

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Dismenorea merupakan keluhan yang paling sering dirasakan oleh wanita saat mengalami masa menstruasi (Laili, 2012). *Dismenorea* itu sendiri merupakan nyeri yang dirasakan selama masa menstruasi dan merupakan keluhan ginekologis akibat ketidak seimbangan dari hormon progesteron dalam darah yang mengakibatkan timbulnya rasa nyeri yang dialami oleh wanita ketika masa menstruasi (Sumino, 2012). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan nyeri *dismenorea* mulai dari faktor fisik maupun psikologi. Keadaan emosional atau psikis, adanya obstruksi kanalis servikalis, ketidak seimbangan endokrin, dan alergi sering dikaitkan dengan proses terjadinya *dismenorea* (Purwani, Herniyatun, dan Yuniar, 2010).

Wanita yang mengalami *dismenorea* dapat menyebabkan ketidak nyamanan dalam aktivitas fisik sehari-hari. Dari keluhan-keluhan wanita yang mengalami *dismenorea* ini berhubungan dengan ketidak hadiran berulang-ulang di sekolah, di perkuliahan maupun di tempat kerja, sehingga dapat mengganggu produktivitas mereka dalam kehidupan sehari-hari. Pada saat menstruasi wanita yang mengalami *dismenorea* sebanyak 40-70% dan 10% dari mereka yang mengalami *dismenorea* berat hingga aktivitasnya sehari-hari terganggu. Pada usia remaja kasus *dismenorea* terjadi sekitar 70%-90% dan remaja yang mengalami

dismenorea aktivitasnya akan terpengaruh mulai dari akademis, sosial hingga kegiatan olahraga (Puji, 2011).

Namun seiring berkembangnya ilmu pengetahuan, proses terjadinya *dismenorea* tersebut mulai dikaitkan dengan adanya peningkatan kadar dari prostaglandin. Peningkatan kadar Prostaglandin memberikan respon sistemik yang meliputi nyeri punggung, kelemahan, gejala saluran cerna (anoreksia, mual, muntah dan diare) dan gejala sistem saraf pusat meliputi pusing, sinkop, nyeri kepala dan konsentrasi buruk (Bobak, 2004).

Menurut World Health Organization (WHO, 2012 dalam Nora, 2018) didapatkan angka kejadian *dismenorea* sangat tinggi, di setiap negara lebih dari 50% wanita mengalami *dismenorea*. Di Swedia sekitar 90% wanita yang berusia dibawah 19 tahun mengalami *dismenorea* dan sekitar 67% wanita yang berusia 24 tahun mengalami *dismenorea* (French, 2015). Prevalensi *dismenorea* di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenorea* primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder (Larasati dan Alatas, 2016). Menurut Fatmawati (2016) di Jawa Tengah angka kejadian *dismenorea* secara umum sebanyak 56%. Penelitian yang dilakukan di Universitas Sahid Surakarta didapatkan 20 mahasiswi yang mengalami *dismenorea*.

Dalam keperawatan terdapat dua jenis intervensi untuk mengatasi masalah nyeri *dismenorea* yaitu mandiri dan kolaborasi. Tindakan kolaborasi yaitu dilakukan dengan tenaga medis lainnya atau

dokter untuk pemberian terapi farmakologis atau pemberian obat. Obat yang dapat diberikan biasanya golongan analgesik untuk dapat meredakan *dismenorea* dengan cara memblok prostaglandin, namun sebagian besar wanita yang mengalami *dismenorea* jarang pergi ke dokter atau berkonsultasi dengan dokter, mereka hanya menangani nyeri *dismenorea* tersebut dengan obat-obat bebas tanpa resep dokter. Sekitar 30-70% dari remaja putri mengobati nyeri *dismenorea* hanya dengan obat anti nyeri yang dijual bebas (Lestari, 2013).

Untuk intervensi keperawatan secara mandiri yang dapat dilakukan untuk mengatasi masalah nyeri *dismenorea* yaitu dengan kompres hangat maupun dingin, latihan nafas dalam, aroma terapi, imajinasi terbimbing, dan relaksasi. Tindakan secara non farmakologis lain yaitu dengan cara pemanfaatan bahan herbal seperti jahe dan air kelapa (Sumino, Nursanti, dan Trisnawati, 2012).

