

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi pertumbuhan dan perkembangan antara masa anak-anak dan masa dewasa. Rentang usia remaja menurut WHO dimulai dari 10-19 tahun. Sedangkan menurut BKKBN rentang usia remaja dari 10-24 tahun dan belum menikah. Pada masa perkembangan reproduksi disebut dengan masa pubertas, pubertas ditandai dengan permulaan menstruasi (menarche). Pada saat menstruasi wanita akan mengalami keluhan seperti merasakan nyeri haid atau kram, yang juga disebut *dismenore* (Kementrian Kesehatan RI. 2018).

Dismenore adalah nyeri sewaktu haid yang biasanya terjadi di daerah perut bagian bawah, pinggang, bahkan punggung bisa juga berupa kram perut bagian bawah yang menjalar ke punggung atau kaki. Permasalahan *dismenore* adalah permasalahan yang sering dikeluhkan saat wanita datang ke dokter atau tenaga Kesehatan yang berkaitan dengan haid. Kondisi ini akan bertambah parah apabila disertai dengan kondisi psikis yang tidak stabil. Terlebih lagi di kalangan wanita yang bekerja dan harus tetap masuk kerja dalam kondisi kesakitan (Asih et al., 2020)

Dampak dari *dismenore* yang dialami oleh remaja putri dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Remaja putri dengan *dismenore* akan membatasi aktivitasnya sehari-hari, terutama aktivitas sekolah. Aktivitas belajar merupakan prinsip yang sangat penting dalam interaksi pembelajaran yang melibatkan tidak hanya fisik tetapi juga aktivitas mental. *Dismenore* secara signifikan terkait dengan ketidakhadiran, tugas sekolah, partisipasi olahraga, dan bersosialisasi dengan teman (Yuliyani, et al 2022). Penatalaksanaan *dismenore* pada remaja sangat diperlukan agar nantinya tidak terjadi dampak yang lebih buruk (Rofiqoh, 2021).

Berbagai upaya dilakukan untuk menurunkan nyeri *dismenore*, baik secara farmakologi maupun non farmakologi. menangani *dismenore* dapat dilakukan secara farmakologis dan non farmakologis. Salah satu terapi non

farmakologi dalam mengatasi nyeri *dismenore* dapat menggunakan *dark chocolate* sebagai perbaikan nutrisi atau zat gizi pada remaja (Rahmaningtyas., 2022). Coklat mengandung vitamin dan mineral, serta merangsang otak untuk melepaskan hormon *endorphin* (Asih., 2020). Hormon *endorphin* merupakan substansi yang dikeluarkan oleh tubuh yang berfungsi menghambat impuls nyeri. Dimana hormone *endorphin* akan menjadi analgesik alami dan penenang alami dan penenang alami yang dapat menurunkan intensitas nyeri haid (Carolin et al., 2023).

Menurut kemenkes RI tahun 2020 di Indonesia angka kejadian *dismenore* sebanyak 107.673 jiwa (64,24%) mengalami *dismenore* primer dan 9,496 jiwa (9,63%) mengalami *dismenore* sekunder. Provinsi Lampung memiliki angka kejadian *dismenore* cukup tinggi, hasil penelitian didapatkan sebanyak 54% wanita mengalami *dismenore*. Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Mayasari., et al 2022) di SMP Muhammadiyah 2 Gisting Kabupaten Tanggamus diperoleh hasil sebanyak 55,8% siswi mengalami *dismenore*. Kejadian *dismenore* pada remaja berkisar 43-93% (Mayasari., et al 2022).

