

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi adalah suatu proses fisiologis pada perempuan yang telah mengalami pubertas, pada saat haid sebagian perempuan mengalami berbagai gangguan haid ringan sampai cukup berat. Gangguan selama menstruasi yang sering terjadi yaitu spasme abdomen karena kontraksi otot halus pada rahim maka menyebabkan sakit kepala, sakit perut, lemas dan nyeri (Trisianti dan Setiyaningrum, 2021).

Nyeri yang berlebihan pada bagian perut bawah disebut *dismenore* disebabkan produksi prostaglandin, sehingga menyebabkan kontraksi uterus tidak terkoordinasi yang berhubungan dengan tonus dan kontraktilitas otot usus. *Dismenore* biasanya terjadi segera setelah mengalami haid pertama ditandai dengan adanya nyeri pada panggul dan perut terjadi di hari pertama sampai hari kedua saat menstruasi. *Dismenore* menjadi salah satu alasan remaja putri untuk tidak sekolah dan beraktivitas.

Remaja yang mengalami *dismenore* mengalami gangguan kualitas hidup dan sangat berisiko mengalami kecemasan dan depresi (Sachedina dan Todd, 2020). Nyeri menstruasi yang paling sering terjadi adalah nyeri menstruasi primer, yang timbul sejak haid pertama dan akan pulih sendiri dengan berjalan waktu. Nyeri menstruasi ini normal namun dapat berlebihan bila dipengaruhi oleh faktor psikis dan fisik seperti stres, syok, penyempitan pembuluh darah, penyakit yang menahun, kurang darah dan kondisi tubuh yang menurun (Trisianti dan Setiyaningrum, 2021).

Upaya dilakukan dalam mengatasi *dismenore* yaitu dengan metode farmakologi dan non farmakologi. Metode farmakologi antara lain pemberian obat anti peradangan *non steroid* (NSAID). Penanganan nyeri menstruasi menggunakan metode farmakologi hanya dapat diberikan sesuai indikasi karena setiap obat dapat mengakibatkan efek samping (Haqqattiba dkk. 2020). Efek samping yang sering terjadi dari pemberian obat NSAID untuk mengurangi rasa nyeri menstruasi adalah tukak lambung dan dapat disertai dengan anemia sekunder yang terjadi karena pendarahan, gangguan fungsi trombosit, dan masalah saluran cerna (Magdalena dkk., 2019). Efek samping yang ditimbulkan dari metode farmakologi inilah mengakibatkan perlu adanya terapi lain yang aman untuk tubuh yaitu dengan melakukan metode non farmakologi (Khotimah dan Lintang, 2023). Metode non farmakologi yang dapat digunakan untuk mengatasi nyeri menstruasi antara lain kompres hangat, kompres dingin, yoga, pijat dan minuman herbal seperti kunyit (Khotimah 2022).

Loloh merupakan salah satu minuman tradisional Bali yang diproduksi oleh industri rumah tangga secara sederhana. Informasi mengenai kualitas dan keamanan *loloh* terkait dengan pencemaran mikroba yang terbatas, sehingga perlu mendapatkan perhatian dalam upaya perlindungan terhadap konsumen (Sumarya dkk., 2019). Khasiat *loloh* sebagai minuman kesehatan diyakini oleh masyarakat Bali secara turun temurun, terlebih lagi setelah adanya kecenderungan masyarakat mencari alternatif pengobatan alami yang berasal dari tumbuh-tumbuhan. *Loloh* awalnya merupakan produk rumahan yang tidak diperjual belikan, karena tingginya peminat *loloh* mengakibatkan peningkatan industri rumah tangga yang memproduksi *loloh*. *Loloh* terbuat dari ekstrak kunyit dengan air dihaluskan

kemudian disaring, pada filtrat ditambahkan sedikit gula selanjutnya siap untuk dikemas dalam botol plastik (Pratiwi dkk., 2019).

