

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Remaja merupakan usia antara masa kanak-kanak dan masa dewasa yaitu usia 10-24 tahun sebagai titik awal proses reproduksi sehingga perlu dipersiapkan sejak dini (Puspita, 2018). Ilmu kedokteran (biologi dan fisiologi) menyatakan bahwa remaja dikenal sebagai tahap perkembangan fisik ketika alat-alat reproduksi manusia mencapai kematangan. Ilmu anatomis, berarti alat-alat reproduksi maupun organ tubuh lainnya akan memperoleh bentuk yang sempurna. Masa pematangan fisik pada wanita ini berlangsung selama  $\pm 2$  tahun yang dihitung dari mulai haid yang pertama (Nida dan Sari, 2016).

Menstruasi merupakan pengeluaran gumpalan darah dari lapisan luar rahim yang terjadi setiap bulan karena adanya proses somatopsikis yang bersifat kompleks meliputi unsur-unsur hormonal, biokimiawi dan psikososial. Siklus menstruasi ini bisa menimbulkan rasa nyeri pada area abdomen atau disebut dengan dismenore (Winarso, 2014). Dismenore adalah suatu keadaan yang terjadi pada saat menstruasi yang ditandai dengan rasa nyeri pada daerah perut dan panggul. Penyebab dismenore ada bermacam-macam, antara lain stress atau cemas berlebihan, ketidakseimbangan hormon, penyakit endometriosis, tumor atau kelainan uterus. Nyeri tersebut timbul karena adanya hormone prostaglandin yang membuat otot rahim berkontraksi (Puspita, 2018).

Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25 % yang terdiri dari 54,89 % dismenore primer dan 9,36 % dismenore sekunder (Hastuti, *et al.*, 2016). Rata-rata lebih dari 50 % perempuan disetiap Negara mengalami dismenore. Angka kejadian dismenore di Jawa Tengah mencapai 56 %, karena kejadian dismenore merupakan kejadian alamiah yang terjadi setiap bulan pada wanita. Umumnya tidak berbahaya, namun dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya (Fatmawati, *et al.*, 2016). Penelitian Winarso

(2014) prevalensi keluhan dismenore dialami oleh 40-50 % remaja putri. Remaja putri sebanyak 15% yang mengalami dismenore kadang malas berangkat bekerja dan tidak masuk sekolah. Remaja putri sebanyak 30 % mengatakan tidak membutuhkan pengobatan dalam menangani nyerinya.

Cara mengatasi dismenore dapat dilakukan dengan 2 cara, yaitu farmakologi dan non farmakologi. Intervensi farmakologi, yaitu dengan mengkonsumsi obat-obatan analgetik, terapi hormonal, obat nonsteroid prostaglandin dan dilatasi kanalis servikalis. Intervensi non farmakologi dapat dilakukan dengan kompres hangat, olahraga, terapi Mozart, relaksasi dan minum minuman herbal (Safitri, *et al.*, 2014). Hal tersebut berbeda dengan terapi farmakologi karena menurut Suciani, *et al.* (2014) penggunaan obat farmakologis menimbulkan efek samping seperti gangguan tukak lambung, anemia dan yang lebih parah adalah dampak mental psikologis yang membuat penderitanya tersugesti dan tidak bisa melepaskan diri dari obat-obatan. Penelitian Hastuti, *et al.* (2016) menjelaskan bahwa masyarakat Indonesia khususnya para perempuan memanfaatkan bahan-bahan alami yang dapat digunakan untuk mengatasi dismenore, yaitu wortel.

Wortel (*Daucus carota*) merupakan salah satu sayuran yang mengandung gula, karotin, pectin, aspargin, serat, lemak, hidrat arang, kalsium, fosfor, besi, sodium, asam amino, minyak esensial, dan beta karoten (Puspita, 2018). Wortel dalam 100 gram mengandung beta karoten sebanyak 754 mcg. Beta-karoten memiliki efek sebagai antioksidan, *analgetik* (anti nyeri) dan *anti-inflamasi* (anti peradangan) (Hastuti, *et al.*, 2016). Keuntungan dari wortel sendiri yaitu banyak ditemukan di Indonesia dan mudah ditemukan dipasaran karena hampir setiap hari wortel dijual di pasar. Wortel dipercaya oleh masyarakat selain rasanya yang enak wortel juga dipercaya sebagai sayuran yang memiliki vitamin dengan harga terjangkau (Noravita dan Kurniati, 2017).

