

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode peralihan berasal masa anak ke masa dewasa, yang dimulai dari usia 10-19 tahun. Pada masa remaja, perempuan akan mengalami masa pubertas, dimana remaja perempuan akan mengalami ovulasi serta menstruasi. Menstruasi merupakan proses pelepasan endometrium yang disertai dengan perdarahan yang terjadi secara berulang setiap bulan. Ketika menstruasi keluhan yang seringkali muncul adalah nyeri menstruasi atau disebut dismenore. Dismenore merupakan nyeri perut bagian bawah yang terkadang rasa nyeri tersebut meluas hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha, ini merupakan hal yang fisiologis dimana terjadi pada hampir setiap perempuan yang mengalami menstruasi. Dismenore menyebabkan aktivitas terganggu selama 1-2 hari setiap bulannya (Martinus et al., 2022)

Menurut data *World Health Organization* (WHO) kejadian dismenore sebesar 1.769.425 jiwa (90%). Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 107.673 jiwa (64,24%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder (Martinus,F.D., 2022). Di provinsi Lampung, angka kejadian dismenore cukup tinggi, hasil penelitian didapatkan sebanyak 54,9% wanita mengalami dismenore (Retno & Amalia, 2023)

Ketidakhadiran remaja putri di sekolah merupakan salah satu akibat dari dismenore. Dampak yang paling umum dari dismenore adalah terbatasnya aktivitas fisik, konsentrasi yang buruk, yang cenderung mengganggu kegiatan belajar seperti tidak memperhatikan penjelasan guru atau tertidur selama kegiatan belajar di kelas. Hal ini berdampak pada prestasi akademik dan non akademik. Semakin kuat rasa sakitnya, maka aktivitas belajar akan semakin terganggu.

Dismenore harus segera diatasi agar tidak semakin mengganggu aktivitas sehari-hari. Dismenore dapat diatasi dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan farmakologi yang paling sering digunakan obat golongan NSAIDs (*Nonsteroidal Anti-Inflammatory Drugs*) seperti asam mefenamat, ibuprofen dan nefroxen. Namun jika dikonsumsi secara berkelanjutan dapat timbul efek samping yang disebabkan oleh bahan kimia didalamnya seperti kerusakan pada saluran cerna/lambung (perut perih) lebih berisiko pada orang dengan riwayat maag/tukak lambung (Yankes.Kemkes, 2023). Oleh karena itu, pengobatan non farmakologi dapat dijadikan alternatif untuk mengatasi dismenore, yaitu dengan cara berolahraga ringan, kompres hangat bagian yang terasa sakit, serta meminum minuman herbal yang berkhasiat untuk mengurangi dismenore, salah satunya adalah minum jus wortel, dimana wortel mengandung banyak vitamin diantaranya terdapat vitamin E dan betakaroten yang mampu menghambat prostaglandin yaitu hormon yang mempengaruhi dismenore (Martinus et al., 2022)

Hasil penelitian (Martinus et al., 2022) menunjukkan remaja mengalami penurunan derajat dismenore yang signifikan setelah diberikan jus wortel dengan $p\ value = 0,000$ ($p < 0,05$) sehingga disimpulkan terdapat pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan derajat dismenore pada remaja putri SMA Negeri 9 Pekanbaru tahun 2021.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan di SMP Muhammadiyah 2 Wonosobo, Lampung, terdapat 8 dari 10 remaja putri mengalami dismenore, saat terjadi dismenore mereka mengatakan menjadi kurang fokus dalam mengikuti pembelajaran dan lebih memilih untuk beristirahat/tidur tanpa melakukan pengobatan farmakologi maupun non farmakologi. Berdasarkan latar belakang tersebut, terdapat cara untuk menurunkan dismenore dengan pengobatan non farmakologi salah satunya dengan mengonsumsi jus wortel maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Pengaruh Pemberian Jus Wortel Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri Di SMP Muhammadiyah 2 Wonosobo, Lampung”

B. Rumusan Masalah

Adakah pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan dismenore pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 2 Wonosobo, Lampung?

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan dismenore pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 2 Wonosobo, Lampung.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi dismenore sebelum dilakukan pemberian jus wortel pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 2 Wonosobo, Lampung
- b. Mengidentifikasi dismenore setelah dilakukan pemberian jus wortel pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 2 Wonosobo, Lampung
- c. Menganalisis pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan dismenore pada remaja putri di SMP Muhammadiyah 2 Wonosobo, Lampung.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini dapat menambah ilmu pengetahuan dan dijadikan sebagai tambahan informasi mengenai pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan dismenore pada remaja putri serta sebagai bahan referensi bagi pengembangan ilmu kebidanan yang dapat digunakan di kalangan instansi pendidikan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan jus wortel dapat dijadikan solusi bagi responden sebagai minuman tambahan atau alternatif untuk mengurangi nyeri saat menstruasi atau dismenore.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai acuan untuk dijadikan referensi, informasi dan literatur tentang jus wortel untuk dismenore, termasuk program seperti seminar bagi mahasiswa terhadap penurunan dismenore pada remaja putri.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar atau bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya terutama tentang dismenore dan penatalaksanaannya.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Martinus et al., 2022	Pengaruh Pemberian Jus Wortel Terhadap Penurunan Derajat Dismenore Pada Remaja Putri SMA Negeri 9 Pekanbaru	Penelitian pre eksperimen, menggunakan <i>pretest and posttest design</i>	Perbedaan pada waktu dan lokasi penelitian, jumlah sampel, dengan teknik <i>Simple Random Sampling</i> , uji statistik dengan uji <i>Wilcoxon</i>
2	Sari dan Hayati., 2021	Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Jus Wortel pada Remaja Putri	Menggunakan <i>one group pretest - posttest design</i> skala pengukuran menggunakan <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> , uji statistik dengan <i>Uji Wilcoxon</i>	Perbedaan pada waktu dan lokasi penelitian, jumlah sampel, pada penelitian saat ini menggunakan teknik <i>Simple Random Sampling</i> .
3	Ariyanti et al., 2020	Pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan skala nyeri dismenore primer pada remaja putri	Menggunakan <i>one group pretest - posttest design</i> , jumlah sampel, variabel bebas dan terikat	Perbedaan pada waktu dan lokasi penelitian, Peneliti saat ini menggunakan teknik <i>Simple Random Sampling</i> .
4	Latifah, S et al., 2021	Pengaruh Pemberian Jus Wortel terhadap Tingkat Nyeri <i>Dysmenorhea</i> Primer pada Siswi Kelas XI SMA Negeri 3 Tasikmalaya	Menggunakan <i>one group pretest - posttest design</i> skala pengukuran menggunakan <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i>	Perbedaan pada waktu dan lokasi penelitian, jumlah sampel, pada penelitian saat ini menggunakan teknik <i>Simple Random Sampling</i> dan desain penelitian pre eksperimen.