BAB I
PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang sudah mengalami menstruasi dengan umur sampai 15-49 tahun (Artiningsih, 2011). Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita yang masih dalam usia reproduktif (sejak mendapat haid pertama sampai berhentinya haid), yaitu antara usia 15-49 tahun, dengan status belum menikah, menikah atau janda, yang berpotensi untuk mempunyai keturunan (Novitasary dkk, 2013). Wanita usia subur mengalami menstruasi yang datang setiap bulan, tetapi banyak wanita yang mengalami ketidaknyamanan fisik atau merasa tersiksa saat menjelang atau selama menstruasi berlangsung.

Menstruasi yang dialami kenyataannya banyak disertai dengan berbagai keluhan diantaranya adalah nyeri haid (dismenore). Dismenore adalah menstruasi yang nyeri disebabkan oleh kejang otot uterus. Dismenore terbagi menjadi dua, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah nyeri haid yang terjadi tanpa terdapat kelainan anatomis, sedangkan dismenore sekunder adalah nyeri haid yang berhubungan dengan kelainan anatomis jelas (Pustikawaty, 2016).

Menurut Prawirohardjo (2011) dismenore membuat wanita tidak bisa beraktivitas secara normal dan memerlukan resep obat. Keadaan tersebut menyebabkan menurunnya kualitas hidup wanita, sebagai contoh siswi yang mengalami dismenore primer tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar dan motivasi belajar menurun karena nyeri yang dirasakan. Jika hal ini dibiarkan dapat menurunkan kualitas hidup wanita dan kualitas generasi selanjutnya.

Angka kejadian nyeri menstruasi (dismenore) di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenorea. Prevalensi dismenore primer di Amerika Serikat tahun 2012 pada wanita umur 12-17 tahun adalah 59,7%, dengan derajat kesakitan 49% dismenore ringan, 37% dismenore sedang, dan 12% dismenore berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak masuk sekolah (Nurwana dkk, 2017). Kejadian nyeri menstruasi di Indonesia juga tidak kalah tinggi dibandingkan dengan negara lain di dunia. Angka kejadian nyeri menstruasi primer di Indonesia menurut data WHO dalam Surmiasih (2019) adalah sekitar 54,89%, sedangkan nyeri haid sekunder yaitu 45, 11%. Hasil penelitian Rahmah dan Astuti pada bulan Juni 2019 tentang pengaruh terapi murottal dan aromaterapi terhadap intensitas dismenore di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, dari jumlah total 20 responden diperoleh hasil hampir setengah dari responden berusia 19 tahun dengan persentase 45%. Sebagian besar responden (75%) mengalami dismenore pada hari kedua menstruasi. Lebih dari setengah responden, (55%) tidak mengalami dismenore sebelum menstruasi. Sebagian besar responden (80%) merasakan dismenore yang menetap selama 1-2 hari pada saat menstruasi.

Upaya untuk mengatasi rasa nyeri biasanya menggunakan penanganan secara farmakologi atau nonfarmakologi. Penanganan farmakologi pada nyeri haid dapat melalui intervensi farmakologis, dilakukan kolaborasi dengan dokter atau tenaga medis lainnya pada pasien. Obat-obatan ini dapat menurunkan nyeri dan menghambat produksi prostaglandin dari jaringan-jaringan yang mengalami trauma dan inflamasi yang menghambat reseptor nyeri untuk menjadi sensitif terhadap stimulus menyakitkan sebelumnya, contoh obat anti inflamasi nonsteroid

adalah aspirin dan ibuprofen (Bare dan Smeltzer dalam Lestari, 2013). Penggunaan obat anti inflamasi nonsteroid secara terus-menerus juga menimbulkan efek samping yaitu mual, muntah, gastritis, pusing, nyeri kepala hingga gangguan fungsi hati dan ginjal. Terapi non-farmakologi merupakan terapi tanpa menggunakan obat-obatan sehingga efek samping yang mungkin timbul hanya sedikit. Penanganan non-farmakologi yang dapat dilakukan salah satunya dengan menggunakan aromaterapi (Bare dan Smeltzer dalam Lestari, 2013).

Aromaterapi dapat digunakan sebagai alternatif untuk menurunkan tingkat nyeri. Ketika minyak esensial terhirup, sel-sel reseptor penciuman dirangsang dan impuls ditransmisikan ke pusat emosional otak. Aromaterapi dapat memberikan efek santai dan menenangkan, selain itu meningkatkan sirkulasi darah (Marzouk *et al*, 2013). Wangi aromaterapi ada berbagai macam salah satunya adalah aromaterapi lavender.

Aromaterapi menggunakan minyak lavender dipercaya dapat memberikan efek relaksasi bagi saraf dan otot-otot yang tegang (*carminative*) setelah lelah beraktivitas (Prima Dewi, 2011). Aromaterapi lavender memiliki kandungan utamanya yaitu *linalyl asetat* dan *linalool*, dimana *linalyl asetat* berfungsi untuk mengendorkan dan melemaskan sistem kerja saraf dan otot yang mengalami ketegangan sedangkan *linalool* berperan sebagai relaksasi dan sedatif sehingga dapat menurunkan nyeri haid (Pustikawaty, 2016). Aromaterapi merupakan salah satu pengobatan tradisional komplementer yang dapat digunakan untuk pengobatan dan dapat diterapkan di masyarakat. Pengobatan tradisional komplementer di Indonesia sudah diatur dalam Peraturan Pemerintah Republik Indonesia No. 103 Tahun 2014 tentang pelayanan kesehatan tradisional.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk melakukan studi literatur mengenai manfaat aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri menstruasi wanita usia subur.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang penelitian ini, maka peneliti dapat merumuskan masalah "Bagaimanakah Manfaat Aromaterapi Lavender Terhadap Intensitas Nyeri Menstruasi Pada Wanita Usia Subur berdasarkan studi literatur?"

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui manfaat aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri menstruasi pada wanita usia subur berdasarkan studi literatur.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Secara teoritis informasi dari penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber atau bahan dalam menambah pengetahuan bagi tenaga kesehatan khususnya mengenai manfaat aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri menstruasi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan dan pengetahuan mahasiswa khususnya program studi kebidanan sebagai bahan bacaan mengenai manfaat aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri menstruasi.

b. Bagi Peneliti

Penelitian ini bermanfaat untuk menambah wawasan dan pengetahuan peneliti mengenai manfaat aromaterapi lavender terhadap intensitas nyeri menstruasi, sehingga dapat bermanfaat dikemudian hari ketika bekerja di fasilitas kesehatan.