

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Remaja biasa disebut salah satu fase dalam siklus kehidupan manusia dan merupakan masa transisi dari usia anak-anak ke dewasa (Nurfadillah et al., 2021). Pada masa remaja terjadi pertumbuhan yang cepat, yang ditandai dengan perubahan fisik, psikis dan perkembangan organ-organ reproduksi. Pada masa perkembangan reproduksi disebut dengan masa pubertas, pubertas ditandai dengan permulaan menstruasi atau *menarche* (Gultom & Sari, 2022). Banyak remaja yang mengalami gangguan menstruasi salah satunya yaitu berupa keluhan nyeri pada saat menstruasi. Biasanya, menstruasi yang disertai dengan rasa nyeri di area abdomen dikenal sebagai nyeri haid atau *dismenore* (Lestari et al., 2022).

Menurut data dari WHO pada tahun 2024 sekitar 90% perempuan mengalami *dismenore*, dengan 10-15% di antaranya mengalami *dismenore* berat (WHO, 2024). Prevalensi *dismenore* di Indonesia menurut data dari Kementerian Kesehatan Republik Indonesia (Kemenkes RI) menunjukkan bahwa prevalensi *dismenore* di Indonesia cukup tinggi. Berdasarkan data tahun 2020, sekitar 64,25% wanita usia reproduktif mengalami *dismenore*, yang terdiri dari 54,89% *dismenore* primer dan 9,36% *dismenore* sekunder. Berdasarkan data dari profil Dinas Kesehatan Provinsi Jawa Tengah Pada tahun 2017 jumlah remaja putri usia 10-19 tahun sebanyak 2.899.120 jiwa sedangkan yang mengalami *dismenore* di provinsi Jawa Tengah mencapai 1.465.876 jiwa (Elsera et al., 2022).

*Dismenore* adalah nyeri selama menstruasi yang disebabkan oleh kejang otot uterus. Remaja putri akan lebih sering merasakan sakit akibat *dismenore* primer karena pada usia ini terjadi optimalisasi fungsi saraf rahim sehingga sekresi prostaglandin meningkat, sehingga akhirnya timbul rasa sakit ketika menstruasi (Nurfadillah et al., 2021).

Dampak dari *dismenore* pada usia remaja akan menimbulkan kecemasan berlebih sehingga mempengaruhi penurunan kecakapan dan keterampilan remaja yang dapat berpengaruh pada penurunan aktivitas sekolah dan prestasi. Apabila nyeri berlangsung lama maka akan mengakibatkan keadaan patologi seperti terjadinya endometriosis, radang panggul dan kelainan lainnya yang mengarah ke *dismenorea* sekunder (Saalino et al., 2023).

Cara mengatasi *dismenore* dapat dilakukan dengan pengobatan farmakologi dan non farmakologi. Pengobatan non farmakologi dengan cara berolahraga ringan, mengompres bagian yang terasa sakit dengan air hangat mandi air hangat dapat ditambahkan aroma terapi untuk menambah relaksasi, serta meminum minuman herbal yang berkhasiat untuk mengurangi rasa nyeri menstruasi, salah satunya adalah minum jus wortel (Martinus et al., 2022).

Menurut hasil penelitian Oktaviyani dan Widayati (2024) dengan uji Wilcoxon, menunjukkan angka signifikan pada pemberian jus wortel yang berarti ada pengaruh pemberian jus wortel terhadap *dismenore* primer remaja putri. Salah satu pendekatan yang mendapat perhatian signifikan adalah dengan pemanfaatan jus wortel. Vitamin E dan betakaroten pada wortel dapat mengurangi *dismenore*, karena mampu membantu pegeblokan formasi prostaglandin dan mengatasi peningkatan produksi prostaglandin.

Berdasarkan studi pendahuluan dengan wawancara terhadap 10 remaja putri di Wilayah Desa Jatiyoso, Karanganyar pada tanggal 15-17 Februari 2025 didapatkan hasil 7 dari 10 remaja putri mengeluh merasakan nyeri saat menstruasi. Remaja yang merasakan nyeri saat menstruasi merasa terganggu dalam melakukan aktivitas sehari-hari.

Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian di Desa Jatiyoso dengan judul “Pengaruh Pemberian Jus Wortel terhadap Penurunan Derajat *Dismenore* pada Remaja Putri di Desa Jatiyoso”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Jus Wortel Terhadap Penurunan Derajat *Dismenore* Pada Remaja Putri?”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan derajat *dismenore* pada remaja putri.

### **2. Tujuan Khusus**

Tujuan khusus penelitian ini adalah:

- a. Mengidentifikasi derajat nyeri sebelum pemberian jus wortel pada remaja putri.
- b. Mengidentifikasi derajat nyeri sesudah pemberian jus wortel pada remaja putri.
- c. Menganalisis pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan derajat *dismenore* pada remaja putri.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Sebagai bahan acuan pengembangan ilmu kebidanan khususnya dalam penanganan derajat *dismenore* pada remaja dengan pemberian jus wortel.

### **2. Manfaat Praktisi**

#### a. Bagi Responden

Hasil penelitian ini bermanfaat bagi remaja dalam mengatasi *dismenore* dengan pemberian jus wortel.

#### b. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dan memberikan motivasi untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1. Keaslian Penelitian

No	Penulis dan Tahun	Judul Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1	Silvi Latifah, Siti Saadah Mardiah, Herni Kurnia (2020)	"Pengaruh Pemberian Jus Wortel terhadap Tingkat Nyeri Dysmenorhea Primer pada Siswi Kelas XI SMA Negeri 3 Tasikmalaya"	Mengkaji pengaruh pemberian jus wortel terhadap tingkat <i>dismenore</i> . Instrumen yang digunakan adalah kuisisioner Numeric Rating Scale (NRS).	Fokus pada remaja putri di SMA. Mencakup sampel yang lebih luas. Metode yang digunakan adalah <i>quasi experiment</i> atau eksperimen semu, sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode
2	Putri, D. (2022)	"Efektivitas Jus Wortel dalam Mengurangi Rasa Nyeri <i>Dismenore</i> "	Menggunakan jus wortel sebagai intervensi untuk mengurangi rasa nyeri.	<i>Pra Eksperimental</i> . Menggunakan metode kuantitatif dengan pengukuran nyeri skala visual analog, sedangkan pada penelitian ini menggunakan pengukuran
3	Rosy Fujiawati, Madinah Munawaroh Hayatullah, Ratna Wulandari (2023)	"Pengaruh Pemberian Jus Wortel terhadap Penurunan Nyeri <i>Dismenore</i> pada Remaja Putri di Posyandu Remaja Desa Sindangpalay Kabupaten Garut Tahun 2023"	Mengkaji pengaruh pemberian jus wortel terhadap penurunan nyeri <i>dismenore</i> pada remaja putri. Instrument yang digunakan berupa lembar observasi skala nyeri dan petunjuk teknis pemberian jus wortel. Analisis data menggunakan uji Wilcoxon.	<i>Numeric Rating Scale (NRS)</i> . Menggunakan <i>quasi eksperimen</i> dengan <i>pre test -post test whit control group design</i> , sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode <i>Pra Eksperimental</i> .