

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Nyeri menstruasi atau *dismenorea* merupakan karakteristik nyeri yang terjadi di bagian bawah perut saat menstruasi, rasa nyeri menyebar dari pinggang ke paha. *Dismenorea* terjadi akibat hormon progesteron yang tidak seimbang dalam darah dan menimbulkan rasa nyeri. *Dismenorea* juga dipengaruhi oleh faktor psikologis pada wanita. Nyeri saat menstruasi merupakan masalah reproduksi paling umum yang dialami wanita atau remaja segala macam usia (Kusmiran, 2011 dalam Suri, dkk, 2014). Menstruasi berawal dari yang pertama (*menarche*) yang biasa terjadi pada usia 12-16 tahun sampai terjadinya menopause (menstruasi terakhir) yang terjadi sekitar umur 45-50 tahun.

Saat ini diperkirakan prevalensi dari *dismenorea* sebanyak 12,6% - 31% pada wanita. Menurut penelitian Cakir M et all (2007) dalam Amelia, dkk, (2017) bahwa *dismenorea* didefinisikan sebagai gangguan menstruasi dengan prevalensi terbesar yakni (89,5%). Hasil penelitian lain tentang prevalensi *dismenorea* bervariasi antara 15,8% - 89,5% dengan prevalensi tertinggi pada remaja (Calis dkk, 2009 dalam Amelia, dkk, 2017). Perilaku yang dilakukan untuk mengurangi *dismenorea* berdasarkan fenomena dimasyarakat, remaja banyak mengonsumsi *soft drink* yang memiliki dampak buruk terhadap kesehatan. Kalangan remaja cenderung mengonsumsi minuman ini saat mengalami *dismenorea*. Konsumsi *soft drink* dipengaruhi oleh faktor

pengetahuan dimana pengetahuan tersebut memiliki pengaruh besar pada perkembangan perilaku (Tania, 2016).

Masa remaja diawali dengan masa pubertas mulai dari timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, serta mengalami perkembangan reproduksi. Pada tahap ini remaja mengalami perubahan fisik, emosional, dan sosial sebagai ciri dalam masa pubertas. Kondisi lingkungan serta gizi juga mempengaruhi pertumbuhan remaja, masa pubertas ditandai datangnya menstruasi (Kusmiran, 2011, dalam Suri, dkk, 2014). Minuman tradisional merupakan minuman yang terbuat dari bahan alami dari tumbuhan yang merupakan warisan budaya bangsa dan digunakan secara turun-temurun. Tumbuhan obat tradisional dibuat sesuai kegunaan dan fungsinya bisa dipilih dari satu jenis atau bahkan beberapa jenis tumbuhan obat seperti kunyit, kencur, jahe, dan temulawak yang dibuat menjadi jamu (Agoes, 2010).

Menurut WHO menentukan usia remaja mulai 12-24 tahun. Beberapa data di beberapa negara, angka kejadian *dismenorea* sangat tinggi. Diperkirakan 50% dari seluruh wanita di dunia menderita akibat *dismenorea* dalam siklus menstruasi. Pada tahun 2012 prevalensi *dismenorea* primer di Amerika Serikat pada umur 12-17 tahun sekitar 59,7%, dengan derajat kesakitan 49% *dismenorea* ringan, 37% *dismenorea* sedang, dan 12% *dismenorea* berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderita ijin sekolah. Dalam studi longitudinal yang dilakukan di Swedia melaporkan *dismenorea* terjadi pada 90% wanita yang berusia kurang dari 19 tahun dan 64% wanita yang berusia 24 tahun. Menurut hasil Riskesdas, remaja yang sudah mengalami menstruasi di Indonesia adalah usia 13 tahun (20,0%) dengan kejadian lebih awal usia

kurang dari 9 tahun bahkan ada yang lebih lama hingga usia 20 tahun. Terdapat 7,8% melaporkan belum mengalami menstruasi. Secara nasional rata-rata usia *menarche* 37,5% terjadi pada remaja di Indonesia pada umur 13-14 tahun (Riset Kesehatan Dasar, 2010). Berdasarkan hasil Sensus Penduduk pada tahun 2010 menunjukkan jumlah penduduk Indonesia sebesar 237.641.326 jiwa, dan 63,4 juta atau 27% umur 10-24 tahun (Sensus Penduduk, 2010). Di Indonesia kejadian prevalensi *dismenorea* 64,25% terdiri dari *dismenorea* primer 54,89%, *dismenorea* sekunder 9,36%. Di Surabaya, didapatkan 1,07% hingga 1,31% dari jumlah penderita *dismenorea* datang ke bidan. Berdasarkan survei awal yang peneliti lakukan di MTsN Ponorogo, khususnya siswi kelas VIII, IX didapatkan jumlah siswi cukup banyak sekitar 250, dibandingkan dengan jumlah siswi di SMP Muhammadiyah 2 Ponorogo hanya 38 orang. Siswi kelas VIII, IX di MTsN Ponorogo yang mengalami *dismenorea* sebanyak 100 responden dengan usia 13-15 tahun.

