

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Data dari World Health Organization (WHO) pada tahun 2018, Tingginya prevalensi dismenore di antara remaja 50%-70% terutama pada tahun-tahun pertama kehidupan reproduksi mereka, memengaruhi kegiatan sehari-hari mereka dan dapat menyebabkan tingginya tingkat ketidakhadiran di sekolah dan dengan demikian merupakan masalah kesehatan masyarakat yang utama mayoritas anak perempuan yang tidak masuk sekolah karena menstruasi menderita nyeri haid. 87,5% dari mereka yang melewatkan 1 hari per bulan dan 84,2% dari mereka yang melewatkan 2 hari per bulan. Sebagian besar di seluruh dunia melaporkan bahwa prevalensi bervariasi antara 34% dan 94% pada populasi muda, yang mana hingga 60% di antaranya mengalami nyeri yang parah. Lebih dari separuh kasus, nyeri haid menyebabkan ketidakhadiran di sekolah secara berulang. (WHO, 2018)

Sebagian besar di seluruh dunia melaporkan bahwa prevalensi bervariasi antara 34% dan 94% pada populasi muda, yang mana hingga 60% di antaranya mengalami nyeri yang parah. Lebih dari separuh kasus, nyeri haid menyebabkan ketidakhadiran di sekolah secara berulang. Sebuah penelitian di Swedia baru-baru ini melaporkan prevalensi nyeri haid pada 89% anak perempuan yang lahir pada tahun 2000, dengan setengah dari anak perempuan yang mengalami nyeri tersebut memiliki dampak negatif pada aktivitas sosial dan menyebabkan ketidakhadiran di sekolah beberapa kali dalam setahun (Söderman, 2018) dalam (Angelhoff & Grundström, 2023)

Lebih dari setengah wanita di seluruh dunia mengalami dismenore, dengan tingkat prevalensi yang lebih tinggi terutama pada remaja, berkisar antara 15,8% hingga 89,5%. Dari remaja yang mengalami nyeri, 12% mengalami nyeri berat, 37% mengalami nyeri sedang, dan 49% mengalami nyeri ringan (Lindiawati, 2022).

Berdasarkan Riskesdas tahun 2018, angka kejadian dismenore di Indonesia mencapai 64,52%, terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Carolin, 2023).

Penelitian juga menunjukkan bahwa sekitar 10% remaja sekolah menengah absen dari sekolah selama 1-3 hari setiap bulan karena dismenore. Di Indonesia, angka kejadian dismenore cukup tinggi, yakni sekitar 54,89% untuk dismenore primer dan 9,36% untuk dismenore sekunder (Kemenkes RI, 2016). Di Jawa Barat, angka kejadian dismenore pada tahun 2015 adalah 72,89% untuk dismenore primer dan 27,11% untuk dismenore sekunder (Dinkes Jabar, 2016). Di kota Bekasi, angka kejadian dismenore mencapai 63,2% (Agustin, 2018). Dampak dari dismenore dapat membuat wanita merasa tidak nyaman (Azzahroh, 2022).

Menurut World Health Organization (WHO), masa remaja merupakan fase peralihan dari masa anak-anak ke dewasa, di mana terjadi pertumbuhan yang pesat termasuk fungsi reproduksi yang mempengaruhi evolusi perubahan, baik dalam hal fisik, psikologis, maupun peran sosial. (Lindiawati, 2022).

Insiden nyeri haid atau dismenore di seluruh dunia sangat tinggi. Nyeri haid atau dismenore merupakan gejala fisik yang paling umum pada remaja di usia sekolah, dengan angka kejadian sekitar 60% - 90%. Selain itu, nyeri haid juga mengganggu konsentrasi dan mengakibatkan keterlambatan dalam memahami pelajaran di lingkungan sekolah. Para remaja yang menghadapi nyeri haid

mengalami pencapaian akademis yang lebih rendah dibandingkan dengan teman sebaya yang tidak merasakannya. Temuan terkini dari penelitian menunjukkan bahwa hampir 10% remaja yang mengalami nyeri haid tidak mampu menghadiri sekolah dan produktivitas kerja mereka terganggu selama 1-3 hari setiap bulan, karena intensitas nyeri yang signifikan. (Rifiana, 2021).

