

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1 Latar Belakang**

Nyeri haid atau dismenore merupakan keluhan yang sering dialami wanita saat menstruasi. Nyeri dirasakan pada perut bagian bawah, kadang-kadang disertai pusing, lemas, mual dan muntah, biasanya terjadi pada saat haid atau menjelang haid.

Nyeri saat menstruasi di sebabkan oleh kejang otot uterus (Wilson, 2006). Nyeri haid (dismenore) dapat menghambat aktivitas remaja sehari-hari, mengganggu konsentrasi belajar atau bahkan memaksa penderita untuk beristirahat sehingga tidak dapat mengikuti proses pembelajaran.

Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Presentasi angka kejadian nyeri menstruasi di Amerika sekitar 60% sedangkan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angka kejadiannya sekitar 55%. Prevalensi nyeri menstruasi berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif. Pada umumnya hal ini tidak berbahaya, namun seringkali dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya (Proverawati, 2009). Intensitas nyeri berbeda-beda untuk setiap wanita di pengaruhi oleh deskripsi individu tentang nyeri, persepsi dan pengalaman nyeri (Kelly, 2007).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Fakultas Kedokteran Universitas Udayana Program Studi Ilmu Keperawatan didapatkan bahwa responden yang mengalami dismenore sedang sebanyak 88,6% sedangkan dismenore berat yaitu 11,4%. Sementara mengenai aktivitas belajarnya, sebagian

besar responden mengalami aktivitas belajar terganggu 68,4%, kategori sangat terganggu 21,5%, dan kategori tidak terganggu akibat dismenore 10,1% (Iswari, 2014).

Untuk mengatasi nyeri haid (dismenore) dapat dilakukan dengan pemberian obat analgesik dan anti inflamasi dan terapi ramuan herbal yang telah di percaya khasiatnya yang berasal dari bahan-bahan tanaman. Beberapa bahan tanaman dipercaya dapat mengurangi rasa nyeri yaitu kunyit, asam jawa, kayu manis, cengkeh, jahe (Anurogo, 2011).

Salah satu produk herbal yang menjadi alternatif bagi para remaja putri yang ingin mengurangi nyeri haid adalah minuman kunyit asam. Minuman kunyit asam adalah minuman yang bahan utamanya berasal dari kunyit dan asam. Menurut Sina (2012), secara alamiah kunyit dipercaya memiliki kandungan senyawa fenolik sebagai antioksidan, bermanfaat sebagai analgetika, anti-inflamasi, antimikroba, serta pembersih darah. Senyawa aktif yang terdapat pada kunyit yaitu *curcumine*. Sedangkan menurut Nair (2004), asam jawa juga memiliki bahan aktif yaitu *anthocyanin* yang berfungsi sebagai anti-inflamasi dan antipiretika.

Lebih spesifik dapat di jelaskan bahwa kandungan *curcumine* pada kunyit (Sina, 2012), dan *anthocyanin* pada asam jawa akan menghambat reaksi *cyclooxygenase* (COX) sehingga menghambat atau mengurangi terjadinya inflamasi sehingga akan mengurangi atau bahkan menghambat kontraksi uterus yang menyebabkan nyeri haid (Nair, 2004).

Penelitian yang dilakukan oleh Winarso (2013), dengan judul “pengaruh minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore primer pada

siswi Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten”, juga membuktikan bahwa dari 44 responden, responden yang tidak mengalami dismenore sesudah minum kunyit asam sejumlah 17 responden (38,6%), yang termasuk kategori nyeri ringan sejumlah 21 responden (47,7%) dan responden dengan tingkat nyeri sedang sejumlah 6 (13,6%). Dengan ini menunjukkan adanya pengaruh minuman kunyit asam terhadap penurunan tingkat nyeri dismenore siswi Madrasah Tsanawiyah Negeri Jatinom Klaten dengan  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ).

Selain minuman kunyit asam, ada juga minuman jahe yang dipercaya dapat mengatasi nyeri. Minuman jahe bersifat menghangatkan tubuh, sebagai antirematik, anti-inflamasi dan analgesik. Senyawa *shogaol* dan *gingerol* efektif mengurangi rasa sakit, sebagai anti inflamasi dengan menghambat kerja enzim dalam siklus siklooksigenase (COX) sehingga mampu menghambat dilepaskannya prostaglandin penyebab inflamasi dan menghambat terjadinya kontraksi uterus yang menyebabkan nyeri haid (Trubus, 2012).