Berdasarkan data IOT (Industri Obat Tradisional) dan IKOT (Industri Kecil Obat Tradisional) dari 4.187, 40% masyarakat banyak yang memanfaatkan tanaman tradisional salah satunya adalah kunyit sebagai alternatif pengobatan dan 10% masyarakat mengkonsumsi kunyit untuk mengurangi nyeri saat menstruasi (Ningharmanto, 2008 dalam Mahdiyah, dkk, 2016).

Tidak ada pembuahan saat menstruasi, ovum setelah ovulasi hormon reproduksi wanita menurun secara cepat yang dikarenakan korpus luteum berinvolusi. Hal ini mengakibatkan endometrium untuk implantasi hasil fertilisasi menjadi luruh. Semua kelenjar luruh dan mengakibatkan

menurunnya nutrisi pada vasospasme pembuluh darah di endometrium. Vasospasme mengakibatkan reaksi inflamasi pada asam arakhidonat dan kemudian melepaskan prostaglandin (PG). Terutama PGF-2 α menyebabkan vasokonstriksi dan hipertonus pada miometrium. Hipertonus akan menyebabkan *dismenorea* primer (Guyton dan Hall, 2007). Banyak remaja yang mengalami gangguan saat menstruasi, salah satunya adalah nyeri menstruasi (*dismenorea*).

Berdasarkan penyebabnya, *dismenorea* ada dua jenis, yaitu *dismenorea* primer dan sekunder. *Dismenorea* primer merupakan nyeri haid yang disebabkan oleh psikogen, penyakit kronis, penyempitan leher rahim, dan hormonal. *Dismenorea* primer terjadi setelah *menarche* setelah 12 bulan atau bahkan lebih, pada bulan pertama setelah *menarche*, haid tidak disertai dengan rasa nyeri. Sifat rasa nyeri berjangkit-jangkit, biasanya batas pada bagian perut bawah, tetapi dapat menyebar ke daerah punggung dan paha. Rasa nyeri biasanya disertai sakit kepala, mual, muntah, diare, dan sebagainya. Upaya pencegahan telah dilakukan, namun tidak ada hasil yang memuaskan, dikarenakan kurangnya pengetahuan remaja tentang pencegahan dan penanganan untuk mengatasi *dismenorea* (Wiknjosastro, 2007).

Remaja yang mengalami nyeri saat menstruasi sangatlah mengganggu, terutama dalam proses belajar di sekolah yang membutuhkan konsentrasi sehingga biasanya remaja beristirahat di ruang UKS, kesulitan dalam aktifitas sehari-hari atau bahkan banyak yang ijin untuk pulang kerumah. Pemahaman tentang perilaku yang dilakukan saat menstruasi sangat diperlukan untuk mendorong remaja yang mengalami gangguan menstruasi agar mengetahui

dan mengambil perilaku yang baik tentang masalah reproduksinya seperti kram dan nyeri yang disebut *dismenorea* (Sembiring, 2011 dalam Sitorus, dkk, 2015). Banyak remaja yang kurang mengetahui bagaimana perilaku yang baik untuk mencegah nyeri saat menstruasi atau bahkan kurangnya pengetahuan terhadap apa yang dikonsumsi saat timbul nyeri menstruasi. Perilaku yang biasa dilakukan para remaja yang mengalami *dismenorea* adalah dengan istirahat atau tidur di UKS sambil menekan perut yang sakit, mengoles dengan minyak kayu putih atau sejenisnya pada daerah nyeri, minum minuman bersoda, dan bahkan ada yang hanya diam dikelas menahan nyeri yang dirasakan (Suri, dkk, 2014).

Ada beberapa cara untuk meredakan *dismenorea* dengan cara farmakologi dan non-farmakologi. Analgesik dan anti inflamasi atau obat golongan NSAID (*Nonsteroidal Antiinflammatory*) seperti asam mefenamat, ibuprofen merupakan terapi farmakologi yang sering digunakan. Akan tetapi penggunaan obat farmakologi dalam jangka panjang dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan pada lambung dan anemia. Pengobatan non-farmakologi, banyak yang dapat dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri, misalnya dengan olah raga teratur, kompres hangat, dan mengkonsumsi produk herbal yang teruji khasiatnya. Terapi non-farmakologi yang dapat menurunkan rasa nyeri dapat diperoleh dengan cara menggunakan bahan-bahan tanaman seperti kayu manis, kunyit asam, jahe, temulawak (Anurogo, dkk, 2011 dalam Arfiana, dkk, 2014).

