

BAB I

PENDAHULUAN

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2017 didapatkan kejadian dismenore sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore, dengan 10-16% mengalami dismenore berat (Syafriani, 2021). Prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Disminore primer dialami oleh 60-75% remaja, dengan tiga perempat dari jumlah remaja tersebut mengalami nyeri ringan sampai berat dan seperempat lagi mengalami nyeri berat. Di Provinsi Lampung sendiri angka kejadian dismenore cukup tinggi, hasil penelitian didapatkan sebanyak 54,9% wanita mengalami dismenore (Indrayani dkk., 2022). Sekitar 70-90 % kasus disminore terjadi saat usia remaja. Remaja yang mengalami nyeri haid akan terpengaruh aktivitas akademis, sosial dan olahraganya (Dewantara et al., 2019).

Wanita normal mengalami menstruasi yang datang secara berulang setiap bulannya, sejak masa pubertas hingga menjelang menopause. Banyak perempuan yang mengalami kesulitan saat menstruasi. Menstruasi yang terlalu sedikit, terlambat, atau menyebabkan nyeri perut yang parah. Secara klinis gangguan tersebut timbul karena siklus menstruasi melibatkan hormon tubuh yang sangat rentan terhadap masalah, gangguan tersebut secara klinis muncul. Nyeri saat haid adalah salah satu keluhan yang sering dialami perempuan. Secara medis, penyakit ini disebut dismenore (Ashra, 2016).

Disminore adalah masalah ginekologi yang paling sering terjadi pada wanita. Yang terjadi karena ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah, menyebabkan dan rasa nyeri. Wanita dengan dismenore menghasilkan prostaglandin sepuluh kali lebih banyak dari pada wanita yang tidak mengalaminya. Konstraksi distrimik myometrium menyebabkan dismenore, yang menyebabkan satu atau lebih gejala, mulai dari nyeri haid yang ringan hingga berat di bagian perut bagian bawah, bokong, dan spasmodik di sisi medial paha. Kadang disertai dengan muntah, diare, sakit kepala, mual, dan emosi yang tidak stabil (Dianati et al., 2020). Prostaglandin yang berlebihan akan meningkatkan

kontraksi uterus. Dismenore juga dapat terjadi pada wanita dengan kondisi tertentu seperti endometriosis, infeksi pelvis (daerah panggul), tumor rahim, apendisitis, gangguan organ pencernaan, bahkan kelainan ginjal (Sri dkk., 2018).

Terapi awal untuk dismenore primer adalah pemberian obat penghilang rasa nyeri. Obat penghambat prostaglandin menurunkan rasa nyeri sebesar 80% (Speroff, 2018). Obat-obatan antiinflamasi golongan non-steroid seperti ibuprofen, naproksen, asam mefenamat dan aspirin banyak digunakan sebagai terapi awal nyeri haid (Dawood,2019). Namun, obat-obatan tersebut memiliki efek samping termasuk nausea, dispepsia, dan muntah-muntah (Dewantara et al., 2019).

Untuk menghilangkan rasa nyeri saat haid, pengobatan tradisional yang terbuat dari bahan alami atau non-farmakologis juga dapat digunakan. Kelebihan pengobatan tradisional adalah tidak memiliki efek samping. Daun pepaya, juga dikenal sebagai carica papaya, mengandung vitamin E, yang dapat mengurangi nyeri haid, dan merupakan salah satu obat tradisional yang dapat digunakan untuk mengobati dismenore (Dawood, 2019). Daun pepaya merupakan tanaman yang berasal dari benua Amerika, dikenal memiliki sifat analgetik dan anti inflamasi. Daun pepaya mengandung flavonoid, yang berfungsi sebagai analgetik dengan menghentikan enzim siklooksigenase (Suryanto, 2017). Akibatnya, asam arakidonat akan menghasilkan lebih sedikit prostaglandin, sehingga akan mengurangi rasa nyeri (Dewantara et al., 2019). Daun pepaya mengandung vitamin E yang dapat mengurangi nyeri haid dengan menghalangi biosintesis prostaglandin. Ini dilakukan dengan menghalangi aktivitas enzim fosfolipase A dan siklooksigenase melalui penghambatan aktivasi post translasi siklooksigenase, yang menghambat produksi prostaglandin. Sebaliknya, vitamin E juga meningkatkan produksi prostasiklin dan PGE2, yang keduanya berfungsi sebagai vasodilator yang dapat merelaksasi otot polos uterus (Fitri Maulani et al., 2018).

Menurut penelitian (Nadila Sari dkk., 2022), kandungan sari daun pepaya dapat mengurangi nyeri disminore pada remaja. Hal ini karena kandungannya memiliki sifat yang mirip dengan ibuprofen. Studi ini menunjukkan bahwa air rebusan daun pepaya sangat efektif untuk meredakan nyeri dismenore. Daun pepaya mengandung magnesium dan vitamin E yang sangat baik untuk mengurangi dismenore. Diketahui bahwa daun pepaya mengandung flavonoid yang berfungsi sebagai analgetik, yang menghentikan enzim siklooksigenase. Oleh karena itu, produksi prostaglandin oleh asam arakidonat akan berkurang, sehingga rasa sakit akan berkurang.

Penelitian (Fitri Maulani dkk., 2018) menemukan bahwa dari 15 siswi SMP Negeri 31 Semarang yang diberi terapi ekstrak rebusan daun pepaya, 14 siswi (93,3%) mengalami nyeri skala ringan. Hal ini karena kandungan vitamin E dalam daun pepaya dapat membantu mengurangi nyeri haid dengan menghalangi biosintesis prostaglandin. Ini terjadi ketika vitamin E menghambat aktivitas enzim fosfolipase A dan siklooksigenase dengan menghalangi aktivasi post translasi siklooksigenase, yang menghambat produksi prostaglandin. Di sisi lain, vitamin E juga meningkatkan produksi prostasiklin dan PGE2, yang keduanya berfungsi sebagai vasodilatator yang dapat merelaksasi otot polos uterus.

Salah satu peran dan fungsi bidan dalam meningkatkan pelayanan kesehatan yaitu sebagai edukator atau pendidik. Setelah mempertimbangkan berbagai aspek buku saku bisa menjadi salah satu media yang dapat digunakan bidan dalam memberikan asuhan dan pelayanan berupa KIE khususnya pada remaja.

Buku saku adalah buku yang berukuran kecil yang bisa dibawa kemana-mana dan bisa dimasukkan ke dalam saku. Adapun kelebihan buku saku yaitu dapat menyajikan informasi dalam jumlah banyak, dapat dipelajari oleh pembaca sesuai dengan kemampuan, dapat dipelajari dimanapun, bukunya menarik dilengkapi gambar dan warna yang menarik. Selain kelebihan buku saku juga memiliki kelemahan yaitu bahan cetak yang tebal akan membosankan saat dibaca, mudah sobek dan rusak karena terbuat dari bahan kertas.

Dari uraian diatas penulis tertarik membuat luaran berupa buku saku yang berjudul “Manfaat Rebusan Daun Pepaya Terhadap Desminore Pada Remaja Putri Menggunakan Media Buku Saku”. Pembuatan buku saku ini diharapkan dapat

meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengurangi keluhan nyeri haid pada remaja dengan cara meminum rebusan daun pepaya. Dan diharapkan menjadi KIE kepada masyarakat secara umum dan khususnya remaja yang mempunyai keluhan nyeri haid.

