

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masalah kesehatan yang terjadi pada remaja pada saat menstruasi salah satunya yaitu dismenorea atau nyeri haid (Utari, 2018). Akibat buruk nyeri haid terhadap status psikologis remaja putri adalah terganggunya kualitas hidup dan menyebabkan seorang wanita absen dari belajar (Setiawan, 2018 dikutip dalam Frisca et al.,2022). Nyeri haid akibat dari peningkatan prostaglandin yang terjadi pada saat menstruasi, adanya pelebaran serviks yang menyebabkan kontraksi pada otot rahim sehingga menimbulkan rasa nyeri dan kram pada panggul (Maharani dan Distya, 2023).

Nyeri haid terjadi pada 61% wanita yang belum menikah, dan biasanya berlangsung selama 1-2 hari. Kondisi ini sering terjadi pada wanita hingga usia 25 tahun yang belum menikah. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, terdapat angka kejadian nyeri haid sebanyak 1.769.425 jiwa (90%) yang dimana 10-16% diantaranya masuk dalam kategori nyeri haid berat. Angka kejadian nyeri haid di Indonesia sendiri terdapat 64,25% dengan rincian 54,89% nyeri haid primer dan 9,36% nyeri haid berat. Angka kejadian nyeri haid di Jawa Tengah terdapat 56% remaja putri yang mengalami nyeri haid (Maharani dan Distya, 2023).

Nyeri haid dapat diatasi dengan terapi secara farmakologis dan non-farmakologis. Terapi farmakologis biasanya menggunakan obat analgesik, khususnya obat *Non-Streroidal Anti Inflammantory Drug* (NSAID) seperti *paracetamol*, ibu profen, dan obat nyeri lainnya. Efek samping penggunaan analgesik yaitu, mual, muntah, konstipasi, kegelisahan dan mengantuk. Terapi non-farmakologis bisa dilakukan dengan cara relaksasi nafas dalam, kopres hangat, yoga, senam, dan menggunakan aromaterapi (Yuliyani dan Susilowati 2022).

Adapun penatalaksanaan secara non-farmakologi ialah dengan menggunakan aromaterapi. Aromaterapi yang memanfaatkan minyak esensial, telah muncul sebagai metode alternatif yang menarik. Seperti aromaterapi lavender (*Lavandula angustifolia*) yang mengandung senyawa *linalool* dan asetat dimana *linalool* mempunyai sifat relaksasi dan analgesik yang dapat meningkatkan kerja saraf parasimpatis sehingga bisa membantu meredakan nyeri.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Azizah dan Kusumawardani terhadap 30 remaja yang mengalami disminore di hari 1-2 menstruasi dengan judul “Inhalasi Aromaterapi Lavender Dengan Penurunan Intensitas Nyeri Dismenorea Pada Remaja”. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebelum diberikan perlakuan intensitas nyeri sebesar 8,53 dan setelah diberikan perlakuan berupa inhalasi aromaterapi lavender terdapat penurunan intensitas nyeri dengan rata rata 3,7. Dari hasil statistik menggunakan uji Independent Sample T-test di dapatkan nilai $P < 0,002$ dengan 95% C.I. -1,532-(-0,430). Hal ini menunjukkan bahwa ada penurunan intensitas nyeri haid setelah pemberian aroma terapi lavender secara inhalasi.

Studi pendahuluan yang dilakukan peneliti di Gayamdompo yaitu dengan wawancara pada kelompok anggota karang taruna di dapatkan 22 remaja yang merasakan nyeri pada saat menstruasi, sehingga remaja yang mengalami nyeri haid merasa terganggu aktivitasnya. Berdasarkan uraian di atas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian “Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Di Kelurahan Gayamdompo”.

B. Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah yang dapat dibahas dalam penelitian ini adalah “Apakah ada pengaruh aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri haid pada remaja?”

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Tujuan peneliti ini untuk mengetahui pengaruh pemberian aromaterapi lavender untuk mengurangi nyeri haid pada remaja di Gayamdompo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat nyeri haid sebelum pemberian aromaterapi lavender.
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri haid sesudah pemberian aromaterapi lavender.
- c. Menganalisis perbedaan tingkat nyeri haid sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender.

D. Manfaat Penelitian

1. Teoritis

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai bahan bacaan dan informasi bagi mahasiswa tentang gambaran penurunan dismenore pada remaja menggunakan terapi alternatif dan dapat juga dijadikan sebagai acuan untuk instansi dan mahasiswa yang akan melakukan penelitian sejenis

2. Praktis

Dari penelitian ini akan diperoleh manfaat secara praktis diantaranya:

a. Bagi tempat penelitian

Penelitian ini bermanfaat bagi tempat penelitian sebagai sumber informasi ilmiah tentang efektivitas aromaterapi lavender dalam mengurangi nyeri haid. Hasilnya dapat dijadikan dasar untuk penerapan terapi non-farmakologis serta meningkatkan pemahaman remaja putri mengenai alternatif alami dalam mengatasi nyeri haid.

b. Bagi profesi

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai dasar dalam peningkatan pelayanan Kesehatan terhadap remaja putri sehingga dapat memberikan terapi alternatif terhadap penanganan penurunan nyeri dismenore.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini dibuat dan diteliti oleh peneliti sendiri tanpa ada penelitian yang sama. Namun ada beberapa penelitian sebelumnya yang hampir serupa dengan penelitian ini adalah :

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Ramadhania Bella Nur Hidayati, Ari Widyaningsih, S.SiT., M.Tr.Keb, Moneca Diah L, S.ST., M.Kes (2019)	Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Nyeri Nyeri haid Pada Mahasiswa Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo	Metode pendekatan menggunakan <i>one group pre-post test design</i> , alat ukur yang digunakan NRS, analisa data menggunakan <i>shapiro wilk</i> , cara pemberian aroma terapi dengan metode inhalasi/dihirup selama 10-15 menit.	Perbedaan jumlah sampel, jenis penelitian menggunakan quasi eksperimen, tehnik pengambilan sample menggunakan <i>purposive sampling</i> , waktu, dan tempat
2	Indah Christiana, Dwi Jayanti (2020)	Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Haid (Nyeri haid Primer) di Asrama Putri Stikes Banyuwangi	Jenis penelitian yang digunakan pra-eksperimen dengan pendekatan <i>one group pre-post test design</i> , tehnik pengambilan sampel menggunakan total sampling, alat ukur menggunakan NRS, uji analisa data menggunakan <i>Wilcoxon</i>	Perbedaan jumlah sampel, waktu dan tempat penelitian, cara pemberian aromaterapi dilakukan dengan metode penghirupan uap pada air panas yang di teteskan aromaterapi lavender selama nyeri berlangsung.

3	Rina Nuraeni, Arin Nurholipah (2021)	Aromaterapi Lavender Terhadap Nyeri Haid (<i>Dysmenorrhea</i>) Pada Mahasiswa Tingkat II	Jenis penelitian yang digunakan pre-eksperimen dengan pendekatan <i>one group pre-post test design</i> , teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, uji yang di gunakan <i>wilcoxon</i> .	Perbedaan waktu dan tempat penelitian, cara pemberian aromaterapi dilakukan dengan menggunakan lilin yang dinyalakan di ruang tertutup selama 60 menit.
---	--------------------------------------	--	--	---
