

BAB I

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa peralihan dari anak-anak ke dewasa, pada masa ini terjadi perubahan-perubahan baik fisiologi maupun psikologi. Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi pada remaja putri yaitu perkembangan organ reproduksi yang ditandai dengan timbulnya haid atau menstruasi, yang terjadi pertama kali pada usia 10-16 tahun (Hafidah, 2020).

Dismenore adalah kram perut menstruasi akibat kontraksi otot rahim selama pendarahan menstruasi serta dapat berlangsung 32 hingga 48 jam. Kondisi ini dianggap normal selama menstruasi dan dikaitkan dengan berbagai tingkat rasa sakit. Remaja yang mengalami *dismenore* menghasilkan prostaglandin lebih banyak dari pada tanpa *dismenore*, sehingga terjadi kelebihan prostaglandin yang mengakibatkan nyeri menstruasi (Anjasari dan Sari, 2020).

Dari data WHO didapatkan angka kejadian 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami *dismenore*, sebanyak 10-15% diantaranya mengalami *dismenore* berat. Di Indonesia yang menderita *dismenore* hampir 64,25%, dimana sekitar 54,89% menderita *dismenore* primer dan sisanya menderita *dismenore* sekunder (Anjasari dan sari, 2020). Mayoritas *dismenore* yang terjadi pada masa remaja tergolong *dismenore* primer. Angka kejadian *dismenore* pada remaja putri di Provinsi Lampung diperkirakan 1,12%-1,35%. (Sapti, L. L. 2023).

Dismenore memberikan dampak negatif pada kualitas hidup mengganggu aktivitas sehari-hari, ketinggalan mata pelajaran atau kuliah, Penderita *dismenore* sangat banyak sehingga dampaknya sebagian dapat mempengaruhi absentisme dan menimbulkan kerugian materi, karena mengalami “kelumpuhan” sementara untuk melakukan aktivitas sehingga membuatnya kurang produktif. Beberapa bahkan pergi ke dokter dan terapis pijat untuk menghilangkan rasa sakit, mulai dari sakit parah yang mengharuskan mereka tertidur, menangis, atau bahkan berbaring tengkurap (Golemen et al, 2019). Salah satu upaya yang dapat

dilakukan untuk mengurangi *dismenore* yaitu dengan menggunakan metode farmakologi dan nonfarmakologi. Selama ini rasa nyeri pada saat menstruasi hanya diberikan obat pengurang rasa nyeri. Dalam hal ini yang dapat dilakukan untuk mengurangi *dismenore* yaitu dengan terapi non farmakologi. Beberapa tanaman herbal yang dapat digunakan dan dipercaya dapat mengurangi rasa nyeri yaitu kayu manis, cengkeh, kunyit, asam, dan jahe (Utari, 2020).

Kandungan senyawa aktif yang terdapat dalam kayu manis diantaranya *cinnamaldheyde*, *eugenol*, *cinnezeylanine*, *cinzeylanol*, *arabinoxzilan*, *2-hydroxycinnamdehide*, serta *2-bemzyloxy cinnamaldehyde*. Kandungan *cinnamaldehyde* dan *eugenol* yang terdapat pada kayu manis dapat mengurangi nyeri pada saat menstruasi (Utari, 2020).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang di lakukan pada remaja putri kelas X di SMA Al Azhar 3 Bandar Lampung terhadap 5 remaja putri yang di wawancarai, 3 di antaranya mengalami *dismenore* dan tidak melakukan pengobatan secara farmakologis dan non farmakologis, menurut guru BK selalu ada 1-3 orang remaja putri masuk UKS karna merasakan kram di perut akibat *dismenore*. Dan di PMB Nurmela Sari SS.T terdapat 1-5 remaja putri dalam sebulan yang berobat untuk menguragi nyeri pada saat menstruasi (*dismenore*). Sehingga didapat bahwa masih banyak remaja putri yang belum paham tentang bagaimana cara penanganan *dismenore* secara nonfarmakologis.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Aisawa Dwi Utari yang berjudul “Pengaruh Seduhan Kayu Manis (*cinnamomum*) Terhadap *Dismenore* Pada Remaja Putri” menyimpulkan bahwa kayu manis memiliki efek signifikan terhadap pengurangan rasa sakit pada saat menstruasi dengan hasil penelitian sebelum diberikan seduhan kayu manis sebesar 5,08 dan rata - rata nyeri haid (*dismenore*) sesudah diberikan seduhan kayu manis sebesar 2,42 yang artinya adanya perbedaan signifikan rata-rata *dismnore* remaja putri sebelum dan sesudah diberikan seduhan kayu manis. (Utari, 2020).

Tingkat pengetahuan remaja putri tentang *dismenore* menunjukkan 78% remaja putri memiliki kategori tingkat pengetahuan yang kurang. Hal ini diakibatkan tidak adanya penjelasan atau pendidikan kesehatan remaja putri tentang *dismenore*. Remaja perlu meningkatkan pengetahuan tentang *dismenore*. Seduhan kayu manis sebagai solusi untuk mengurangi *dismenore* pada saat menstruasi. *Booklet* dipilih sebagai media komunikasi dalam memberikan informasi kesehatan kepada remaja putri tentang manfaat kayu manis untuk mengurangi *dismenore*. (Utami, 2020).

Booklet merupakan salah satu bentuk inovasi media pembelajaran dalam bentuk media cetak. Media cetak *booklet* dapat diberikan kepada semua kalangan, karena *booklet* digunakan sebagai media informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan sikap seseorang secara signifikan dan bersifat tahan lama dibandingkan dengan media lainnya. (Wati, 2019). Media ini memuat materi pelajaran dalam bentuk fisik yang unik, menarik, dan fleksibel. Unik karena bentuk fisik yang kecil lengkap dengan desain *full colour* yang akan menumbuhkan rasa ketertarikan untuk menggunakannya. *Booklet* berbentuk fleksibel karena ukurannya yang kecil (lebih kecil dari buku pada umumnya), sehingga dapat dibawa dan digunakan di manapun dan kapanpun, *booklet* lebih efektif dalam meningkatkan pengetahuan kesehatan. (Faiqoh, 2021).

Media informasi *booklet* ini tujuannya untuk menyampaikan informasi yang terkait dengan pengetahuan remaja putri tentang *dismenore* dan bagaimana cara penanganannya. Hal ini sebagai upaya dalam pemberian edukasi dan informasi kepada remaja putri guna meningkatkan pemahaman pengetahuan, sikap dan perilaku remaja putri dalam penanganan *dismenore*. (Utami, 2020).