

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi memang hal yang alamiah dialami setiap bulan oleh wanita usia subur tetapi banyak wanita merasakan ketidaknyamanan saat menjelang atau selama menstruasi berlangsung. Salah satu ketidaknyamanan yang dirasakan yaitu nyeri saat menstruasi. Nyeri menstruasi dapat mengganggu aktivitas remaja putri. Nyeri menstruasi dapat menimbulkan gangguan dalam kegiatan belajar remaja putri karena terganggunya konsentrasi saat belajar. Siswi menjadi tidak memperhatikan penjelasan dari guru dan tidak dapat mengikuti kegiatan pembelajaran di kelas. Ini dibuktikan dari penelitian terdahulu (Saguni et al., 2013) yang menunjukkan bahwa siswi yang mengalami gangguan selama aktivitas belajar diakibatkan karena nyeri haid yang dirasakan dalam proses pembelajaran. Penelitian lain menyebutkan bahwa *dismenore* merupakan salah satu penyebab utama absen sekolah pada remaja putri untuk beberapa jam atau beberapa hari (Handayani, 2011). Hal ini dapat berpengaruh pada prestasi dibidang akademik maupun non akademik.

Menstruasi adalah bagian normal dari proses siklus alami yang terjadi pada wanita sehat di antara masa pubertas hingga akhir tahun-tahun reproduksi (Verawaty & Liswidyawati, 2012). *Dismenore* merupakan nyeri sebelum atau selama menstruasi, ini merupakan salah satu masalah ginekologik yang paling umum terjadi pada remaja putri (Lowdermilk et al., 2013). Wanita yang mengalami *dismenore* memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak dari wanita yang tidak mengalami *dismenore*. Prostaglandin menyebabkan meningkatnya kontraksi uterus, dan pada

kadar yang berlebih akan mengaktivasi usus besar (Nurwana et al., 2017). *Dismenore* terdiri dari *dismenore* primer dan sekunder. Sebanyak 90% dari remaja wanita di seluruh dunia mengalami masalah saat haid dan lebih dari 50% dari wanita haid mengalami *dismenore* primer. *Dismenore* primer merupakan nyeri haid yang tidak didasari kondisi patologis, sedangkan *dismenore* sekunder merupakan nyeri haid yang didasari dengan kondisi patologis (Larasati & Alatas, 2016).

Data dari *World Health Organization* (WHO) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami *dismenore*. Rata-rata di negara Eropa *dismenore* terjadi pada 45-97% wanita. Dengan prevalensi terendah di Bulgaria (8,8%) dan tertinggi mencapai 94% di negara Finlandia. Prevalensi *dismenore* primer di Indonesia cukup tinggi yaitu 60-75% pada perempuan muda (Rohmawati & Wulandari, 2019). Menurut Santoso dalam (Rohmawati & Wulandari, 2019) prevalensi *dismenore* di Indonesia 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder. Angka kejadian *dismenore* di provinsi Bali belum ada laporan secara resmi, namun terdapat beberapa penelitian yang menjelaskan angka kejadian tersebut seperti penelitian yang dilakukan pada Siswi Kelas VII di SMPN 2 Sawan, yang berjudul status gizi dan usia saat *menarche* berkorelasi terhadap kejadian *dismenore* siswi SMP, dimana dari 65 responden terdapat 39 responden yang mengalami *dismenore* (Dewi et al., 2019). Begitu pula penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 1 Denpasar yang terkait hubungan kebugaran fisik dengan *dismenore* primer, dimana dalam penelitian tersebut terdapat 39 siswa mengalami *dismenore* primer dari 49 sampel dalam penelitian (Andriani et al., 2014).

Setiap wanita merasakan intensitas nyeri menstruasi yang berbeda-beda. Ada yang masih sanggup beraktivitas seperti biasanya, ada yang bahkan tidak sanggup melakukan aktivitas. Berbagai cara dapat dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri saat menstruasi baik secara farmakologi maupun non farmakologi. Obat farmakologi yang sering digunakan adalah obat analgesik dan anti inflamasi. Secara non farmakologi, ada yang mengurangi rasa nyeri menstruasi dengan istirahat yang cukup, melakukan pijatan, yoga, memberikan kompres hangat dan mengonsumsi ramuan herbal. Indonesia adalah negara yang kaya akan ramuan herbal tradisional yang selama ini kita kenal dengan jamu. Oleh sebab itu, jamu sangat populer di kalangan masyarakat Indonesia dan menjadi resep warisan turun-temurun di berbagai wilayah Indonesia.

