

# **BAB 1**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa peralihan atau masa transisi dari anak menuju masa dewasa (Diananda, 2019). Remaja menurut WHO (*World Health Organization*), ialah penduduk yang berada dalam rentang usia 10-19 tahun. Remaja dikelompokkan menjadi tiga fase, yaitu fase pra remaja dimana mereka berusia 11 - 14 tahun, fase remaja awal dalam rentang usia 13 - 17 tahun, serta fase remaja lanjut yang berada dalam rentang usia 17 - 21 tahun (Haidar & Apsari, 2020).

Prevalensi remaja menurut UNICEF (*United Nations International Children's Emergency Fund*) ialah remaja usia 10-19 tahun sekitar 1,2 miliar, dengan total populasi remaja di dunia yaitu 16%. Menurut Kemenkes RI 2018, jumlah remaja sekitar 70 juta jiwa atau 26,6% dari jumlah penduduk Indonesia (Pratiwi & Lestari, 2021). Sedangkan prevalensi remaja menurut Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Tengah tahun 2021 yaitu kelompok remaja berusia 15 –19 tahun berjumlah 1.359.213 dari total seluruh jumlah penduduk Jawa Tengah sebanyak 36.742.6501 jiwa (BPS, 2021).

Usia remaja akan banyak sekali mengalami perkembangan dan pertumbuhan guna mencari identitas dan jati dirinya. Berbagai perubahan akan muncul baik dari sisi psikologis, fisik (pubertas) dan sosial lingkungan (Pratiwi & Lestari, 2021). Perubahan – perubahan fisik terbesar terjadi pada tinggi dan berat badan yang dapat dilihat dan diukur. Selanjutnya, tanda mulai berfungsinya alat-alat reproduksi pada remaja wanita yaitu ditandai dengan munculnya menstruasi (Sulistiyanti & Ayu, 2021).

Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada setiap wanita. Menstruasi terjadi akibat perdarahan uterus secara teratur yang menandakan bahwa sistem reproduksi berfungsi dengan baik. Menstruasi pertama (*menarche*) umumnya terjadi di usia 12-16 tahun (Astuti *et al.*, 2022). Terdapat beberapa gejala yang sering muncul saat menstruasi seperti jerawat di wajah,

perut mulas (dismenorea) dan nyeri saat buang air kecil, emosi meningkat, payudara membengkak, sakit kepala, dan keputihan. Jumlah paling besar dari gejala yang muncul pada saat menstruasi adalah perut mulas atau nyeri haid (Wenda & Mahanani, 2018).

Dismenorea merupakan rasa sakit pada masa menstruasi yang rasa sakitnya bermacam-macam, mulai dari rasa sakit yang tajam, tumpul berdenyut, mual dan terbakar atau menusuk dan biasanya bersamaan dengan perdarahan menstruasi yang berlebih atau *menorrhagia* (Ilmi *et al.*, 2019). Dismenorea ialah suatu rasa nyeri yang dirasakan pada perut bagian bawah atau kram menjelang haid yang berlangsung kurang lebih 2-3 hari, dimulai sehari sebelum mulai haid. Dismenorea biasanya berkurang saat saat pendarahan menstruasi mulai surut (Indah & Susilowati, 2022).

Angka kejadian dismenorea di dunia cukup besar, hampir 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri dismenorea. Menurut WHO sebesar 1.769.425 jiwa (90%) mengalami kejadian dismenorea dengan angka kejadian 10-15% di antaranya mengalami dismenorea dengan nyeri berat. Rata-rata dari insidensi atau kejadian terjadinya dismenorea pada perempuan muda yaitu antara 16,8% –81%, dan rata-rata di negara Eropa dismenorea terjadi pada 45%-97%. Selain itu, juga dilakukan survey pada 113 perempuan Amerika Serikat dan dinyatakan proporsi sebanyak 29%-44%, paling banyak pada umur 18-45 tahun (Sari & Susanti, 2021). Di Indonesia sendiri prevalensi kejadian dismenorea mencapai 60-70% (Lail, 2019). Prevalensi dismenorea di Indonesia terdiri dari dismenorea primer sebesar 54,89% dan 9,36% mengalami dismenorea sekunder. Prevalensi angka kejadian dismenorea di Jawa Tengah mencapai 56% (Indah & Susilowati, 2022). Sedangkan prevalensi kejadian dismenorea di Surakarta cukup besar, yakni mencapai 87,7 % (Wrisnijati *et al.*, 2019).

