

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan menuju dewasa ditandai dengan adanya perubahan secara biologi, kognitif dan psikososial. Perubahan biologis yang terjadi antara lain pubertas dimana pada remaja putri akan mengalami menstruasi disertai munculnya keluhan-keluhan saat menstruasi terutama pada wanita usia produktif yang dapat mengganggu kesehatan reproduksi serta produktivitas wanita sehari-hari dan keluhan paling sering dialami oleh wanita saat menstruasi adalah *dismenore* (Rifiana et al.,2021).

Dismenorea merupakan nyeri sebelum atau selama menstruasi. Produksi Prostaglandin yang tidak seimbang pada saat menstruasi menyebabkan kontraksi uterus dan menyebabkan timbulnya nyeri (Sari, 2023). *Dismenorea* dapat menimbulkan rasa tidak nyaman atau kram di perut bagian bawah, remaja putri yang mengalami *dismenorea* sering kali mengalami gejala biologis lain seperti kelelahan, nyeri punggung, mual, pusing, berkeringat, dan emosi bahkan sampai pingsan, dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan mengharuskan untuk beristirahat (Realita, dkk, 2021).

Di Indonesia angka kejadian *dismenorea* pada wanita yang berusia 14-19 tahun sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder, sedangkan di Jawa Timur jumlah remaja putri yang mengalami *dismenorea* sebesar 72% terdiri dari 60% *dismenorea* primer dan 12% *dismenorea* sekunder yang menyebabkan 14% dari remaja sering tidak bisa mengikuti kegiatan pelajaran dibangku sekolah (Meinawati & Malatuzzulfa, 2021). Pemerintah telah berusaha menangani masalah remaja seperti *dismenorea* meski demikian masih banyak orang masih percaya bahwa *dismenorea* adalah hal yang wajar dan dapat terjadi pada perempuan yang mengalami menstruasi, khususnya pada remaja putri dan banyak orang juga sering mengabaikan nyeri ini tanpa mencari pengobatan yang tepat yang dapat

membahayakan kesehatan mereka sendiri jika dibiarkan begitu saja (Realita, dkk,2021).

Pengobatan farmakologi dan non farmakologi adalah salah satu cara untuk mengurangi *dismenore*. Pengobatan farmakologis termasuk pemberian analgesik, terapi hormon, obat prostaglandin nonsteroid, dan dilatasi kanalis servikalis. Untuk pengobatan non farmakologis, kompres panas atau dingin, aroma terapi dan relaksasi, serta penggunaan herbal seperti air kelapa hijau (Sari, dkk, 2023).

Buah kelapa (*Cocos nucifera*) merupakan buah yang umum dan mudah didapat terutama di kabupaten Ngawi sehingga menjadi salah satu produk unggulan di sektor perkebunan yang menonjol. Air kelapa Hijau disukai banyak orang terutama pada remaja dikarenakan rasanya yang manis, segar, higienis, tidak perlu diolah, dan bisa langsung dikonsumsi tanpa batas waktu. Air kelapa hijau mengandung mengandung tanin atau antidotum (anti racun) yang paling tinggi jika dibandingkan dengan jenis kelapa lainnya diketahui mengandung beragam nutrisi, terutama vitamin dan mineral (Widowati et al, 2021).

Pengobatan Non Farmakologi dengan air kelapa hijau dapat menjadi alternatif penurunan *dismenore* dikarenakan air merupakan salah satu komponen penting bagi tubuh karena fungsi sel tergantung pada lingkungan cair. Air menyusun 60-70 % dari seluruh tubuh. Terapi minum air kelapa hijau bertujuan untuk menggantikan cairan yang hilang dan menurunkan *dismenore*. Penggunaan herbal terapi seperti air kelapa hijau ini sangat efektif dalam membantu untuk meredakan *dismenore* yang timbul pada saat menstruasi (Mubarokah, 2024).

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh (Hasrita et al, 2024; Nurul dan Marlina, 2024; Lulu dan Maryati, 2023) mengatakan ada pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap penurunan *disminore* pada remaja putri dengan tempat dan karakteristik penelitian yang berbeda. Pemberian intervensi Air kelapa hijau mencegah dehidrasi akibat dari pengeluaran cairan dan darah, kandungan magnesium juga berperan dalam penurunan ketegangan otot

terutama pada otot rahim yang mengalami ketegangan akibat dari *dismenore* serta kandungan kalsium yang tinggi pada air kelapa hijau paling penting dikarenakan jika tubuh kekurangan kalsium akan lebih mudah mengalami *dismenore*.

Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMPN 1 Kendal Kabupaten Ngawi pada bulan Januari tahun 2025 dengan melakukan wawancara kepada 13 siswi didapatkan 92% siswi mengalami *dismenorea* dan katanya hanya membiarkan nyeri tanpa diatasi dikarenakan khawatir adanya efek samping pengobatan farmakologi jika digunakan dalam jangka panjang serta belum mengetahui pengobatan alternatif lainnya. Remaja putri yang mengalami *dismenorea* mereka mengeluh merasa kegiatan sehari harinya terganggu akibat nyeri yang dirasakan, mereka pun sulit berkonsentrasi pada saat ada pelajaran dikelas.

Berdasarkan latar belakang tersebut bahwa peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada siswi yang mengalami *dismenore* yang berjudul “Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan *Dismenore* Siswi SMPN 1 Kendal Ngawi”.

B. Rumusan Masalah

“ Apakah Ada Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan *Dismenore* Siswi SMPN 1 Kendal Ngawi ? ”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan *Dismenore* Siswi SMPN 1 Kendal Ngawi

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat *dismenorea* sebelum dan sesudah pemberian air kelapa hijau pada siswi SMPN 1 Kendal Ngawi
- b. Menganalisis adakah pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap penurunan *dismenorea* pada Siswi SMPN 1 Kendal Ngawi

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan *Dismenore* Pada Siswi SMPN 1 Kendal Ngawi sehingga dapat dijadikan sebagai referensi untuk instansi juga mahasiswa terkait dengan penurunan tingkat *dismenore* secara non farmakologi dengan air kelapa hijau.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat bagi Bagi Remaja Putri SMPN 1 Kendal Ngawi

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif pengobatan bagi remaja putri yang mengalami *dismenore* khususnya untuk menurunkan tingkat *dismenore* dengan pengobatan secara non farmakologi.

b. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan Universitas ‘Aisyiyah Surakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan bagi pendidikan dalam memberikan terapi non farmakologi khususnya yang berbasis Thibbun Nabawi melalui pemberian air kelapa hijau untuk menurunkan tingkat *dismenore*.

c. Manfaat Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan referensi penelitian lanjutan serta dapat menjadi perbandingan dalam penanganan *dismenorea* untuk penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian ini dibuat dan diteliti sendiri oleh peneliti tanpa ada penelitian yang sama namun ada beberapa penelitian yang meneliti tentang Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan *Dismenore* Pada Siswi SMPN 1 Kendal Ngawi seperti :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

| No. | Penulis dan Tahun | Judul | Persamaan | Perbedaan |
|-----|---|---|---|--|
| 1. | Octaliana Hasrita, Listya Purda Endah, Susanti Fatimah Nurul, Herlisah (2024) | Consumption of Young Coconut Water as an Effort to Treat Menstrual Pain in Adolescent Girls | Jenis penelitian kuantitatif, pra – eksperimen dengan desain One Group PreTest - PostTest . Menggunakan | Perbedaannya dilokasi dan jumlah sampel penelitian |

| | | | | | |
|----|--------------------------------|------------------|---|--|---|
| | | | | intrumen NRS dan analisis data menggunakan uji normalitas | |
| 2. | Mouliza Pratiwi Marlina (2024) | Nurul, Debby, | The Effect of Consuming Green Coconut Water on Reducing Dysmenorrhea Pain in Female Students at SMA PAB 6 Helvetia Medan | Jenis penelitian kuantitatif, pra – eksperimen dengan desain One Group PreTest - PostTest . Menggunakan intrumen NRS | Perbedaannya berada di lokasi dan jumlah sampel penelitian |
| 3. | Sutarno Puadiah (2023) | Maryati, UI Lulu | Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan Nyeri <i>Disminore</i> Primer Pada Remaja Putri Di Pesantren Darul Ahsan Jayanti Tangerang | Jenis penelitian kuantitatif, pra – eksperimen dengan desain One Group PreTest - PostTest .Menggunakan intrumen NRS | Perbedaannya dilokasi , waktu penelitian, analisa data dan tahun terbit |