasikan menjadi salah satu metode terapi nonfarmakologi yaitu dengan pemberian jus nanas dan madu saat terjadi nyeri dismenorea

2. Bagi Lahan Penelitian

Dengan adanya penelitian ini diharapkan petugas UKS dapat mengimplementasikan terapi secara nonfarmakologi yakni dengan cara memberikan jus nanas dan madu sebagai salah satu penanganan nyeri dismenorea primer pada remaja putri.