

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan fase perubahan yaitu dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan pertumbuhan pada fisik dan perubahan seksual sekunder, salah satunya ialah terjadi proses menstruasi. Menurut WHO, remaja adalah penduduk dengan usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja ialah penduduk dengan usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja ialah 10-24 tahun dan belum menikah (Diananda, 2018).

Menstruasi merupakan proses dimana dalam tubuh Wanita pada sel telur (*ovum*) yang berjalan dari indung telur menuju Rahim, melalui saluran tuba fallopi. Pada saat tersebut, jaringan endometrial dalam lapisan endometrium di dalam Rahim menebal sebagai persiapan terjadinya pembuahan oleh sperma. Dengan ini jika terjadinya pembuahan maka dinding rahim akan menebal dan siap untuk ditempati oleh janin. Namun jika tidak dibuahi maka dinding Rahim akan menluruh dan keluar melalui vagina dengan bentuk cairan menstruasi. Sedangkan siklus menstruasi sendiri dimulai dari hari pertama menstruasi hingga satu hari sebelum menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi setiap wanita berbeda-beda yaitu dari 28 hingga 35 hari.

Nyeri menstruasi (*dismenore*) merupakan nyeri perut yang berasal dari kram pada uterus yang terjadi selama menstruasi. Nyeri dapat timbul akibat kontraksi

distritmik myometrium dengan satu gejala atau lebih mulai dari nyeri ringan sampai berat diperut bagian bawah, bokong dan nyeri *spasmodic* disisi medial paha.

Badan Kesehatan dunia (WHO) menjelaskan masalah Kesehatan reproduksi pada perempuan pada kondisi yang tidak baik sudah mencakup angka 33% dari keseluruhan beban penyakit yang diderita perempuan di dunia (Permatasari & Suprayanti, 2020). Berdasarkan Badan Kesehatan Dunia (WHO) angka *dismenore* di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan pada setiap negara mengalami *dismenore*. Di swedia sekitar 72%. Di Amerika Serikat yang mengalami *dismenore* diperkirakan hampir 90% Wanita, dan 10-15% diantaranya mengalami *dismenore* berat, yang menyebabkan tidak dapat melakukan aktivitas atau kegiatan apapun.(Lail 2017)

Pada masa remaja akan mengalami banyak perubahan fisik ketika remaja tersebut memasuki masa puber. Salah satu perubahan fisik yang terjadi ialah kemampuan untuk melakukan proses produksi. Tetapi masih banyak remaja yang belum mengetahui dan memahami tentang kesehatan reproduksi misalnya tentang menstruasi dan kehamilan.

Kejadian *dismenore* di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder. *Dismenore* primer ini di alami oleh 60-75% pada remaja dengan tiga perempat dari jumlah remaja tersebut mengalami nyeri menstruasi yang ringan dan seperempat lagi mengalami nyeri yang berat.

Dismenore ini dapat terjadi karena hiperproduksi prostaglandin uterus, terutama PGF2a dan PGF2, sehingga menimbulkan peningkatan tonus uterus, hal ini dapat menyebabkan gejala kram pada perut. *Dismenore* ini memiliki dampak yang besar dalam kehidupan perempuan, diantaranya mengakibatkan pembatasan aktivitas sehari-

hari, absen dari sekolah atau bekerja, prestasi akademis yang rendah pada remaja dan bahkan kualitas tidur yang menjadi buruk dan memiliki dampak negatif pada suasana hati, menyebabkan kecemasan dan depresi pada remaja (Bernardi, 2017).

Salah satu cara untuk mengatasi dismenore dapat menggunakan strategi farmakologis dan nonfarmakologis. Terapi farmakologi antara lain, diberikan obat analgesic, terapi hormonal, atau obat nonsteroid prostaglandin. Untuk terapi nonfarmakologi di antaranya seperti olahraga, relaksasi, dan minum minuman herbal, produk herbal yang digunakan adalah jus nanas dan madu (Widowati, 2020).

