

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan periode transisi dari fase pubertas menuju dewasa antara usia 11 hingga 20 tahun, ditandai dengan periode pubertas dan sering dihadapkan pada masalah kesehatan seperti nyeri haid atau dismenorea (Lismaya dkk., 2021; Qomarasari, 2021). Prevalensi nyeri haid sangat bervariasi di antar negara, berkisar antara 16%-91% dan 2%-40%, Data *World Health Organization* (WHO) 2021 tingkat nyeri menstruasi di dunia sangat tinggi, dikonfirmasi (90%) wanita dari total 1.769.425 jiwa dengan 10-15% mengalami nyeri haid berat (Sari, H dkk., 2020). Tingkat nyeri haid di Indonesia adalah 107.673 orang (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami nyeri haid primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami nyeri haid sekunder. Data dari profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah pada tahun 2021 jumlah remaja putri usia 10-19 tahun sebanyak 2.703 jiwa dengan 56% mengalami nyeri haid (Oktaviani & Lidiana, 2023).

Nyeri menstruasi terbagi menjadi dua tipe berdasarkan penyebabnya. Pertama, nyeri haid primer yang muncul secara alami sebagai akibat dari perubahan hormon dalam tubuh, dan kedua, nyeri haid sekunder yang disebabkan oleh kondisi medis tertentu (Anggraini dkk., 2022). Rasa sakit ini umumnya disebabkan oleh kontraksi otot rahim yang kuat akibat peningkatan hormon prostaglandin saat menstruasi. Dampak nyeri haid dapat mengganggu siswi dalam proses belajar di sekolah, yang berujung pada ketidakhadiran. Selain itu, masalah nyeri menstruasi dapat memengaruhi kualitas hidup, seperti menyulitkan konsentrasi saat belajar dan menurunkan motivasi belajar akibat rasa sakit yang dirasakan selama waktu pengajaran dan belajar (Mulyati dkk., 2022). Nyeri haid dapat menjadi tanda dari penyakit yang lebih serius, seperti endometritis, yang dapat menyebabkan kesulitan dalam memiliki keturunan. Untuk itu, penanganan nyeri haid sangatlah penting, terutama di kalangan remaja, karena jika tidak ditangani akan menimbulkan berbagai masalah saat menstruasi (Oktaviani &

Lidiana, 2023).

Sebagai pendekatan tradisional seperti Thibbun Nabawi menawarkan beragam pendekatan yang telah digunakan selama bertahun-tahun untuk menangani berbagai masalah kesehatan (Niazi & Moradi, 2021). Salah satu cara untuk dapat mengurangi rasa sakit saat menstruasi adalah dengan mengonsumsi teh *chamomile*. *Chamomile* telah dikenal memiliki sifat anti inflamasi dan relaksan yang dapat mengurangi rasa sakit yang dialami selama menstruasi. *Chamomile* juga bersifat menenangkan yang dapat membantu mengurangi ketegangan saraf yang sering menyertai nyeri haid. Selain harganya yang murah, *chamomile* ini mudah didapat di toko-toko herbal dan kini tersedia luas secara online (Fadhiah dkk., 2024). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Khan dkk., 2021) teh *chamomile* dapat efektif untuk mengurangi nyeri haid primer. Sebuah penelitian di Iran menunjukkan bahwa *chamomile* yang dapat dikonsumsi memiliki efek yang signifikan dalam mengurangi nyeri haid primer (Niazi & Moradi, 2021).

Berdasarkan hasil studi di SMA Negeri 1 Karanggede terhadap 11 siswi, ditemukan bahwa 63,6% mengalami nyeri haid hebat, sementara 36,4% lainnya mengalami nyeri haid sedang. Untuk penanganan yang dilakukan oleh siswi SMA Negeri 1 Karanggede antara lain mengompres perut dengan air hangat, minum air putih, mengonsumsi minuman herbal seperti kiranti, serta menggunakan koyo. Namun, efektivitas metode tersebut masih bervariasi pada setiap individu. Tidak ada siswi yang mengatasi nyeri menstruasi dengan mengonsumsi ramuan herbal yang dibuat sendiri atau disediakan di pos kesehatan sekolah, maka dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian tentang pengaruh konsumsi teh herbal *chamomile* terhadap intensitas nyeri haid pada siswi SMA Negeri 1 Karanggede.