Hal ini dibuktikan oleh penelitian yang dilakukan oleh Arfiana (2014), dengan judul “pengaruh minuman jahe merah (*Zingiber officinale roscoe*) terhadap intensitas nyeri haid pada mahasiswa D-IV Kebidanan Stikes Ngudi Waluyo”, didapatkan hasil dari 16 responden yang diberikan terapi minuman jahe merah terdapat lebih dari 50% mengalami nyeri ringan yaitu sebanyak 10 responden (62,5%), nyeri sedang 5 responden (31,3%) dan tidak mengalami nyeri 1 responden (6,3%) dan dari 16 responden yang tidak diberikan terapi minuman jahe merah terdapat lebih dari 50% mengalami nyeri sedang yaitu sebanyak 11 responden (68,8%) dan nyeri berat 5 responden (31,2%). Hal ini membuktikan

bahwa ada pengaruh minuman jahe merah terhadap intensitas nyeri haid dengan  $p\text{-value } 0,000 < \alpha(0,05)$ .

Berdasarkan data awal yang di peroleh peneliti pada tanggal 14 maret 2015 di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara, jumlah siswa SMA Negeri 3 Gorontalo Utara sebanyak 522 siswa, terdiri dari 204 laki-laki dan 318 perempuan. Hasil wawancara yang dilakukan peneliti pada 59 siswi SMA Negeri 3 Gorontalo Utara di dapatkan bahwa 29% mengalami nyeri ringan, 51 % mengalami nyeri sedang dan 20% mengalami nyeri berat. 24% tidak masuk sekolah dan izin pulang kerumah pada hari pertama dan hari kedua saat menstruasi, 49% beristirahat di UKS dan 27% mengalami penurunan konsentrasi saat pelajaran berlangsung. Untuk penanganan nyeri haid, 5% melakukan pengobatan dengan cara meminum obat-obatan analgetik, 24% mengkonsumsi minuman kunyit, 20% mengkonsumsi minuman jahe, dan sekitar 51% mengatakan hanya beristirahat.

Dari uraian diatas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang perbandingan efektivitas pemberian minuman kunyit asam dan minuman jahe terhadap penurunan nyeri haid pada siswi di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Dari latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi permasalahnya sebagai berikut:

- 1) Lebih dari 50% siswi SMA Negeri 3 Gorontalo Utara yang mengalami nyeri sedang hingga berat saat menstruasi.
- 2) Nyeri berdampak buruk pada tingkat kehadiran siswi disekolah, mengganggu aktifitas siswi, dan menurunkan konsentrasi belajar siswi.

### **1.3 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti merumuskan suatu permasalahan yaitu : “Bagaimana perbandingan efektivitas pemberian minuman kunyit asam dan minuman jahe terhadap penurunan nyeri haid pada siswi di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara ?”

### **1.4 Tujuan Penelitian**

#### **1.4.1 Tujuan Umum**

Untuk mengetahui perbandingan efektivitas pemberian minuman kunyit asam dan minuman jahe terhadap penurunan nyeri haid pada siswi di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara.

#### **1.4.2 Tujuan Khusus**

1. Mengetahui gambaran tingkat nyeri haid sebelum diberikan minuman kunyit asam pada siswi di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara.
2. Mengetahui gambaran tingkat nyeri haid setelah diberikan minuman kunyit asam pada siswi di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara.
3. Mengetahui gambaran tingkat nyeri haid sebelum diberikan minuman jahe pada siswi di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara.
4. Mengetahui gambaran tingkat nyeri haid setelah diberikan minuman jahe pada siswi di SMA Negeri 3 Gorontalo Utara.
5. Membandingkan hasil efektivitas pemberian minuman kunyit asam dan minuman jahe terhadap penurunan nyeri haid.

## **1.5 Manfaat Penelitian**

### 1.5.1 Manfaat Teoritis

Dapat dijadikan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan penanganan nyeri haid menggunakan minuman herbal.

### 1.5.2 Manfaat Praktis

1. Memberikan tambahan pengetahuan tentang manfaat kunyit asam dan jahe dibidang kesehatan dalam mengurangi nyeri haid.
2. Memberikan pengetahuan dan solusi bagi masyarakat yang mengalami nyeri haid dalam mengurangi dan mencegah nyeri saat menstruasi.
3. Memberi pengalaman baru bagi peneliti dalam melaksanakan penelitian dan dapat mengaplikasikan teori yang telah didapat untuk mengatasi masalah nyeri haid pada peneliti sendiri. Hasil penelitian ini juga dapat menjadi referensi bagi penelitian selanjutnya terkait terapi herbal dalam mengurangi nyeri haid.