Kunyit (*Curcuma domestica Val*) merupakan bahan paling efektif menurunkan intensitas nyeri. Rebusan kunyit mempunyai aktivitas antioksidan karena mengandung senyawa fenolik yang bermanfaat sebagai analgetika, anti-inflamasi, antioksidan, dan antiimikroba. Kunyit dikatakan paling efektif dalam menurunkan intensitas nyeri karena kunyit memiliki kandungan oleoresin paling tinggi sehingga kandungan oleoresin pada kunyit mengandung siklooksigenas yang dapat menghambat pembentukan kadar prostaglandin sebagai mediator antiinflamasi dan antioksidan, sehingga membantu otot untuk relaksasi sehingga peradangan nyeri menurun (Amanda dan Nurhalimah, 2024).

Penelitian dilakukan Saputri dkk (2020) menyatakan bahwa ada pengaruh minuman kunyit terhadap intensitas haid pada remaja putri. Sebagai analgetik alami memiliki kelebihan dibandingkan dengan yang lainnya yaitu bahannya yang mudah didapatkan, cara pembuatannya mudah, bahah-bahan yang diperlukan harganya murah dan tidak memiliki efek samping yang membahayakan kesehatan.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan tanggal 29 Desember 2024 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Denpasar hasil wawancara 11 orang siswi, didapatkan bahwa 10 orang siswi (10%) mengalami *dismenore* dan 6 orang (6%) siswi mengatakan bahwa *dismenore* yang dirasakan mengganggu aktivitas. Upaya yang dilakukan oleh pihak sekolah dalam mengatasi nyeri menstruasi yaitu hanya menggunakan metode farmakologi dengan pemberian obat pereda nyeri dan minyak kayu putih. Belum adanya penanganan non farmakologi sebagai *alternative* dalam meredakan intensitas nyeri menstruasi remaja putri di Sekolah Menengah

Pertama Negeri 6 Denpasar maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian perbedaan intensitas nyeri menstruasi primer sebelum dan setelah pemberian *loloh* kunyit. Penelitian ini diharapkan siswi maupun pihak sekolah dapat mengatasi nyeri menstruasi primer dengan pemanfaatan terapi non farmakologi minuman *loloh* kunyit.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Perbedaan Intensitas Nyeri Menstruasi Primer Sebelum dan Setelah Pemberian *Loloh* Kunyit Pada Remaja”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, maka peneliti merumuskan masalah penelitian “Apakah ada perbedaan intensitas nyeri menstruasi primer sebelum dan setelah pemberian *loloh* kunyit pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Denpasar?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan intensitas nyeri menstruasi primer sebelum dan setelah pemberian *loloh* kunyit pada siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Denpasar.

2. Tujuan khusus

Tujuan khusus penelitian ini yaitu sebagai berikut :

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri menstruasi primer pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Denpasar sebelum diberikan *loloh* kunyit.
- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri menstruasi primer pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Denpasar setelah diberikan *loloh* kunyit.

c. Menganalisis intensitas nyeri menstruasi primer pada remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 6 Denpasar sebelum dan setelah diberikan *loloh* kunyit.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat dari penelitian ini untuk menambah wawasan terkait pemanfaatan tanaman kunyit dalam memberikan asuhan komplementer untuk menurunkan intensitas nyeri menstruasi primer dan sebagai referensi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat praktis

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk meningkatkan dan menambah pengetahuan serta pengalaman dalam melakukan penelitian berbasis komplementer khususnya untuk menurunkan intensitas nyeri menstruasi primer pada remaja putri dengan diberikan *loloh* kunyit.

b. Bagi institusi kesehatan

Penelitian ini dapat dijadikan referensi dalam pemanfaatan sumber daya alam sebagai pengobatan tradisional komplementer untuk menurunkan intensitas nyeri menstruasi.

c. Bagi remaja

Penelitian ini dapat sebagai pilihan remaja putri dalam mengatasi intensitas nyeri menstruasi primer, dimana keuntungan dari metode non farmakologi adalah tidak menimbulkan efek samping sehingga aman untuk tubuh.