Jahe yang bisa dimanfaatkan dalam mengatasi nyeri *dismenorea* yaitu jenis jahe merah karena mempunyai banyak keunggulan di bandingkan dengan jenis jahe lainnya terutama jika dilihat dari segi kandungan senyawa dalam rimpang jahe merah. Di dalam rimpang jahe merah terkandung zat gingerol, oleoresin, dan mintak atsiri yang tinggi atau lebih banyak di banding dengan jenis jahe lainnya (Hua, 2012). Jahe mengandung beberapa komponen kimia seperti gingerol dan zingerone yang memberikan efek farmakologi dan fisiologi seperti antioksidan, anti inflamasi, analgesik, jahe juga mengandung 3-7% golongan senyawa

fenol seperti flavonoid dan alkaloid. Kandungan alkaloid dalam jahe mampu menghambat sintesis dalam pelepasan leukotrien sehingga mengurangi rasa nyeri *dismenorea* (Pratiwi dan Mutiara, 2017).

Dalam penelitian yang dilakukan oleh Nurlaili Ramli dan Putri Santy (2017), jahe terbukti efektif untuk menurunkan nyeri *dismenorea* dengan mekanisme menghambat tromboksan dan aktivitas prostaglandin. Dalam mengatasi nyeri *dismenorea* jahe berkerja dengan cara menekan sintesis prostaglandin (melalui penghambatan siklooksigenase) dan leukotrien yang terlibat dalam patogenesis nyeri *dismenorea*.

Untuk penanganan *dismenorea* dengan terapi non farmakologis yang lainnya bisa digunakan dengan mengkonsumsi air kelapa. Air kelapa banyak mengandung zat yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh (Lestari dan Sarwinanti, 2015). Jenis air kelapa yang di gunakan dalam mengatasi *dismenorea* yaitu air kelapa hijau karena dibandingkan dengan jenis kelapa lain, kelapa hijau lebih banyak mengandung tanin atau antidotum (anti racun) yang paling tinggi dan air kelapa hijau memiliki kandungan gizi yang lebih tinggi dibanding jenis kelapa lainnya (Sumino, Nursanti, dan Trisnawati, 2012).

Pada penelitian yang dilakukan oleh Lestari dan Sarwinanti (2015), menunjukkan bahwa pemberian air kelapa dapat menurunkan tingkat *dismenorea* pada perempuan yang sedang mengalami nyeri *dismenorea*, hal ini disebabkan karena air kelapa memiliki banyak kandungan gizi, vitamin serta mineral yang tinggi untuk beragam

kesehatan. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam air kelapa akan merangsang produksi progesteron dalam jumlah yang stabil dengan kadar jumlah progesteron yang cukup ataupun stabil akan memperlancar proses peluruhan endometrium dan nyeri yang timbul akan segera berlalu (Sumino, Nursanti, dan Trisnawati, 2012).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Universitas Sahid Surakarta terhadap 20 mahasiswi yang mengalami *dismenorea*. Dengan metode secara online melalui link kuesioner google form didapatkan 5 mahasiswi yang sering minum obat-obatan untuk menghilangkan *dismenorea*, 4 mahasiswi yang sering melakukan kompres hangat untuk menghilangkan rasa nyeri *dismenorea* dan terdapat 11 mahasiswi tidak melakukan apa-apa saat mengalami nyeri *dismenorea*. Berdasarkan uraian diatas, penelitian tertarik untuk meneliti “Efektivitas Pemberian Air Jahe Dan Air Kelapa Terhadap Tingkat Nyeri *Dismenorea* Pada Mahasiswi Universitas Sahid Surakarta”.

B. RUMUSAN MASALAH

Apakah ada perbedaan efektivitas pemberian air kelapa dan air rebusan jahe terhadap perubahan tingkat nyeri *dismenorea*?

