

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan suatu tahapan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa atau masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan biasanya dimulai pada usia 14 tahun pada pria dan usia 12 tahun pada wanita. Pada masa ini, remaja akan mengalami berbagai ciri-ciri pubertas seperti *menarche*, perubahan psikis, pertumbuhan fisik yang pesat, dan munculnya ciri-ciri seksual sekunder. Masa pubertas pada remaja putri ditandai dengan menstruasi yang merupakan keluarnya darah dari rahim melalui vagina. Proses ini terjadi setiap bulan selama masa subur. (Trisianti dan Setiyaningrum, 2021).

Menstruasi dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi yang didefinisikan sebagai pengeluaran darah, mukus, dan sisa-sisa sel dari mukosa rahim bersamaan dengan pelepasan (deskuamasi) endometrium secara berkala dan siklik (Paspariny, 2017). Remaja putri yang sedang menstruasi dapat mengalami sejumlah masalah salah satunya adalah *dismenore* yang disebabkan oleh peningkatan kadar prostaglandin yang mengakibatkan kontraksi otot rahim yang berlebih dan vasokonstriksi atau penyempitan suplai darah ke endometrium yang menyebabkan nyeri pada perut bagian bawah (Trisianti dan Setiyaningrum, 2021).

Pada tahun 2020, Organisasi Kesehatan Dunia World Health Organization (WHO) melaporkan bahwa 1.769.425 (90%) wanita mengalami

kondisi *dismenore*, dengan 10 hingga 16% dari wanita tersebut mengalami *dismenore* berat, sementara 74 sampai 80% mengalami *dismenore* ringan hingga sedang. Rata-rata lebih dari 50% wanita di seluruh dunia mengalami *dismenore*, yang menunjukkan tingginya insiden penyakit tersebut (Indah dan Susilowati, 2022). Menurut Juwitasari *et al.*, (2020) *dismenore* primer menyumbang 54,89% dari angka kejadian di Indonesia, sedangkan *dismenore* sekunder sebesar 9,36%. Berdasarkan data yang dihimpun di Kota Denpasar, Bali pada tahun 2019, sebesar 74,42% remaja putri dilaporkan mengalami *dismenore* ringan hingga berat (Rebecca Mutia, Ani dan Sucipta, 2019).

Tingginya prevalensi *dismenore* yang terjadi pada remaja kurang mendapat perhatian dari diri sendiri dan masyarakat (Sugiyanto dan Luli, 2020). Remaja putri yang sedang menempuh pendidikan mempunyai kewajiban akademik yang harus diikutinya. Remaja putri yang mengalami *dismenore* saat mengikuti kegiatan pembelajaran, dapat mengalami gangguan dalam kegiatan belajar, tidak bersemangat, menurunnya kemampuan konsentrasi bahkan sulit berkonsentrasi, sehingga materi yang disampaikan selama pembelajaran mungkin tidak dapat diterima dengan baik (Niyati Fitri dan Dwi Ariesthi, 2020). Pada intensitas nyeri sedang hingga nyeri berat, beberapa remaja putri sering tidak bisa mengikuti pembelajaran dan aktivitasnya tidak dilakukan dengan optimal. Hal tersebut dapat berdampak pada kinerja (Karlinda, Oswati Hasanah dan Erwin, 2022).

Penanganan *dismenore* bisa dilakukan dengan terapi farmakologi maupun non farmakologi. Pemberian obat analgetik berfungsi sebagai pereda nyeri yang merupakan langkah farmakologi pertama yang dapat dilakukan.

Jika obat-obatan yang bersifat kimiawi sering dikonsumsi, tubuh dapat mengalami sejumlah dampak buruk, termasuk gangguan pada fungsi organ tubuh (Rismaya, Rosmiyati dan Mariza, 2020). Untuk mencoba menanganinya tanpa menggunakan obat-obatan kimia, terapi non farmakologi dapat diterapkan, salah satunya dengan pemberian air kelapa hijau (Realita, Susilowati dan Komalasari, 2022).