Ada banyak penyebab dari dismenorea. Dismenorea biasanya disebabkan oleh status nutrisi, riwayat keluarga dan kebiasaan olahraga (Nurfadillah *et al.*, 2021). Faktor resiko penyebab dismenorea pada saat menstruasi yaitu umur haid yang terlalu dini yaitu < 12 tahun yang mengalami perubahan dan

masih terjadi penyempitan pada leher rahim, sehingga akan timbul rasa nyeri pada saat haid (Syafriani *et al.*, 2021). Status gizi pada remaja yang mengalami berat badan berlebih atau *overweight* juga merupakan salah satu faktor resiko penyebab terjadinya nyeri haid atau dismenorea (Syafriani *et al.*, 2021).

Dampak yang ditimbulkan dari dismenorea sangat merugikan bagi yang mengalaminya. Dismenorea akan menimbulkan dampak pada remaja putri antara lain rasa letih, sakit di daerah bawah pinggang, perasaan cemas dan tegang, kepala pusing, bingung, mual muntah, diare, kram perut dan sakit perut serta aktivitas yang terganggu. Lokasi sakit ini juga dirasakan pada perut bagian bawah, sampai paha dan panggul belakang. Permasalahan yang terjadi tersebut berefek pada kualitas hidup remaja putri yang mengalami dismenorea atau nyeri haid (Oktavianto *et al.*, 2018).

Penanganan dismenorea dapat dilakukan dengan 2 cara, yaitu dengan terapi farmakologis dan non farmakologis. Terapi farmakologis yang dapat dilakukan sebagai upaya untuk mengatasi dismenorea antara lain, pemberian obat analgesik, terapi hormonal, obat nonsteroid prostaglandin, dan dilatasi kanalis servikalis (Noviani & Aris, 2022). Sedangkan terapi non farmakologis diantaranya dengan sejumlah rempah-rempah, mandi air hangat, melakukan pemijatan olahraga, aroma terapi, mendengarkan musik, membaca buku atau menonton film, serta kompres hangat pada punggung dan perut bagian bawah (Sari & Listiarini, 2021). Terapi non farmakologis dengan menggunakan rempah-rempah salah satunya dengan menggunakan kompres jahe.

Jahe merupakan salah satu tanaman herbal yang dipercaya dapat mengurangi rasa nyeri, karena bagian rimpangnya mengandung zat besi, kalsium, vitamin C, minyak atsiri, serta gingerol yang berfungsi sebagai analgesik, antipiretik, dan anti inflamasi (Sari & Listiarini, 2021). Dari penelitian yang sebelumnya dilakukan, kompres hangat jahe dapat dimanfaatkan sebagai pereda nyeri pada punggung bawah (*low back pain*) terhadap ibu hamil di trimester 3, karena jahe memiliki efek pedas dan panas yang dapat bekerja dengan menstimulasi reseptor tidak nyeri (non-

