BAB 1
PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Remaja adalah golongan usia individu yang dapat dikatakan golongan usia transisi yaitu batasan usia 12-17 tahun (Nailus Sa'adah dan Santa Lorita, 2017). Menurut WHO (Word Health Organization) remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Sementara itu, menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Pada masa remaja kematangan organ reproduksi ditandai dengan datangnya menstruasi (menarche). Menstruasi adalah proses luruhnya lapisan endometrium yang terdapat banyak pembuluh darah dari uterus melalui vagina (Kumalasari, 2012)

Badan kesehatan dunia Word Health Organization (WHO), pada tahun 2016 angka kejadian *Dismenorea* didunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap dunia mengalaminya. Dari hasil penelitian di Amerika Serikat persentase kejadian *Dismenorea* sekitar 60%, Swedia 72% (WHO, 2016). Menurut World Health Organization (WHO) 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenorea. Angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 107.673 jiwa (64,25%) yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer dan 8.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder (Herawati, 2017).

Dismenorea dapat didefinisikan sebagai rasa kram yang hebat di daerah uterus atau secara superfisialnya bisa dirasakan pada perut bagian bawah, selama menstruasi dan termasuk penyebab nyeri pinggang dan penyebab gangguan menstruasi. Rasa nyeri ini timbul akibat ketidak seimbangan hormon progesterone sehingga menyebabkan kram perut bagian bawah (Nurwana, et al., 2017). *Dismenorea* terjadi pada perempuan yang memiliki tekanan intra uteri lebih tinggi dan memiliki kadar prostaglandin dua kali lebih banyak daripada perempuan yang tidak mengalami *Dismenorea* (Reeder,et al,. 2013).

Dampak yang diakibatkan oleh *Dismenorea* primer berupa gangguan aktifitas seperti tingginya tingkat absen dari sekolah maupun kerja, keterbatasan kehidupan sosial, perfoma akademik, serta aktivitas olahraganya. *Dismenorea* primer juga dapat menyebabkan infertilitas dan gangguan fungsi seksual jika tidak ditangani, depresi, dan

alterasi aktifitas autonomik (Sandiati, 2015). Remaja yang mengalami kecemasan atau stres akan terjadi peningkatan sintesis prostaglandin disertai oleh menurunnya kadar estrogen dan progesteron, kemudian terjadi otot uterus, aliran darah uterin, iskemia uterin sehingga terjadi nyeri haid atau *Dismenorea* (Suprihatin E, 2014).

Terdapat beberapa faktor resiko yang berpengaruh terhadap munculnya *Dismenorea* primer pada wanita yang mengalami menstruasi, yaitu menarche dini dengan usia <11 tahun, jarang atau tidak pernah olahraga, siklus dan lama haid lebih dari normal (7 hari), riwayat keluarga, stres, kebiasaan lain seperti mengkonsumsi makanan junk food atau makanan cepat saji, merokok, dan mengkonsumsi alkohol, dan jarang berolahraga (Joshi, et al., 2015).

Penatalaksanaan disminorea ada 2 jenis yaitu farmakologis dan non farmakologis. Secara farmakologis menggunakan obat-obatan kimia anti nyeri atau analgesik misalnya aspirin, fenastin, asam mefenamat, parasetamol atau obat golongan non steroid anti prostagalndin seperti indometasin, ibuprofen (Nugroho, 2013). Secara non farmakologis ada berbagai macam seperti kompres air hangat, senam acuyoga, massase, teknik relaksasi nafas dalam dan konsumsi tanaman herbal (Puwanto, 2013). Beberapa bahan tanaman tradisional herbal yang terpercaya dapat mengurangi rasa nyeri saat menstruasi diantaranya adalah jahe, kunyit asam, daun pepaya dan sari kedelai (Leli, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh (Hesti Fauziah Sabaruddin, 2017) terhadap 10 responden di pesantren As'syalafiah Yogyakarta bahwa dari hasil wawancara 10 responden terdapat 4 yang mengetahui tentang dysmenorhea dan 6 yang tidak mengetahui tentang *dismenorea*. Hal ini dikarenakan kurangnya pengetahuan responden tentang *dismenorea*. Untuk mencari penyembuhan, pada saat orang sakit atau anaknya sakit ada beberapa tindakan atau perilaku yang muncul, antara lain didiamkan saja, tetap menjalankan kegiatan sehari-hari, minum jamu tradisional, dan minum obat dari apotek.

Banyak berbagai media yang dapat digunakan dalam sebuah penelitian, misalnya poster, booklet, buku saku dan video. Tetapi peniliti disini menggunakan booklet sebagai media dalam penelitian. Booklet merupakan media cetak berupa buku yang didesain untuk mengedukasi pembaca dengan tips dan strategi untuk menyelesaikan masalah, disajikan secara singkat dan bahasa yang lugas disertai dengan

gambar (Sylvia et al., 2019). Booklet dirasa lebih efisien untuk kalangan remaja, mudah dibawa kemana-mana, lebih simpel dan bisa dibaca kapanpun dan dimanapun.

Tujuan dari Tugas Akhir ini adalah untuk menampilkan sebuah booklet bagaimana Upaya Penanganan *Dismenorea* Primer Pada Remaja Dengan Bahan Herbal Melalui Media Booklet. Sedangkan manfaat dari karya tulis ini bagi pembaca adalah diharapkan mampu dalam menurunkan rasa nyeri *Dismenorea* pada remaja untuk menurunkan nyeri Disminorea.. Manfaat bagi institusi adalah diharapkan karya tulis ini dapat digunakan sebagai salah satu metode baru yang dapat dicantumkan di website sebagai sumber pengetahuan bagi pembaca.

Berdasarkan latar belakang diatas, penulis tertarik untuk membuat karya tulis yang berjudul "Upaya Penanganan Dismenoreai Primer Pada Remaja Dengan Bahan Herbal Melalui Media Booklet". Luaran dari tugas akhir ini adalah media komunikasi informasi dan edukasi (KIE) berupa booklet, dengan luaran ini diharapkan mampu mejadi sebuah acuan dan daya tarik bagi pembaca untuk melihat dan dapat mempraktikkan teknik yang penulis berikan.