Badan Kesehatan Dunia (WHO) mendefinisikan obat tradisional sebagai obat asli di suatu negara yang digunakan secara turun-temurun di negara itu dan negara lain (Tim Trubus, 2012). Minuman herbal dipercaya memberi efek dari dalam berupa peningkatan metabolisme tubuh yang menjaga kesehatan tubuh (Jumarani, 2009). Obat herbal berbahan dasar alam atau alami itu mampu menanggulangi efek samping yang buruk (Wind, 2014). Pemanfaatan jamu di Indonesia sampai saat ini masih populer. Saat ini jamu tidak hanya dapat dibuat di rumah tetapi, telah banyak produk jamu kemasan yang beredar di Indonesia. Walaupun menjadi lebih praktis akan tetapi, jamu yang diolah sendiri di rumah lebih terpercaya ke higienisan dan keamanannya karena tanpa campuran bahan-bahan kimia. Bagian tanaman yang biasa digunakan sebagai jamu yaitu daun, buah, kulit batang, akar, biji, rimpang, dan getah. Contoh pemanfaatan rimpang sebagai jamu adalah tanaman kunyit.

Selain digunakan sebagai bumbu penyedap rasa, kunyit secara empiris juga digunakan sebagai ramuan herbal. Kunyit mengandung senyawa aktif kurkumin dan minyak atsiri (Muliani, 2015). Secara alamiah memang kunyit dipercaya memiliki kandungan bahan aktif yang dapat berfungsi sebagai analgetika, antipiretika, dan antiinflamasi. Selain itu dijelaskan bahwa minuman kunyit sebagai pengurang rasa nyeri pada *dismenore* primer memiliki efek samping minimal (Limananti & Triratnawati, 2003). Pada penelitian (Suciani et al., 2014) menyebutkan bahwa pemberian rebusan kunyit asam dapat menurunkan intensitas nyeri *dismenore*. Pada penelitian (Anugrahhayu et al., 2018) diuraikan bahwa minuman kedelai maupun minuman kombinasi asam jawa dengan kunyit dapat menurunkan *dismenore*. Tetapi, minuman kombinasi asam jawa dengan kunyit lebih menurunkan intensitas nyeri *dismenore* dibandingkan minuman kedelai. Penelitian lain (Sugiharti & Sundari, 2018) juga memaparkan bahwa minuman kunyit asam dan jahe asam dapat menurunkan nyeri haid primer. Akan tetapi, minuman kunyit asam lebih efektif dalam menurunkan nyeri haid primer pada remaja. Jamu KUASPADU adalah singkatan yang dibuat oleh peneliti untuk memberikan nama jamu kunyit asam yang dibuat sendiri oleh peneliti. Nama KUASPADU diambil dari bahan-bahan yang dominan dalam jamu ini yaitu kunyit, asam, pegagan dan madu.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada 10 orang siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Denpasar, diketahui 7 orang siswi yang pernah mengalami nyeri menstruasi, untuk penanganan yang dilakukan oleh siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Denpasar antara lain mengonsumsi obat anti nyeri, istirahat/tidur dan sebagian mengatasinya dengan

mengoleskan minyak hangat. Tidak ada siswi yang mengatasi nyeri menstruasi dengan mengonsumsi jamu yang dibuat sendiri di rumah. Penelitian ini dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Denpasar pada Kelas VII karena penulis mendapatkan bahwa adanya kejadian dimana nyeri menstruasi membuat beberapa siswi pada Kelas VII di Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Denpasar tidak dapat mengikuti proses pembelajaran di kelas. Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Manfaat Jamu KUASPADU (Kunyit, Asam, Pegagan dan Madu) Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Menstruasi pada Remaja Putri”. Dimana studi dilakukan di Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Denpasar.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka, dapat dirumuskan rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah terdapat manfaat mengonsumsi jamu KUASPADU (kunyit, asam, pegagan dan madu) terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Mengidentifikasi manfaat jamu KUASPADU (kunyit, asam, pegagan dan madu) terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri.

2. Tujuan khusus

a. Mengidentifikasi intensitas nyeri menstruasi yang dirasakan oleh remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Denpasar sebelum mengonsumsi jamu KUASPADU.

b. Mengidentifikasi intensitas nyeri menstruasi yang dirasakan oleh remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Denpasar sesudah mengonsumsi jamu KUASPADU.

c. Menganalisis perbedaan intensitas nyeri menstruasi yang dirasakan oleh remaja putri di Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Denpasar sebelum dan sesudah mengonsumsi jamu KUASPADU.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Manfaat dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan ilmu pengetahuan dan informasi terkait dengan manfaat jamu KUASPADU (kunyit, asam, pegagan dan madu) terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi pada remaja putri.

2. Manfaat praktis

a. Bagi remaja putri

Untuk menambah wawasan ilmu pengetahuan dan meningkatkan pemahaman remaja putri tentang cara mengatasi nyeri menstruasi dengan cara mengonsumsi jamu KUASPADU.

b. Bagi institusi pendidikan

Sebagai bahan untuk menyebarkan informasi tentang penerapan ilmu komplementer khususnya terkait pemanfaatan jamu KUASPADU dalam mengatasi nyeri menstruasi.

c. Bagi peneliti

Memberi pengalaman dan wawasan serta meningkatkan pemahaman dan kemampuan peneliti di bidang kesehatan reproduksi dan ilmu komplementer terkait penggunaan jamu KUASPADU terhadap penurunan nyeri menstruasi.

d. Bagi peneliti lain

Memberikan sumbangan pemikiran bagi peneliti lain sebagai dasar penelitian selanjutnya.