Dalam madu mengandung zat besi, kalium, mineral, kalsium, magnesium, tembaga, mangan, natrium dan fosfor. Zat lainnya adalah barium, seng, belerang, klorin, vitamin C, vitamin B1, vitamin B2, vitamin B5, vitamin B6, vitamin K, dan terdapat berbagai senyawa pada madu salah satunya ialah flavonoid. Madu bermanfaat dalam menurunkan kadar prostaglandin dan leukotrien, sehingga mengurangi atau menghilangkan rasa sakit selama haid (Siliban, 2019)

Menurut Muqorubin (2019), untuk meredakan rasa nyeri pada *dismenore* secara non farmakologis dapat dilakukan dengan pemberian jus nanas. Jus nanas sendiri merupakan antiinflamasi penurun nyeri *disminore*. Dalam buah nanas memiliki kandungan zat gizi, diantaranya ada vitamin A, kalsium, fosfor, magnesium, besi, natrium, kalium, dekstrosa, sukrosa (gula tebu), serta enzim bromelin (*bromelain*) yang merupakan 95% campuran protease sitin, yang dapat menghidrolisis protein (*proteolysis*) dan tahan panas.

Tanaman herbal ialah tumbuh-tumbuhan atau tanaman obat yang di manfaatkan untuk pengobatan tradisional terhadap berbagai macam penyakit. Tanaman herbal

sendiri sudah ada sejak zaman dahulu tanaman herbal juga dimanfaatkan oleh sebagian besar masyarakat Jawa. Tanaman herbal juga dapat di temukan disekitar kita dan sangat mudah ditemukan di alam. Pengobatan yang dilakukan menggunakan tanaman herbal biasa disebut dengan pengobatan tradisional merupakan salah satu tradisi turun-temurun yang disampaikan dari generasi satu ke generasi berikutnya.

Angka kejadian *dismenore* primer di Indonesia yaitu sebanyak 55% pada kalangan produktif, 15% diantaranya mengeluh terganggu dalam beraktivitas (Putri, 2017). Sedangkan pada angka kejadian *dismenore* di Jawa Barat cukup tinggi yang mengalami *dismenore*, dengan kategori 24,5% mengalami *dismenore* ringan, 21,28% mengalami *dismenore* sedang dan 9,36% mengalami *dismenore* berat (Murtiningsih 2020). Angka *dismenore* yang cukup tinggi terjadi di Jawa Barat sehingga peneliti ingin memperkenalkan terapi herbal jus nanas dan madu terkait masalah *dismenore*.

Studi pendahuluan yang telah peneliti lakukan di SMP Fajar Kabupaten Bogor melalui wawancara pada 10 siswi di dapatkan 5 siswi mengalami *dismenore* ringan 3 siswi mengalami *dismenore* sedang dan 2 siswi mengalami *dismenore* berat. Dari siswi yang diwawancarai melakukan kompres hangat dan sebagian lainnya memilih untuk istirahat jika merasakan *dismenore*. Dari semua siswi yang merasakan *dismenore* tidak ada yang mengetahui jika jus nanas dan madu dapat mengurangi *dismenore*. Dengan adanya kasus berat maka ingin memperkenalkan intervensi jus nanas dan madu terhadap *Dismenore*.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian berjudul Pengaruh Jus Nanas dan Madu Terhadap *Dismenore* Pada Remaja di SMP Fajar Kabupaten Bogor Tahun 2023.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan hasil wawancara pada remaja di SMP Fajar di dapatkan 10 siswi yang mengalami *dismenore* dan belum pernah mengkonsumsi jus nanas dan madu untuk mengurangi *dismenore*. Oleh sebab itu peneliti tertarik untuk melakukan terapi jus nanas dan madu untuk mengurangi *dismenore* dan ingin mengetahui apakah ada pengaruh jus nanas dan madu dalam mengurangi nyeri *dismenore*.

1.3

Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian jus nanas dan madu terhadap *dismenore* pada remaja di SMP Fajar Kabupaten Bogor tahun 2023.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui nilai rata-rata nyeri *dismenore* pada remaja sebelum dan sesudah diberikan jus nanas dan madu
- 2) Untuk mengetahui pengaruh pemberian jus nanas dan madu terhadap *dismenore* pada remaja tahun 2023.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi Remaja

Dengan adanya penelitian ini manfaat bagi remaja ialah dapat mengetahui pengobatan nonfarmakologi dalam penanganan nyeri *dismenore* dengan bahan-bahan herbal.

1.4.2 Bagi Profesi atau Institusi

Dapat digunakan dalam menambah pengetahuan dan informasi mengenai pengobatan dengan nonfarmakologi serta dapat menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya.

1.4.3 Bagi Peneliti

Dapat menambah menambah pengetahuan dan pengalaman tentang pengaruh jus nanas dan madu terhadap penurunan nyeri pada remaja.