Menurut BPOM 2007, kunyit mengandung agen aktif alami yang berfungsi sebagai anti-inflamasi dan antipiretik, asam jawa memiliki agen

aktif sebagai antipiretik, pengurang tekanan psikis saat aktifitas pada sistem saraf. *Curcumin* dan *anthocyanin* dalam kunyit menghambat reaksi *cyclooxygenase* (COX-2) sehingga menghambat inflamasi dan mengurangi kontraksi pada uterus. *Curcumenol* sebagai agen analgetik menghambat pelepasan prostaglandin yang berlebihan melalui jaringan-jaringan epitel uterus yang pada akhirnya menghambat kontraksi uterus sehingga mengurangi *dismenorea* (Anindita, 2010 dalam Mahdiyah, dkk, 2016). Jahe juga dapat digunakan untuk meredakan nyeri karena mengandung komponen seperti *gingerol*, *shogaol*, dan *zingerone* yang fungsinya sebagai analgesik, antipiretik, antiinflamasi, antioksidan, antikarsinogenik, non-toksik dan non-mutagenik. (Rahnama, 2012 dalam Kostania, dkk, 2015).

Solusi dari masalah ini adalah dengan memberikan promosi kesehatan sebagai proses untuk meningkatkan pengetahuan dan perubahan perilaku bagi remaja putri dalam menangani *dismenorea*. Perilaku yang dilakukan untuk mencegah, mengatasi dan menyembuhkan *dismenorea* adalah dengan olahraga teratur, istirahat yang cukup, nutrisi seimbang, dan konsumsi minuman tradisional diantaranya adalah kunyit asam, beras kencur, dan jahe yang berfungsi sebagai pereda nyeri dan memperlancar menstruasi (Leli, 2011 dalam Kostania, dkk, 2015).

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk mengadakan penelitian mengenai hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi minuman tradisional pada remaja yang mengalami *dismenorea*.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan data dari latar belakang masalah diatas maka rumusan masalah yang didapat adalah : “Apakah ada hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi minuman tradisional pada remaja yang mengalami *dismenorea* di MTsN Ponorogo ?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi minuman tradisional pada remaja yang mengalami *dismenorea*.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Untuk mengidentifikasi pengetahuan remaja tentang perilaku konsumsi minuman tradisional yang mengalami *dismenorea*
2. Untuk mengidentifikasi perilaku remaja tentang konsumsi minuman tradisional yang mengalami *dismenorea*
3. Menganalisis hubungan pengetahuan dengan perilaku konsumsi minuman tradisional pada remaja yang mengalami *dismenorea* di MTsN Ponorogo.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

1. Bagi IPTEK

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat sebagai bahan rujukan ilmiah khususnya bidang ilmu kesehatan untuk mengembangkan pengetahuan yang lebih luas, sehingga dapat membantu menyelesaikan masalah yang berkaitan dengan konsumsi minuman tradisional pada remaja yang mengalami *dismenorea*.

2. Bagi Peneliti

Hasil penelitian dapat digunakan sebagai teori secara langsung dan dapat mengetahui tentang perilaku konsumsi minuman tradisional pada remaja yang mengalami *dismenorea*.

3. Bagi Institusi

Hasil dapat dijadikan sebagai bahan kajian dan wacana untuk penelitian selanjutnya mengenai perilaku konsumsi minuman tradisional pada remaja yang mengalami *dismenorea*.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi kepada remaja tentang *dismenorea* sehingga remaja mampu memahami perilaku konsumsi minuman tradisional saat mengalami *dismenorea*.

2. Bagi Masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dipergunakan untuk menambah wawasan dan informasi masyarakat tentang perilaku konsumsi minuman tradisional pada remaja yang mengalami *dismenorea*.

3. Bagi peneliti lebih lanjut

Hasil penelitian ini diharapkan selanjutnya untuk diteliti lebih lanjut tentang efektifitas atau perbandingan minuman tradisional untuk mengatasi *dismenorea*, khususnya dalam perilaku konsumsi minuman tradisional pada remaja.

