

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang meliputi perubahan fisik, psikologis, biologis dan perubahan sosial. Menurut Kemenkes RI tahun 2019, remaja adalah dimana penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun. Masa remaja bagi seorang wanita mengalami banyak perubahan baik perubahan secara fisik maupun secara mental. Pada wanita sebelum memasuki usia remaja akan memasuki masa pubertas terlebih dahulu. Datangnya menstruasi adalah salah satu tanda perempuan memasuki masa pubertas (Khotijah, 2020).

Menstruasi adalah kejadian yang fisiologis bagi perempuan diusia remaja dimana ditandai dengan perubahan kritis dikehidupan normal mereka. Perawatan diri saat menstruasi merupakan upaya yang harus dilakukan oleh remaja putri guna meningkatkan dan menjaga kesehatan selama menstruasi sehingga bisa mendapat kesejahteraan fisik dan psikis serta guna meningkatkan derajat kesehatan (Tantry, *et.al.*,2019).

Dismenorea atau nyeri haid merupakan suatu keluhan ginekologis yang diakibatkan ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri yang paling sering dialami oleh wanita (Hardiyanti,2020).

Berdasarkan *World Health Organization (WHO)* tingkat kejadian dismenorea Berdasarkan data *World Health Organization (WHO)* tahun 2020, kejadian dismenorea pada wanita sebesar 1.769.425 (90%) dengan 10-16% menderita dismenorea berat. Angka kejadian dismenorea di dunia sangat tinggi, besar rata-rata lebih dari 50% (Yuliyani & Susilowati, 2022). Prevalensi angka kejadian dismenore di Indonesia berkisar 64,25% yang terdiri dari 54,88% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Fajarini, et al. 2020). Sedangkan angka kejadian dismenore di Sumatera Selatan pada tahun 2020

sebanyak 64,3% (Riona, Anggraini & Yunola, 2021). Adapun data Dinas Kesehatan Sumatera Selatan angka kejadian dismenore atau nyeri haid pada tahun 2020 64,3% sedangkan di Kabupaten Lahat prevalensi dismenore pada remaja putri ada 60,2% dari seluruh remaja putri yang mengalami haid.

Dalam penanganan dismenore atau nyeri haid ini banyak sekali cara yang dilakukan baik itu farmakologi maupun non-farmakologi. Terapi non farmakologis dipercaya mampu mengurangi rasa nyeri yang timbul pada saat wanita mengalami haid. Beberapa remaja sering melakukan hal-hal berikut ini dengan tujuan untuk mengurangi nyeri haid seperti berolahraga ringan, mengompres bagian yang terasa sakit dengan air hangat mandi air hangat dapat ditambahkan aroma terapi untuk menambah relaksasi, serta meminum minuman herbal yang berkhasiat untuk mengurangi rasa nyeri menstruasi, salah satunya adalah minum minuman kunyit dan madu (Retno Widiowati, dkk 2020). Penggunaan ramuan herbal salah satunya adalah kunyit dan madu, kunyit (curcumin) bekerja dalam menghambat reaksi cyclooxygenase yang dapat menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi sehingga akan mengurangi atau bahkan menghambat terjadinya nyeri dismenore (Chattopadhyai et al., 2018), sedangkan madu memiliki kandungan flavonoid yang merupakan zat yang dapat menghambat produksi cyclooxygenase, sehingga dapat digunakan untuk menghilangkan rasa nyeri (Astriani, 2020).

Booklet adalah buku kecil yang berisi tulisan atau gambar atau keduanya tentang kesehatan yang ditunjukkan untuk sasaran yang dapat membaca. *Booklet* dinilai lebih efisien meningkatkan pengetahuan karena akan membantu responden mengingat setengah dari keseluruhan materi yang akan terlupa setelah disampaikan secara verbal lebih dari 5 menit waktu penyampaian informasi (Kurniatin dan Zakiyya, 2022).

Berdasarkan uraian diatas, penulis tertarik untuk membuat luaran berupa *Booklet* dengan judul “Edukasi Pemberian Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri”. Pembuatan *Booklet* ini diharapkan bisa meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam mengurangi nyeri dismenore dengan mengkonsumsi minuman kunyit dan madu dan diharapkan mampu menjadi KIE

kepada masyarakat secara umum dan khususnya remaja putri yang mengalami Dismenore.