Penelitian yang dilakukan Asih tahun 2020 di SMA Tri Sukses Natar Lampung Selatan dengan populasi seluruh remaja putri di SMA Tri Sukses Natar Lampung Selatan berjumlah 168 orang dan sampel sebanyak 30 orang didapatkan hasil rata-rata nyeri haid sebelum diberikan terapi *dark chocolate* adalah 5,53 dan rata-rata setelah diberikan terapi *dark chocolate* adalah 3,5 yang berarti ada pengaruh intensitas nyeri sebelum dan setelah terapi *dark chocolate*.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada siswi MA Al Ma'mur Banjarsari Kecamatan Wonosobo Tanggamus kecamatan wonosobo tanggamus informasi yang didapat dari 62 siswi, sebanyak 33 siswi mengatakan mengalami *dismenore*. Mereka mengatakan keadaan ini membuat malas dalam beraktivitas sehari-hari dan mengganggu konsentrasi belajar dikelas.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut dengan banyaknya remaja yang mengalami *dismenore* ini maka peneliti tertarik untuk

melakukan penelitian “Pengaruh Pemberian *Dark chocolate* Terhadap Tingkat Nyeri *Dismenore* Pada Siswi MA Al Ma’mur Banjarsari Kecamatan Wonosobo Tanggamus”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut “Apakah ada pengaruh pemberian *dark chocolate* terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenore* pada siswi MA Al Ma’mur Banjarsari Kecamatan Wonosobo Tanggamus?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh pemberian *dark chocolate* terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenore* pada siswi MA Al Ma’mur Banjarsari Kecamatan Wonosobo Tanggamus

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat nyeri *dismenore* sebelum diberikan *dark chocolate* pada siswi MA Al Ma’mur Banjarsari Kecamatan Wonosobo Tanggamus
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri *dismenore* setelah diberikan *dark chocolate* pada siswi MA Al Ma’mur Banjarsari Kecamatan Wonosobo Tanggamus
- c. Menganalisis perbedaan Tingkat nyeri sebelum dan setelah pemberian *dark chocolate* terhadap penurunan tingkat nyeri *dismenore* pada siswi MA Al Ma’mur Banjarsari Kecamatan Wonosobo Tanggamus

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan acuan dan tambahan refrensi mengenai pengaruh pemberian *dark chocolate* terhadap penurunan nyeri *dismenore*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi responden

Penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan solusi untuk mengurangi nyeri *dsmenore* pada remaja.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan serta pemahaman yang lebih memadai mengenai pengaruh pemberian *dark chocolate* terhadap pengurangan nyeri menstruasi pada remaja.

c. Bagi profesi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan kepada anggota profesi dalam melakukan upaya promotive terkait pengurangan nyeri menstruasi pada remaja.

d. Bagi MA Al Ma'mur Banjarsari Wonosobo Tanggamus

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang pengurangan nyeri *dismenore* pada remaja di Ma Al Mal'mur Banjarsari Wonosobo Tanggamus.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penelitian dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Mulya tina, Nanda Desreza, Nyak marwarti (2021)	Pengaruh Pemberian <i>Dark chocolate</i> terhadap Skala Nyeri Menstruasi (<i>Dismenorea Primer</i>) Pada Remaja Putri.	Dalam jurnal penelitian ini peneliti sama-sama menggunakan desain penelitian one group pre-post test design dan Analisa data yakni t test	Pada jurnal penelitian ini Teknik pengambilan data yang digunakan adalah <i>accidental sampling</i> sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti pengambilan data menggunakan <i>simple random sampling</i>
2	Nurul Hikma, Nyna Puspita Ningrum, Nina Hidayatunnikmah (2023)	Pengaruh Pemberian <i>Dark chocolate</i> Terhadap Penurunan	Pada jurnal penelitian ini, peneliti sama-sama menggunakan desain penelitian dengan	Pada jurnal penelitian ini analisa data menggunakan anova one way

		<i>Dismenore</i> Pada Remaja Putri	rancangan one group pre-post test design	sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti Analisa data yang digunakan yakni <i>Wilcoxon test</i>
3	Evan Febriansyah, Kaifar Nuha, Shella Kamal (2021)	Pengaruh Cokelat Hitam Terhadap Intensitas Nyeri <i>Dismenore Primer</i> pada Mahasiswi Akademi Kebidanan Saleha Banda Aceh	Pada jurnal penelitian ini peneliti sama-sama menggunakan rancangan one-group pretest-posttest design dan Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i>	Pada jurnal penelitian ini jumlah sampel sebanyak 30 responden sedangkan pada penelitian yang dilakukan peneliti jumlah sampel sebanyak 20 responden