B. Rumusan Masalah

Apakah konsumsi teh herbal *chamomile* berpengaruh signifikan terhadap penurunan intensitas nyeri haid pada siswi SMA Negeri 1 Karanggede?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui pengaruh konsumsi teh herbal *chamomile* terhadap intensitas nyeri haid pada siswi SMA Negeri 1 Karanggede.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi intensitas nyeri haid yang dialami remaja putri sebelum diberikan teh herbal *chamomile*.
- b. Mengidentifikasi intensitas nyeri haid yang dialami remaja putri sesudah diberikan teh herbal *chamomile*.
- c. Menganalisis perbedaan intensitas nyeri haid yang dialami remaja putri sebelum dan sesudah diberikan teh herbal *chamomile*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Sebagai sarana dapat memberikan kontribusi dalam pengembangan ilmu kesehatan, khususnya dalam memahami pengaruh teh *chamomile* terhadap penurunan intensitas nyeri haid pada remaja, serta dapat memperkaya teori mengenai terapi herbal sebagai alternatif non-farmakologi dalam manajemen nyeri haid.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi Institusi Pendidikan diharapkan dapat bermanfaat untuk menambah keragaman pustaka bagi Universitas 'Aisyiyah Surakarta khususnya program studi Kebidanan tentang hasil aplikasi mahasiswa.

b. Bagi Remaja

Penelitian ini sebagai penambah pengetahuan, wawasan mengenai pengaruh konsumsi teh herbal *chamomile* terhadap intensitas nyeri haid pada siswi SMA Negeri 1 Karanggede, serta dapat bermanfaat bagi remaja sebagai masukan informasi untuk mengurangi nyeri haid.

c. Bagi Tempat Penelitian.

Penelitian ini dapat memberikan wawasan baru dan metode alternatif untuk mengatasi nyeri haid yang dapat diimplementasikan di tempat penelitian tersebut.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Sebagai wahana dalam mengaplikasikan ilmu kebidanan dalam penanganan masalah nyeri haid dan acuan untuk mengurangi nyeri haid pada remaja.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 keaslian penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1.	Murtiningsih, Oyoh, Siti Nurbayanti Awaliyah 2020	Pengaruh <i>treatmen double action: yoga dan chamomile</i> terhadap <i>dismenorea</i> dan kecemasan remaja	Pada penelitian ini menggunakan data primer. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> untuk mengukur tingkat nyeri.	Pada penelitian ini dilakukan pada tahun 2020. Desain penelitian ini menggunakan <i>quasi-eksperimental post-test design with control group</i> .
2.	Fatemeh Shabani, Fereshteh Narenji, Katayon Vakilian, Mohammad Ali Zareian, Mahbubeh Bozorgi, Soodabeh Bioos, Fatemeh Nejatbakhsh 2022	<i>Comparing the Effect of Chamomile and Mefenamic Acid on Primary Dysmenorrhea Symptoms and Menstrual Bleeding: A Randomized Clinical Trial</i>	Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian ini terfokus pada pemberian penurunan intensitas nyeri haid	Pada penelitian ini menggunakan 2 kelompok intervensi yaitu teh <i>chamomile</i> dan asam mefenamt. Instrumen penelitian menggunakan lembar kuesioner VAS.
3.	Iceu Mulyati, Sri Lestari, Meda Yuliani 2022	Analisis penatalaksanaan nyeri haid primer pada remaja putri dengan penggunaan terapi teh herbal <i>chamomile</i> disalah satu sekolah menengah di Bandung	Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan analisis deskriptif. Metode pendekatan pada penelitian ini menggunakan pendekatan <i>one-group pre-post test</i> . Instrumen penelitian ini menggunakan lembar kuesioner NRS. Sampel berjumlah 30 responden.	Penelitian ini dilakukan pada tahun 2022, fokus penelitian ini terdapat pada penatalaksanaan nyeri haid primer dengan mengidentifikasi terapi yang diterima, termasuk <i>chamomile</i> .
4.	Siti Hamidah Fadilah, Siti Dinengsih, Siti Syamsiah 2024	<i>Effectiveness of chamomile tea on dysmenorrhoea pain scale in adolescent girls</i>	Pada penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif. Penelitian ini terfokus pada pemberian teh <i>chamomile</i> terhadap intensitas nyeri haid.	Pada penelitian ini menggunakan design <i>quasi experimen control group pre-post test</i> .