Dismenore muncul karena adanya peningkatan prostaglandin (PG) F₂-alfa, yang merupakan enzim *cyclooxygenase* (COX-2). Ini menyebabkan miometrium mengalami hipertonus dan vasokonstriksi, mengakibatkan iskemia dan nyeri saat menstruasi. Faktor penyebab ketidaknormalan menstruasi bisa bersifat biologis (organik atau disfungsi), atau dapat berasal dari aspek psikologis seperti stres atau kondisi emosional, bahkan bisa menjadi gabungan dari faktor biologis dan psikologis. Dismenore adalah nyeri haid yang bisa memaksa wanita untuk beristirahat atau mengakibatkan penurunan produktivitas serta berkurangnya aktivitas sehari-hari. Pada remaja, dismenore harus diatasi, bahkan jika hanya melalui tindakan mandiri atau non-farmakologis, guna menghindari konsekuensi yang lebih serius. Tidak mengobati dismenore bisa berdampak pada terganggunya aktivitas sehari-hari (ADLs), pergerakan menstruasi yang berbalik arah (menstruasi retrograde), infertilitas, kehamilan ektopik yang tidak terdeteksi atau keguguran, perforasi uterus pada AKDR, dan risiko infeksi (Fatmawati, 2020).

Selain penggunaan obat-obatan untuk meredakan nyeri, ramuan tradisional juga bisa membantu mengurangi dismenore. Kunyit asam, yang sering digunakan dalam resep makanan, memiliki manfaat yang positif untuk kesehatan. Minuman kunyit asam dibuat dari bahan utama kunyit dan asam, dan kunyit secara alami diyakini mengandung zat aktif yang berperan sebagai analgesik, antipiretik, dan

antiinflamasi. Kunyit juga kaya akan minyak atsiri yang dapat mengurangi kelebihan produksi asam lambung dan meredakan gerakan usus yang kuat. Begitu juga dengan asam jawa, yang memiliki komponen aktif sebagai antiinflamasi, antipiretik, dan penenang (Fatmawati, 2020).

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui potensi atau efektivitas jamu kunyit asam (*Curcuma Domestica Val*) terhadap nyeri haid pada Siswi di SMK Dinamika Pembangunan 2 Jakarta.

1.2 Rumusan Masalah

Dari hasil studi pendahuluan menunjukkan bahwa masih tingginya siswi yang mengalami nyeri haid dengan skala 5-9 dengan karakteristik nyeri seperti keram yang kadang tidak tertahan.

Menurut informasi yang didapat dari 10 siswi SMK Dinamika pembangunan 2 jakarta yang dilakukan wawancara 7 orang sering mengalami nyeri haid sehingga tidak dapat beraktivitas seperti biasanya. Berdasarkan absensi di setiap kelas sebanyak 10-15% setiap bulannya terdapat siswi yang izin atau tidak hadir dikarenakan nyeri menstruasi.

Berdasarkan latar belakang masalah tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah Bagaimana efektivitas dari kunyit asam dalam menurunkan intensitas nyeri haid pada pelajar di SMK Dinamika pembangunan 2 jakarta?

1.3 Tujuan

1.3.1 Tujuan Umum

Secara umum tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui Efektifitas Kunyit Asam Terhadap Skala Nyeri Haid.

1.3.2 Tujuan Khusus

Secara khusus tujuan dari penelitian ini adalah:

- 1) Mengetahui tingkat skala nyeri desminore sebelum dan setelah dilakukan intervensi berupa pemberian kunyit asam.
- 2) Mengetahui Evektifitas Kunyit Asam terhadap Skala nyeri haid.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Bagi SMK Dinamika Pembangunan 2 Jakarta

Penelitian ini dapat memberikan masukan tentang manfaat pemberian kunyit asam dalam mengurangi intensitas nyeri desminore pada remaja, sehingga pihak sekolah khususnya para guru dapat memberikan saran jika ada siswi yang mengalami nyeri desminore dalam pembelajaran.

1.4.2 Bagi Remaja Putri

Untuk meningkatkan pengetahuan responden dalam penggunaan kunyit asam untuk mengurangi nyeri saat menstruasi sehingga dapat mengaplikasikannya sendiri di rumah, dan tidak akan mengurangi kegiatan atau aktivitas yang akan di jalani.

1.4.3 Bagi Institusi Pendidikan

Menjadi media informasi yang dapat digunakan sebagai bahan penelitian lebih lanjut mengenai Pemanfaatan kunyit asam dalam mengurangi intensitas nyeri desminore.

1.4.4 Bagi Peneliti

Sebagai pengalaman pertama dalam melakukan penelitian tentang Efektivitas kunyit asam dalam mengurangi intensitas nyeri desminore, dan menambah atau memperluas pengetahuan peneliti dalam melakukan penelitian lebih lanjut.

