

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **I. LATAR BELAKANG**

Masa remaja merupakan fase perubahan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Diawali dari fase pematangan organ reproduksi, dan disebut sebagai masa pubertas. Masa pubertas remaja putri didapati dengan terjadinya menstruasi (Widyastuti, 2009). Haid (menstruasi) merupakan proses keluarnya darah dari rahim disertai bagian selaput dinding rahim pada wanita dewasa yang terjadi secara berkala (Maulana, 2009).

Hasil survei World Health Organization (WHO) menunjukkan lebih dari 80 % wanita usia subur mengalami dysmenorrhea ketika haid, 67,2 % nya terjadi pada kelompok umur 13 – 21 tahun (WHO, 2013). Data RISKESDAS Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2013, angka kejadian dysmenorrhea 64,25 % dari total wanita usia subur dan 78,6 % merupakan kelompok remaja awal. Menurut Nadliroh (2013) menemukan prevalensi di Jawa Timur angka kejadian dismenorea sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder. Kota Surabaya berada posisi ke-7 penderita dysmenorrhea dengan prevalensi 9,37% (RISKESDAS, 2013).

Nyeri haid atau dysmenorrhea merupakan salah satu gangguan yang dialami hampir seluruh wanita ketika mengalami menstruasi, tidak memandang usia tetapi prosentase terbanyak wanita yang mengalami hal ini adalah kelompok usia remaja awal yang baru saja mengalami menarche. Gejala – gejala yang sering muncul saat dysmenorrhea adalah nyeri pada perut bagian bawah menjalar sampai ke pinggang yang biasanya mulai dirasakan 2 – 3 hari sebelum menstruasi, saat menstruasi selama 1 – 2 hari dengan karakteristik nyeri seperti mulas – mulas, ngilu ataupun tertusuk – tusuk (Gant & Cunningham, 2016).

Penatalaksanaan dysmenorrhea 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 prostaglandin seperti indometasin, ibuprofen (Nugroho,

2013). Untuk terapi nonfarmakologi dilakukan dengan kompres hangat, olahraga, terapi mozart, relaksasi, dan minum-minuman herbal (Saifudin, 2008).

Produk herbal memang menjadi pilihan utama bagi remaja putri yang hendak mengurangi nyeri tanpa menanggung efek samping (Triratnawati, 2003). Salah satu produk herbal yang bisa mengurangi nyeri haid adalah minuman kunyit.

Kunyit memiliki kandungan *curcumin* dan minyak atsiri yang memiliki manfaat hampir sama dengan obat-obatan golongan analgesik yang bisa mengurangi nyeri *dismenore* dengan cara memperlambat pembentukan prostaglandin dengan mekanisme biosintesis sehingga dapat menghentikan impuls-impuls nyeri dari korteks nyeri yang ada di medulla oblongata (McPhee & Ganong, 2013).

Asam jawa mengandung *anthocyanin* dan tanin yang memiliki manfaat hampir sama dengan obat-obatan golongan anti prostaglandin non steroid dalam menurunkan nyeri dengan cara mengurangi ketegangan otot sehingga dapat menurunkan kram otot pada miometrium saat menstruasi (Proverawati, 2014).

Pada penelitian Safitri (2018) bahwa terdapat pengaruh minuman kunyit asam terhadap penurunan nyeri haid, sebelum intervensi nyeri haid skala sedang terjadi pada 13 mahasiswa (65 %) setelah intervensi nyeri haid skala sedang menurun menjadi 6 mahasiswa (35%) sisanya 8 mahasiswa (40%) tidak nyeri. Kunyit asam yang termasuk produk herbal/jamu atau fitofarmaka saat ini memang menjadi alternatif utama bagi para remaja putri yang ingin mengurangi rasa nyeri dismenorea tanpa mendapat efek samping (Winarso, 2014).

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis ingin menghasilkan luaran berupa media poster yang bermanfaat bagi masyarakat khususnya remaja putri mengenai efektifitas minuman kunyit asam dalam menurunkan nyeri haid.

Tujuan dari poster ini untuk meningkatkan pengetahuan masyarakat khususnya remaja putri tentang efektifitas minuman kunyit asam untuk menurunkan nyeri haid pada saat menstruasi. Target luaran yang ingin dicapai adalah terciptanya media edukasi poster yang bermanfaat bagi berbagai pihak, khususnya remaja

putri dapat memberikan pengetahuan dan penanganan dismenore yang dialami remaja putri. Kemudian bagi institusi menambah sumber bacaan diperpustakaan dan menjadi sumber pengetahuan bagi pembaca serta sebagai informasi ilmiah mengenai penanganan keluhan nyeri haid.