1.5 Keaslian Penelitian

Dari penelusuran peneliti mengenai Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Konsumsi Minuman Tradisional pada Remaja yang Mengalami *Dismenorea* di MTsN Ponorogo, belum pernah diteliti. Adapun beberapa penelitian sebelumnya adalah :

1. Purba Ningsih Pati Erina, Rompas Sefti, Karundeng Michael (2014) dengan judul Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan Dismenorea di SMA Negeri 7 Manado. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 239 orang. metode pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*, didapatkan sebanyak 66 responden. Penelitian ini menggunakan uji *chi square* dengan $\alpha = 0,05$. Hasil penelitian didapatkan remaja putri terbanyak memiliki pengetahuan kurang sebanyak 36 orang (54,5%) dan perilaku penanganan dismenore kurang sebanyak 33 orang (50,0%). Nilai probabilitas diperoleh 0,000.

2. Sitorus BR. S. Yuli, Sanusi Rahayu Sri, Fitria Maya (2015) dengan judul Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Dismenorea Dan Tindakan Dalam Penanganan Dismenorea Di SMP Swasta Kualuh Kabupaten Labuhan Batu Utara. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui korelasi antara pengetahuan dan sikap remaja putri dengan perlakuan dismenorea di SMP Kualuh Kabupaten Labuhan Batu Utara 2015. Jenis penelitian ini adalah *survey* dengan menggunakan pendekatan *explanatory research*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswa yang memiliki sebanyak 53 orang dismenorea kelas I, II, III, dan dijadikan sampel total. Data diperoleh melalui wawancara menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *chi-square*. Dari hasil uji *chi-square* ($\alpha < 0,05$), menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan tindakan dalam pengobatan dismenorea ($p = 0,005$). Hasil tes menunjukkan tidak ada hubungan antara sikap dan tindakan dalam pengobatan dismenorea ($p = 0,045$). Diharapkan para siswa selalu mencari informasi kesehatan, terutama dalam penanganan dismenorea melalui media elektronik, buku teks tentang kesehatan reproduksi, terutama kesehatan remaja di lingkungan sekolah, dan sekolah untuk melibatkan siswa dalam kegiatan seminar kesehatan.
3. Suri Intan Silvia, Nofitri Dona Mutia (2014) dengan judul Pengaruh Minuman Kunyit Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas 1 Di Pondok Pesantren Nurul Yaqin Pakandangan Kecamatan 6 Lingsung Kabupaten Padang Pariaman. Penelitian ini menggunakan desain *Pra-Eksperimental* dengan Satu Desain Kelompok

Pretest mendekati posttest. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri pesantren di Indonesia kelas 1 Nurul Yaqin Pakandangan Terang Kabupaten Padang Pariaman 6 Lingkungan Tahun 2014 di tahun 2007 Penelitian ini berjumlah 10 responden. Sampel yang diambil dilakukan dengan *purposive sampling*. Hasil analisis univariat sebelum diberi minuman kunyit setengah mengalami rasa sakit sedang, kurang dari setengah mengalami rasa sakit dan berat berkeringat, hasil analisis bivariat setelah diberi minuman kunyit kebanyakan sakit ringan dan rasa sakitnya berkurang. Hasil analisis bivariat diperoleh p-value 0,000 yang menunjukkan H_a diterima, yang berarti ada perbedaan yang signifikan sebelum dan sesudah diberi minuman kunyit ($P \leq 0,05$). Kesimpulan dari penelitian ini, ada perbedaan signifikan dalam mengurangi nyeri haid pada wanita muda setelah diberi minuman kunyit. Lebih lanjut penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan jumlah responden, memperhatikan faktor psikologis yang dapat mempengaruhi efektivitas minuman kunyit dan kebutuhan untuk pemantauan dan pelaksanaan waktu yang tepat.

4. Ekawati Heny (2017) dengan judul Perbedaan Efektivitas Pemberian Minuman Jahe dan Kunyit Asam Terhadap Penurunan Disminorhea pada Mahasiswi Semester VII Keperawatan Stikes Muhammadiyah Lamongan. Desain penelitian menggunakan *Quasi-Eksperimental* dengan (*Non Equivalent Pretest And Posttest Grup Design*). Sampel terdiri dari 97 responden yang di bagi menjadi 50 kelompok 1 dan 47 kelompok 2 (*Simple Random Sampling*). Tingkat Disminorhea diukur menggunakan NRS dan di uji dengan Paired T Test dan T Independent T Test. Hasil

penelitian menunjukkan minuman kunyit asam efektif menurunkan tingkat disminorhea dengan rerata penurunan 1 poin. sedangkan minuman jahe juga efektif menurunkan disminorhea dengan rerata penurunan 0,45 poin. Hasil dapat disimpulkan bahwa minuman kunyit asam lebih efektif di bandingkan minuman jahe dalam menurunkan disminorhea. Minuman kunyit asam dan jahe dapat di jadikan sebagai terapi pilihan non farmakologi untuk menurunkan disminorhea.

