

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

Remaja berasal dari kata latin *adolensence* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Istilah *adolensence* mempunyai arti yang lebih luas lagi yang mencakup kematangan mental, emosional dan fisik. Remaja adalah masa peralihan dari masa anak menuju masa dewasa yang mengalami perkembangan semua aspek atau fungsi untuk memasuki masa dewasa. (Cindrya & Elsa, 2019).

Perempuan mengalami menstruasi pertama kali biasanya sekitar usia 10 tahun, namun bisa lebih dini atau lebih lambat. Menstruasi adalah proses meluruhnya jaringan endometrium karena tidak adanya sel telur matang yang dibuahi sperma. Menstruasi menandakan bahwa seorang perempuan sudah mampu untuk menghasilkan keturunan dan tentunya hal ini sangat diharapkan oleh semua perempuan (Juliana, 2018)

Setiap bulan, secara periodik seorang wanita normal akan mengalami peristiwa reproduksi, yaitu meluruhnya jaringan endometrium karena tidak adanya telur matang yang dibuahi oleh sperma, peristiwa itu normal dan alami sehingga dapat dipastikan bahwa semua wanita yang normal pasti akan mengalami proses itu. Kenyataannya banyak wanita yang mengalami masalah menstruasi, diantaranya adalah Dismenore.

Dismenore merupakan salah satu masalah ginekologi yang paling umum dialami saat remaja, sangat mengganggu aktivitas bahkan seringkali mengakibatkan timbul rasa nyeri yang paling sering terjadi pada wanita. Dismenore terjadi karena prostaglandin, yaitu zat yang menyebabkan otot rahim berkontraksi. Pada sebagian perempuan, Dismenore yang dirasakan dapat berupa nyeri samar ataupun bisa terasa kuat bahkan bisa mengganggu aktivitas sehari-hari (Pebrianti, 2018)

Menurut data dari World Health Organization (WHO) tahun 2018 bahwa angka kejadian Dismenore didunia sangat besar. Rata rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami Dismenore, seperti di Amerika angka presentasinya sekitar 60%, di Swedia sekitar 72 dan di Inggris sebuah penelitian menyatakan bahwa 10% dari remaja sekolah lanjut tampak absen 1-3 hari setiap bulainnya karena mengalami Dismenore dan di Indonesia angka kejadian dismenore 64,25 % terdiri dari 54,89 % dismenore primer dan 9,36 % dismenore sekunder, angka kejadian

Dismenore banyak terjadi pada remaja perempuan dengan presentase 30% sampai 60% (Oktorika et al., 2020).

Berdasarkan data dari profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah jumlah remaja putri usia 10-19 tahun sebanyak 2.899.120 jiwa. Sedangkan yang mengalami Dismenore di provinsi Jawa Tengah mencapai 1.465.876 jiwa (Mirostun, 2018). Di Sukoharjo tahun 2018 dengan jenis kelamin perempuan usia 10-19 tahun yaitu sebanyak 69.797 atau 8,14% jiwa dari 857.421 jiwa penduduk. Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Anisa., et al. (2018) yang dilakukan pada remaja putri di kecamatan lima puluh kota Pekanbaru didapatkan prevalensi Dismenore dengan nyeri sedang 48,1 %.

Upaya untuk menurunkan atau mengurangi Dismenore dapat dilakukan dengan cara farmakologis dan non farmakologis, cara farmakologis bisa diatasi dengan menggunakan obat-obatan analgesic. Sedangkan untuk terapi non farmakologis bisa dilakukan dengan kompres. (Seingo,2018)

Kompres jahe juga dapat menurunkan nyeri haid dalam penelitian yang dilakukan Mintarsi tahun (2018) Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan kompres jahe dari 15 responden skala 0 sebanyak 5 responden, skala 1 sebanyak 5 responden, skala 2 sebanyak 4 responden, skala 3 sebanyak 1 responden. Sama halnya dengan penelitian yang dilakukan oleh Ishak et al (2022) menyatakan bahwa dismenorea pada remaja putri terdapat perbedaan yang signifikan responden sebelum dan sesudah diberikan kompres jahe hanga.

Wawancara yang dilakukan penulis terhadap 13 remaja putri. Ditemukan 9 remaja putri mengalami Dismenore pada saat haid dan 4 orang lainnya mengalami Dismenore ringan pada saat haid. 9 dari 13 orang yang mengalami Dismenore yang mengganggu aktivitas mereka. Berdasarkan wawancara dengan 12 remaja putri 4 diantaranya mengatakan upaya penanganan mengatasi Dismenore dengan analgetik, 5 diantaranya mengatakan upaya penanganan mengatasi Dismenore dengan jamu tradisional dan 4 orang lainnya hanya membiarkan tidak pernah melakukan upaya penanganan Dismenorea karena terbatasnya informasi.

Berdasarkan uraian diatas penulis tertarik untuk memberikan KIE (Komunikasi Informasi dan Edukasi) dengan media Buku Saku. Media buku saku dapat menyampaikan pesan dan informasi dalam bentuk buku kecil yang dapat dibawa kemana-mana baik berupa tulisan maupun gambar (Hadisuyitno & Ruyadi 2018).

Tujuan dibuatnya buku saku adalah sebagai sumber informasi mengenai cara mengatasi Dismenore dengan nonfarmakologi. Manfaat yang diharapkan dari buku saku ini adalah sebagai salah satu sarana informasi mengenai kompres jahe yang dapat menurunkan Dismenore pada saat menstruasi. Sehingga diharapkan setelah mendapat informasi dari buku saku tersebut remaja putri dapat mulai menggunakan terapi kompres jahe sebagai salah satu cara mengatasi Dismenore. Selain itu, manfaat yang dapat diberikan kepada masyarakat adalah sebagai referensi untuk meningkatkan pengetahuan dalam penanganan Dismenore pada remaja putri.