Kelapa merupakan salah satu jenis tumbuhan yang berasal dari anggota tunggal dalam (*cocos*) dan dimanfaatkan hampir seluruh bagiannya oleh manusia sehingga dianggap sebagai tanaman serba guna, khususnya bagi masyarakat pesisir (Wahyuni, 2018). Menurut Dewi, Petasari and Yanniarti, (2023) pemberian air kelapa muda hijau efektif dalam mengurangi *dismenore* pada remaja putri. Air kelapa hijau mengandung kalsium dan magnesium yang dapat mengurangi ketegangan otot dan vitamin C yang merupakan zat-zat alami anti inflamasi yang membantu meringankan rasa sakit akibat kram. Pada penelitian di Akademi Kebidanan Saleha Aceh, menemukan bahwa air kelapa hijau, coklat hitam, dan Ibuprofen diketahui bekerja melalui mekanisme serupa dalam mengurangi intensitas *dismenore*. Air kelapa hijau mengandung magnesium yang dapat membantu mengurangi ketegangan otot polos (Nuha *et al.*, 2023). Saat menstruasi, tubuh akan lebih banyak mengeluarkan cairan darah, kemudian air kelapa mengandung sejumlah cairan elektrolit yang sama dengan tubuh kita sehingga mencegah terjadinya dehidrasi saat menstruasi. Air kelapa hijau juga memiliki kandungan kalium dan zat besi yang bermanfaat dalam menurunkan intensitas *dismenore* sebagai minuman isotonik alami yang

dibutuhkan oleh tubuh yang dapat menyeimbangkan cairan (Liesmayani, Oriza dan Sari, 2023).

Penelitian oleh Liesmayani, Oriza dan Sari, (2023) di SMA PAB 5 Klumpang didapatkan penurunan intensitas *dismenore* sesudah diberikan air kelapa muda hijau dari 17 responden terdapat 11 responden (64.7%) memiliki tingkat tidak nyeri dan 6 responden (35.5%) memiliki tingkat nyeri ringan. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mundriyastutik et al., (2022), terdapat pengaruh pemberian air kelapa hijau sebagai terapi alami terhadap penurunan intensitas *dismenore* pada remaja putri Tingkat 1 Program Studi S-1 Farmasi Universitas Muhammadiyah Kudus. Pada penelitian ini, akan dilakukan uji kandungan pada air kelapa hijau mulung yang digunakan dalam penurunan *dismenore* primer sehingga penelitian ini diteliti kembali untuk memperkuat adanya pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap penurunan *dismenore* primer.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan dengan mewawancari beberapa remaja STT Werdhi Sentana sebanyak 44 remaja putri mengalami *dismenore* primer ketika menstruasi. Penanganan yang biasa dilakukan yaitu dengan diberikan minyak kayu putih, kompres air hangat, minum obat pereda rasa nyeri, dan istirahat yang cukup. Hasil wawancara kepada beberapa remaja putri mengatakan tidak pernah mengonsumsi air kelapa hijau sebagai penanganan *dismenore*, serta remaja putri tidak mengetahui manfaat dari air kelapa hijau dapat mengangani *dismenore* yang dirasakan remaja putri.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Perbedaan Intensitas *Dismenore* Primer Sebelum Dan Sesudah Pemberian Air Kelapa Hijau Mulung (*Cocos Rubecens*) Pada Remaja Putri”

B. Rumusan Masalah Penelitian

Perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada perbedaan intensitas *dismenore* primer sebelum dan sesudah pemberian air kelapa hijau mulung (*cocos rubecens*) pada remaja putri”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan intensitas *dismenore* primer sebelum dan sesudah pemberian air kelapa hijau mulung (*cocos rubecens*) pada remaja putri.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus penelitian ini, yaitu :

- a. Mengidentifikasi derajat intensitas *dismenore* primer remaja putri sebelum pemberian air kelapa hijau mulung (*cocos rubecens*) pada remaja putri
- b. Mengidentifikasi derajat intensitas *dismenore* primer remaja putri sesudah pemberian air kelapa hijau mulung (*cocos rubecens*) pada remaja putri.
- c. Menganalisis perbedaan intensitas *dismenore* primer sebelum dan sesudah pemberian air kelapa hijau mulung (*cocos rubecens*) pada remaja putri.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan terkait pemanfaatan terapi nonfarmakologis yaitu air kelapa hijau mulung (*cocos rubecens*) dalam menurunkan intensitas *dismenore* primer pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi salah satu referensi tambahan di perpustakaan Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar untuk penelitian selanjutnya di dalam penyusunan penelitian yang terkait dengan *dismenore* primer

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan melatih keterampilan peneliti dalam mengidentifikasi serta menganalisis adanya perbedaan intensitas *dismenore* primer sebelum dan sesudah pemberian air kelapa hijau mulung (*cocos rubecens*) pada remaja putri dengan keluhan *dismenore* primer. Bagi peneliti lain, penelitian ini dapat menjadi referensi untuk mengembangkan penelitian selanjutnya sehingga mampu menciptakan inovasi dalam modifikasi terapi yang diberikan sesuai keluhan dan kebutuhan kesehatan reproduksi untuk remaja putri.

c. Bagi Remaja Putri

Dapat menambah wawasan remaja putri terkait terapi non farmakologis dalam mengatasi keluhan *dismenore* primer serta dapat memberdayakan diri selama masa remaja dan meningkatkan wawasan terkait kesehatan reproduksi.