

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa perkembangan dan pematangan organ reproduksi serta fungsinya, oleh karena itu masa remaja dapat digolongkan sebagai usia produktif. Peristiwa penting dalam siklus reproduksi remaja putri antara lain adalah terjadinya menstruasi pertama atau yang sering disebut dengan Menarche. Permasalahan kesehatan reproduksi yang sering ditemui remaja adalah Menstruasi, fenomena reproduksi ini normal dialami oleh wanita. Menstruasi adalah keluarnya darah secara teratur dari rahim, pertanda organ rahim berfungsi normal. Semua wanita normal akan mengalami menstruasi, meskipun pada kenyataannya banyak wanita yang mengalami masalah menstruasi seperti dismenore. (Kusmiran, 2019).

Dismenore adalah nyeri selama atau sesaat sebelum menstruasi dan merupakan salah satu masalah ginekologi yang paling umum terjadi pada wanita segala usia (Lowdermik et al., 2019). Dismenore primer terjadi 6 hingga 12 bulan setelah menstruasi pertama dan disebabkan oleh tingginya kadar prostaglandin yang dilepaskan dari sekresi endometrium menyebabkan kontraksi uterus yang nyeri (Bajrai, 2021). Gejala dismenore memaksa penderita untuk beristirahat atau meninggalkan pekerjaan atau gaya hidup sehari-hari selama beberapa jam atau hari (Setyaningrum dan Zulfa, 2020).

Menurut World Health Organization (WHO), 10-15% wanita mengalami dismenore berat dan angka kejadiannya adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita dismenore. Di Indonesia, jumlah penderita dismenore sebanyak 107.671 orang (64,24%), dimana 59.671 orang (54,89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 orang (9,36%) mengalami dismenore sekunder (informasi sehat, 2020).

Banyak penelitian yang membuktikan bahwa mengonsumsi bahan-bahan alami mampu menurunkan dismenorea seperti pada penelitian Pratiwi dan Karniasih (2018) Bahan alam yang dapat digunakan untuk mengurangi

dismenorea yaitu wortel (*Daucus Carota*) merupakan salah satu sayuran yang paling banyak manfaatnya. Wortel mengandung gula, karotin, pektin, asparagin, serat, lemak, hidrangan, kalsium, fosfor, besi, sodium, asam amino, minyak esensial, dan ketakaroten. Wortel juga mengandung vitamin A, B, C, D, E dan K (Hembing, 2019). Salah satu manfaat vitamin E adalah bisa membantu pengeblokan formasi prostaglandin dan vitamin E juga bisa membantu mengatasi efek peningkatan produksi hormon prostaglandin. Hormon prostaglandin adalah hormon yang mempengaruhi terjadinya nyeri menstruasi. Agar dapat diabsorpsi dengan lebih cepat dan maksimal wortel dapat dikonsumsi dengan cara dibuat jus.

Berdasarkan study pendahuluan yang dilakukan peneliti melalui wawancara kepada 5 remaja di Desa Ngablak didapatkan 3 remaja yang mengalami disminore dan mereka merasa tidak nyaman dalam menjalankan aktifitas sehari-harinya mereka juga merasa lebih sulit berkonsentrasi ketika sekolah karena nyeri disminore yang dialami. Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Jus Wortel Terhadap Penurunan Disminore”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan pengamatan “Apakah ada Pengaruh Jus Wortel Untuk Mengurangi Disminore?”

C. Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini meliputi tujuan umum dan tujuan khusus yaitu :

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Jus Wortel Untuk Mengurangi Dismenore

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dismenore sebelum pemberian jus wortel
- b. Mengidentifikasi dismenore setelah diberikan jus wortel
- c. Menganalisa perbedaan sebelum dan setelah diberikan jus wortel

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pemahaman dan pengetahuan dalam bidang kebidanan mengenai pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan disminore.

2. Manfaat Praktis

- a. Memberikan informasi yang berguna kepada remaja putri yang mengalami disminore mengenai pengaruh jus wortel terhadap penurunan disminore.
- b. Sebagai sumber informasi terapi non farmakologis dalam penatalaksanaan mengenai pengaruh pemberian jus wortel terhadap nyeri menstruasi pada remaja putri.
- c. Sebagai acuan bagi peneliti selanjutnya yang ingin melakukan penelitian dalam bidang kebidanan khususnya mengenai pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan disminore

E. Keaslian Penelitian

Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
Vivi,Septika,&Feri Tahun 2020	Pengaruh Pemberian Jus Wortel Terhadap Penurunana Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri.	Pada jurnal tersebut menjelaskan sama sama menjelaskan bahwa penanganan nyri haid dapat ditangani dengan dua kategori yaitu penanganan farmakologis dan pendekatan non farmakologis.	Pada jurnal ini menggunakan metode penelitianpre eksperimen dengan pendekatan one group pretest-one group post test design.
Kusmiyati Tahun 2020	Nyeri Haid, Penyebab, dan Penanggulangnya.	Pada jurnal tersebut menjelaskan sama sama menjelaskan bahwa penanganan nyri haid dapat ditangani dengan dua kategori yaitu, penanganan farmakologis dan pendekatan non farmakologis.	Pada jurnal ini tidak mencantumkan metodologi yang digunakan, jurnal ini berisikan pemaparan materi nyeri haid, penyebab, dan penanggulangnya.