nosiseptor) sehingga dapat meredakan nyeri akut dan spasme otot pada ibu hamil yang mengalami *low back pain* (Kusumawati *et al.*, 2019). Selain itu, kandungan gingerol dalam jahe juga dapat memberikan efek hangat dan menimbulkan pembesaran vena yang akan meningkatkan peredaran darah ke membrane sel sehingga otot – otot uterus menjadi rileks (Bulu, 2022). Dari berbagai jenis jahe, jahe merah merupakan salah satu jenis jahe yang memiliki kandungan paling unggul. Kandungan minyak atsiri dalam jahe merah berkisar antara 2.58-3.72% (bobot kering), sedangkan jahe gajah 0.82-1.68% dan jahe emprit (putih) 1.5-3.3%. Selain itu, kandungan oleoresin jahe merah juga lebih tinggi dibandingkan jahe lainnya, yaitu 3% dari bobot kering (Mandela *et al.*, 2021). Disamping manfaatnya yang lebih tinggi ternyata jahe merah memiliki kekurangan yaitu lebih langka dan harganya lebih mahal dibandingkan jahe pada umumnya (Astuti, 2020). Maka dari itu peneliti lebih tertarik untuk meneliti jahe jenis emprit yang mudah ditemukan di pasaran dengan harga paling ekonomis dibandingkan dengan jahe merah.

Studi pendahuluan yang dilakukan di 5 puskesmas di wilayah Kota Surakarta pada bulan Februari tahun 2023, didapatkan hasil bahwa Kelurahan Semanggi merupakan kelurahan dengan remaja yang mengalami dismenorea terbanyak pada tahun 2022, yaitu sebanyak 64 remaja putri. Dari data Dinas Kesehatan Kota Surakarta tahun 2022, Kelurahan Semanggi merupakan kelurahan dimana jumlah remaja wanita usia subur (WUS) terbanyak di Kota Surakarta, yaitu sebesar 7029 jiwa. Dari metode wawancara yang dilakukan, terdapat 7 dari 10 remaja putri yang merasakan dismenorea (nyeri haid). Remaja putri yang mengalami dismenorea tersebut mengatakan belum pernah menggunakan kompres jahe untuk mengatasi masalah dismenorea. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk menganalisis “Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Dismenorea Pada Remaja di Kelurahan Semanggi Surakarta”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan maka dapat dirumuskan masalah peneliti yaitu “Adakah Pengaruh Kompres Jahe Terhadap Dismenorea Pada Remaja di Kelurahan Semanggi Surakarta ?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh kompres jahe terhadap dismenorea pada remaja di Kelurahan Semanggi

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dismenorea sebelum diberikan kompres jahe pada remaja di Kelurahan Semanggi, Surakarta
- b. Mengidentifikasi dismenorea setelah diberikan kompres jahe pada remaja di Kelurahan Semanggi, Surakarta
- c. Menganalisis pengaruh kompres jahe terhadap dismenorea pada remaja di Kelurahan Semanggi, Surakarta

## **D. Manfaat Penelitian**

### 1. Bagi Peneliti

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi dan memperluas wawasan pengetahuan penulis pada ilmu keperawatan khususnya tentang pengaruh kompres jahe terhadap penurunan dismenorea.

### 2. Bagi Masyarakat

Diharapkan penelitian ini dapat menambah informasi dan pengetahuan masyarakat tentang pengaruh kompres jahe terhadap penurunan dismenorea.

### 3. Bagi Instansi

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi wawasan dan sebagai referensi dosen dan mahasiswa dalam melakukan penelitian.

#### 4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan penelitian ini dapat menjadi dasar, masukan ataupun pembandingan dalam melakukan atau mengembangkan penelitian tentang pengaruh kompres jahe terhadap penurunan dismenorea.

#### E. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian ini dapat diketahui dari penelitian terdahulu yang berhubungan dengan penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti sekarang, antara lain

