

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menjadi dewasa (WHO, 2021). Masa remaja dibagi tiga bagian, yaitu masa remaja awal 10-13 tahun, masa remaja pertengahan 14-16 tahun, dan masa remaja akhir 17-19 tahun (Sunardi, 2017). Pada masa remaja terjadi perubahan biologis, perubahan fisiologis, hingga perubahan emosional. Perubahan fisiologis ditandai dengan adanya menstruasi (Wulandari dan Kustriyani, 2019).

Menstruasi atau meluruhnya jaringan endometrium yang disertai dengan perdarahan dan terjadi setiap bulan. Pada saat menstruasi timbulnya gangguan rasa sakit atau nyeri di daerah abdomen yang disebut dismenore dan sering terjadi pada remaja putri (Tirtaningsih, 2020). Dismenorea atau nyeri haid adalah suatu ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga menimbulkan rasa nyeri (Kristin, 2021). Prostaglandin menyebabkan kontraksi miometrium yang kuat dan mampu menyempitkan pembuluh darah mengakibatkan iskemia, disintegrasi endometrium dan nyeri (Tirtaningsih, 2020).

Dismenorea pada umumnya tidak berbahaya, namun dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya, sehingga dampak bagi penderita nyeri haid yang akan terjadi yaitu remaja memilih menarik diri dari kegiatan sosial akademik, olahraga, kesulitan tidur, sensitif dan limitasi aktivitas karena ketidaknyamanan yang dirasakan (Apriyani et al., 2022). Lebih dari itu, kualitas hidup mereka juga mengalami penurunan. Misalnya, seorang siswi yang merasakan dismenore akan mengalami kesulitan dalam memusatkan perhatian saat belajar dan motivasinya untuk belajar juga akan menurun karena gangguan yang dirasakan akibat dismenore selama proses pembelajaran (Rostina Pohan, 2022).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, kejadian dismenorea adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita dismenorea, dengan 10-16% menderita dismenorea berat. Di Indonesia angka kejadian dismenorea sebesar 64,25%, terdiri dari dismenorea primer sebesar 54,89% dan dismenorea sekunder sebesar 9,36% (Ernita et al., 2022).

Penanganan dismenorea dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi disini seperti pemberian obat-obat analgetik, dan obat NSAID (*Non Steroidal Anti Inflammatori Drugs*). Namun sifat dari obat-obatan tersebut hanya untuk menghilangkan rasa nyeri apabila obat dikonsumsi terus menerus mengakibatkan masalah gastrointestinal, kardiovaskular, dan risiko perdarahan (Wahyuni, 2020). Sedangkan untuk terapi non farmakologi dapat dilakukan dengan terapi akupuntur, terapi herbal madu dan tanaman seperti jahe, kunyit asam, kayu manis dan cengkeh merupakan beberapa tanaman yang dapat menurunkan rasa sakit (Tirtaningsih, 2020).

Jahe merah efektif menurunkan rasa nyeri sama dengan obat analgetik asam mefenamat dan ibuprofen. Adanya pengaruh rebusan jahe merah terhadap tingkat dismenorea dikarenakan memiliki kandungan *oleoresin* yang terdiri atas senyawa *gingerol* dan *zingiberen, shagaol*, minyak *atsiri* dan *resin* dapat menghambat kerja enzim didalam siklus *cyclooxygenase COX*. Sehingga dapat menghambat pelepasan enzim tersebut menuju prostaglandin yang menyebabkan inflamasi dan menghambat terjadinya kontraksi pada uterus yang dapat menyebabkan nyeri pada saat menstruasi (Tirtaningsih, 2020).

Berdasarkan uraian diatas peneliti tertarik mengambil judul “Pengaruh Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea Pada Remaja di Desa Semangau”.

B. Perumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka yang menjadi rumusan penelitian ini adalah: “ Apakah Ada Pengaruh Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea Pada Remaja di Desa Semangau?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Menganalisis pengaruh air rebusan jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri dismenorea pada remaja di desa semangau.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengidentifikasi skala nyeri dismenorea pada remaja di desa semangau sebelum diberikan air rebusan jahe merah.
- b. Untuk mengidentifikasi skala nyeri dismenorea pada remaja di desa semangau setelah diberikan air rebusan jahe merah.
- c. Menganalisis perbedaan skala nyeri dismenorea pada remaja di desa semangau sebelum dan setelah diberikan air rebusan jahe merah.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan ilmu pengetahuan khususnya bidang kesehatan tentang pengaruh air rebusan jahe merah terhadap penurunan intensitas nyeri dismenorea.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam upaya untuk mengatasi dismenorea secara non farmakologi.

b. Bagi Penelitian Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai referensi dalam penanganan dismenorea untuk penelitian selanjutnya.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan, memberi ilmu positif dan mengembangkan teori khususnya di bidang kesehatan dalam pengobatan non farmakologis yaitu dengan terapi nonfarmakologi air rebusan jahe merah untuk mengurangi nyeri dismenorea.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian Pengaruh Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea Pada Remaja Di Desa Semangau

No	Penulisan dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Muhriyani, Erika, dan Jumaini (2022)	Pengaruh Pemberian Kombinasi Rebusan Jahe Merah Dengan Asam Jawa Terhadap Intensitas Dismenorea	Variabel dependen nyeri dismenorea. Pengukuran variabel dependen dengan kuesioner NRS	Variabel independen jahe merah dan Asam Jawa Desain penelitian “Quasy Experiment” dengan menggunakan rancangan “Non-equivalent control group” Purposive sampling Menggunakan Uji <i>Mann Whitney</i>
2.	Suwanto (2021)	Penurunan Nyeri Dismenorea Primer Dengan Pemberian Kombinasi Jahe Merah (<i>Zingiber officinale</i> Var. <i>Rubrum</i>) Dan Madu.	Pre-eksperimen (<i>one group pretest-posttest</i>) Variabel dependen nyeri dismenorea Menggunakan uji Wilcoxon	Variabel independen jahe merah dan madu Simple Random Sampling Populasi Sampel 30 Pengukuran variabel dependen dengan bourbanis Purposive sampling
3.	Putri Isti Karomah Dan Diah Atmarina Yuliani (2022)	Efektivitas Pemberian Air Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri	Pre-eksperimen (<i>one group pretest-posttest</i>) Variabel independen jahe merah Variabel dependen nyeri dismenorea. Pengukuran variabel dependen dengan kuesioner NRS Menggunakan uji Wilcoxon	Pre-eksperimen (<i>one group pretest-posttest</i>) Populasi Sampel Teknik Sampling Simple Random Sampling