C. TUJUAN

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui perbedaan efektivitas pemberian air jahe dan pemberian air kelapa terhadap perubahan tingkat nyeri *dismenorea*.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat nyeri sebelum diberikan air jahe terhadap perubahan skala nyeri *dismenorea*.
- b. Mengetahui tingkat nyeri sebelum diberikan air kelapa terhadap perubahan skala nyeri *dismenorea*.
- c. Mengetahui tingkat nyeri setelah diberikan air jahe terhadap perubahan skala nyeri *dismenorea*.
- d. Mengetahui tingkat nyeri setelah diberikan air kelapa terhadap perubahan skala nyeri *dismenorea*.
- e. Menganalisis efektivitas pemberian air jahe dan air kelapa terhadap perubahan tingkat nyeri *dismenorea*.

D. MANFAAT

1. Manfaat Teoris

Hasil penelitian ini diharapkan memberikan wawasan ilmu pengetahuan tentang tingkat nyeri *dismenorea* pada mahasiswa Universitas Sahid Surakarta.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Hasil penelitian di harapkan membuat Mahasiswi Di Universitas Sahid Surakarta menjadikan pemberian air jahe dan air kelapa sebagai referensi yang positif untuk menurunkan nyeri *dismenorea*.

b. Bagi Keperawatan

Diharapkan dapat menjadi referensi bagi keperawatan dasar guna meningkatkan status derajat kesehatan khususnya untuk terapi non farmakologis pada pasien *dismenorea*.

c. Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi institusi kesehatan guna mengetahui efektivitas pemberian air jahe dan air kelapa untuk mengatasi nyeri *dismenorea*.

d. Bagi Peneliti

Sebagai ilmu untuk menambah wawasan tentang perbedaan efektivitas pemberian air jahe dan air kelapa terhadap nyeri *dismenorea*.

e. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai masukan dan motivasi peneliti lain untuk melakukan penelitian tentang nyeri *dismenorea* dengan pemberian air kelapa dan air jahe.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Nama	Judul	Metode	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Hassan Fallah Huseini, dan Mohsen Naseri (2012)	<i>Effect of Zingiber officinale R. rhizomes (ginger) on pain relief in primary dysmenorrhea: a placebo roudomized trial</i>	uji Chi-square. Dalam penelitian ini jahe diolah menjadi kapsul dan per kapsul mengandung 500mg bubuk jahe yang kemudian diberikan tiga kali sehari kepada siswi yang telah dibagi menjadi dua kelompok yaitu kelompok kapsul bubuk jahe dan kelompok plasebo.	Hasil dalam penelitian ini menunjukkan bahwa jahe dapat menjadi terapi efektif dan aman untuk menghilangkan rasa pada wanita dengan dismenorea primer jika diberikan pada awal menstruasi atau selama 3 hari sebelum menstruasi.	Mengetahui efek dari jahe terhadap nyeri haid dan mengetahui efektivitas antara pemberian air jahe dengan air kelapa terhadap penurunan skala nyeri haid.	Tujuan penelitian, variabel penelitian, responden yang diteliti dan metode penelitian dan metode intervensi jahe
Nurlaili Ramli dan Putri Santy (2017)	Efektifitas Pemberian Ramuan Jahe (Zingibers officinale) dan Teh Rosella (Hibiscus sabdariff) Terhadap Perubahan Intensitas Nyeri Haid	Menggunakan uji Friedman untuk pre test dan post test, sedangkan untuk mengkaji efektivitas antara 3 kelompok menggunakan uji Kruskal Willis.	Hasil pengukuran skala nyeri dibandingkan antara kelompok yang diberikan ramuan jahe, kelompok teh rosella dan kelompok kontrol.	Persamaan menggunakan metode uji Friedman untuk pre test dan post test, sedangkan untuk mengkaji efektivitas antara kelompok menggunakan uji Kruskal Willis.	Perbedaan penelitian terletak pada variabel penelitian, responden yang diteliti dan metode penelitian.
Fitri Lestari (2015)	Pengaruh Pemberian Air Kelapa Hijau Terhadap Tingkat Nyeri Haid pada Mahasiswi.	Penelitian ini tergolong penelitian pre eksperimen dan menggunakan desain one group pretest-posttest yaitu penelitian yang tidak ada kelompok kontrol.	Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa air kelapa hijau dapat menurunkan tingkat nyeri haid pada perempuan yang sedang mengalami nyeri haid.	Persamaan mengetahui pengaruh air kelapa pada nyeri haid.	Perbedaan terletak pada tujuan penelitian, variabel penelitian, responden yang diteliti dan metode penelitian