1. **Nurhalimah *et al.*, (2020)** **Judul** : Efektivitas kompres jahe dan kompres serai terhadap penurunan dismenorea di asrama putri universitas an nuur. **Tujuan** : Untuk mengetahui efektifitas kompres jahe dan kompres serai terhadap penurunan dismenorea di asrama putri Universitas An Nuur Purwodadi. **Hasil** : berdasarkan uji Paired T Test kedua kelompok diperoleh nilai  $p$  value  $0.000 < 0.05$   $H_0$  ditolak  $H_a$  diterima. yang berarti terdapat pengaruh kompres jahe dan kompres serai terhadap dismenorea di asrama putri Universitas Annur Purwodadi. **Persamaan** : Persamaan dengan penelitian saat ini adalah variabel terikat yaitu penurunan dismenorea. **Perbedaan** : Terdapat perbedaan tempat, waktu, serta variabel bebas.
2. **Kusumawati *et al.*, (2019)** **Judul** : Pemberian Kompres Jahe untuk Menurunkan Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III Pada Asuhan Keperawatan Maternitas. **Tujuan** : Untuk mengetahui pengaruh pemberian kompres jahe dalam menurunkan Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III **Hasil** : Evaluasi yang didapatkan terjadi penurunan nyeri setelah diberikan kompres jahe. Sehingga didapat kesimpulan bahwa kompres jahe efektif untuk menurunkan nyeri punggung bawah ibu hamil trimester III. **Persamaan** : Terdapat persamaan antara penelitian ini dengan penelitian yang disusun penulis, yaitu variabel terikat yang sama yaitu penurunan dismenorea dan kompres jahe. **Perbedaan** : Perbedaan dengan penelitian saat ini adalah pada waktu, tempat, dan responden penelitian.

3. **Bulu** (2022) **Judul** : Pemberian kompres jahe merah terhadap dismenore primer pada Siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang. **Tujuan** : Untuk mengetahui bagaimana pemberian kompres jahe merah pada dismenore primer pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang **Hasil**: Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa sebelum diberikan kompres hangat jahe merah, dismenore ditemukan pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang dengan klasifikasi nyeri sedang (56%), setelah diberikan kompres hangat jahe merah dimana siksaan pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang berkurang yang berada pada klasifikasi nyeri ringan (59,4%) dan ada pengaruh pemberian kompres jahe merah terhadap dismenore esensial pada siswi SMP Kristen Aletheia Kota Malang. Penelitian di masa depan seharusnya melihat dampak jahe merah dan jahe lain yang lebih efektif dalam mengurangi dismenore. **Persamaan** : Persamaan dengan penelitian saat ini adalah variabel terikat yaitu penurunan dismenorea. **Perbedaan** : Terdapat perbedaan responden, tempat, waktu, serta variabel bebas.
4. **Sasongko** (2019) **Judul** : Aplikasi Kompres Jahe Merah untuk Mengatasi Nyeri Akut pada Remaja dengan Dismenore. **Tujuan** : Untuk mengetahui penurunan nyeri akut dismenorea dengan pemberian kompres jahe merah. **Hasil** : Hasil penelitian yang telah dicapai menunjukkan bahwa aplikasi kompres jahe merah mampu mengurangi nyeri dismenore dari skala 6 menjadi skala 2, klien mengatakan senang sudah bisa melakukannya secara mandiri. **Persamaan** : Persamaan dengan penelitian saat ini terletak pada penurunan nyeri dismenorea. **Perbedaan** : Terdapat perbedaan waktu, tempat, serta variabel bebasnya, yaitu jahe merah.
5. **Syapitri** (2018) **Judul** : Kompres Jahe Berkhasiat Dalam Menurunkan Intensitas Nyeri Pada Penderita Rheumathoid Arthritis. **Tujuan** : Untuk mengetahui khasiat kompres jahe dalam menurunkan nyeri haid pada penderita Rheumathoid Arthritis **Hasil** : Dari hasil penelitian didapatkan hasil bahwa sebelum dilakukan kompres jahe rata-rata intensitas nyeri yang dialami responden adalah 4,73 dan setelah dilakukan kompres jahe rata-rata intensitas nyeri yang dialami responden adalah 2,13. Ada

pengaruh kompres jahe terhadap intensitas nyeri pada penderita rheumathoid arthritis usia diatas 40 tahun dengan nilai p-value 0,000

**Persamaan :** Persamaan dengan penelitian saat ini adalah variabel terikat yaitu penurunan dismenorea. **Perbedaan :** Terdapat perbedaan tempat, waktu, serta variabel bebas.