Hasil penelitian Hastuti, *et al.* (2016) dengan judul pengaruh pemberian air perasan wortel terhadap berbagai tingkat nyeri dismenore pada mahasiswa dapat diketahui tingkat nyeri dismenore pada mahasiswa sebelum

diberikan air perasan wortel frekuensi paling sedikit tidak nyeri dan tidak tertahankan masing-masing 0%, nyeri berat 8%, nyeri sedang 20%. Nyeri ringan frekuensinya paling besar yaitu 72%. Tingkat nyeri dismenore sesudah diberikan air perasan wortel frekuensi paling sedikit nyeri berat dan tidak tertahankan masing-masing 0% dan nyeri sedang 8%, nyeri ringan 24%. Frekuensi paling besar tidak nyeri yaitu 68%. Penelitian tersebut didukung oleh jurnal penelitian lain, Puspita (2018) bahwa ada pengaruh pemberian jus wortel terhadap nyeri dismenore pada remaja putri di asrama ABIM kota Kediri tahun 2018. Penelitian Noravita dan Kurniati (2017) menyatakan bahwa sebanyak 17 (100%) responden dari kelompok eksperimen mengalami penurunan tingkat dismenore primer setelah diberikan intervensi jus wortel.

Berdasarkan studi pendahuluan yang sudah dilakukan dengan pengambilan sampel acak pada mahasiswa di STIKES ‘Aisyiyah Surakarta dengan menggunakan kuisisioner kepada 10 mahasiswa diperoleh hasil 9 mahasiswa mengalami nyeri haid (*dismenore*) diantaranya 3 mahasiswa mengalami dismenore ringan dan 6 mahasiswa mengalami dismenore sedang. Responden mengatakan untuk mengurangi nyeri dismenore ada beberapa cara diantaranya dengan pemberian kompres hangat pada perut bagian bawah, tidur, posisi sujud atau menekuk perut, minum air putih dan ada juga yang hanya didiamkan saja.

Berdasarkan uraian pada latar belakang di atas, penulis ingin menerapkan penelitian sebelumnya yang telah dilakukan sebagai pengobatan alternatif tanpa efek samping pada penderita Dismenore dengan judul “Penerapan Pemberian Air Perasan Wortel terhadap Nyeri Dismenore pada Mahasiswa”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang di atas, maka dapat dirumuskan masalah sebagai berikut :“Bagaimanakah penurunan nyeri dismenore pada mahasiswa sebelum dan sesudah diberikan air perasan wortel?”

### **C. Tujuan Penelitian**

#### 1. Tujuan Umum

Mendeskripsikan hasil implementasi pemberian air perasan wortel terhadap nyeri *dismenore* pada mahasiswa.

#### 2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan nyeri haid (*dismenore*) sebelum diberikan air perasan wortel pada mahasiswa.
- b. Mendeskripsikan nyeri haid (*dismenore*) sesudah diberikan air perasan wortel pada mahasiswa.
- c. Menganalisis perbedaan nyeri haid (*dismenore*) sebelum dan sesudah diberikan air perasan wortel pada mahasiswa.

### **D. Manfaat Penelitian**

#### 1. Bagi Peneliti

Menambah ilmu pengetahuan dan pengalaman bagi peneliti dalam melakukan penelitian sehingga dapat mengetahui efektivitas pemberian air perasan wortel sebagai terapi non farmakologi untuk menurunkan nyeri *dismenore*.

#### 2. Bagi Responden

Membantu responden, yaitu mahasiswa yang mengalami *dismenore* dengan memanfaatkan terapi non farmakologi yang aman dalam menurunkan *dismenore* yaitu dengan mengonsumsi air perasan wortel.

#### 3. Bagi Institusi

Menambah bahan referensi bagi mahasiswa tentang efektivitas air perasan wortel sebagai pengobatan tradisional dalam menurunkan nyeri *dismenore*.

#### 4. Bagi Petugas Kesehatan

Mampu menjadikan informasi bagi petugas kesehatan untuk meningkatkan pelayanan secara profesional dalam memberikan asuhan keperawatan kepada penderita *dismenore*.