

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa Remaja merupakan proses seseorang mulai mengalami perkembangan aspek dari masa kanak-kanak menuju ke masa dewasa (Prawirohardjo, 2011). Menurut WHO, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, sedangkan menurut peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014 remaja adalah penduduk yang memiliki usia antara 10 tahun sampai dengan 18 tahun.

Masa Pubertas merupakan salah satu dari dua periode rentang kehidupan manusia yang mengalami pertumbuhan sangat pesat, terutama pertumbuhan fisik. Menurut Pieter, H.Z & Lubis, N.L (2011) menyatakan bahwa masa pubertas merupakan periode yang banyak terjadi seperti perubahan bentuk tubuh, penampilan diri, dan sikap.

Menstruasi adalah perubahan fisiologi dalam tubuh wanita dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi yang terjadi secara berkala (Fitira, 2016). Jenis-jenis gangguan menstruasi terdiri dari gangguan umum dan gangguan yang harus diwaspadai. Gangguan yang harus diwaspadai yaitu perdarahan menstruasi yang berlangsung lama selama 3 bulan berturut-turut, dan sama sekali tidak mengalami menstruasi saat usia reproduksi. Sedangkan gangguan menstruasi umum terdiri dari sindroma pra menstruasi, menstruasi darah menggumpal, menstruasi terlambat, menstruasi tidak teratur atau tidak lancar, nyeri dismignore (Haryono, 2016).

Nyeri dismignorea adalah menstruasi yang menimbulkan rasa nyeri yang dapat mengganggu kemampuan seorang wanita untuk bersekolah, belajar, atau tidur (Fitria, 2019). Nyeri menstruasi sifatnya adalah nyeri yang terasa pada perut bagian bawah,

sampai ke pinggang dan paha, bisa disertai dengan mual bahkan muntah, bahkan sampai dengan rasa nyeri di bagian kepala (Haryono, 2016).

Nyeri menstruasi dibagi menjadi dua jenis yaitu nyeri haid primer dan nyeri haid sekunder. Nyeri haid primer yang timbul sejak haid pertama dan dengan berjalannya waktu akan pulih dengan sendirinya sedangkan nyeri haid sekunder biasanya baru muncul kemudian, yaitu jika ada penyakit yang datang kemudian (Fitira, 2016).

Rasa nyeri haid primer yang dirasakan ketika menstruasi karena adanya peningkatan pada prostaglandin di endometrium yang akan mengikuti penurunan progesterone pada akhir fase luteal menimbulkan peningkatan tonus myometrium dan kontraksi uterus yang berlebihan sehingga menyebabkan nyeri menstruasi (Anurogo,2011).

Menurut WHO (*World Health Organization*) tahun 2018 mengatakan bahwa angka kejadian dismenorea di dunia sangat besar. Berdasarkan data dari beberapa negara, angka kejadian dismenorea di dunia cukup tinggi. Diperkirakan sekitar 50% dari seluruh wanita di dunia menderita akibat dismenorea, seperti di Amerika angka persentasinya sekitar 60%, di Swedia sekitar 72% dan di Inggris sebuah penelitian menyatakan bahwa 10% dari remaja sekolah lanjut tampak absen 1- hari setiap bulannya karena mengalami dismenorea (Umi Nur Chayati,2019).

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi (disminorea). (Angka kejadian dismenorea di Indonesia 2019) sebesar 64,52% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer (nyeri haid yang dijumpai adanya kelainan pada alat-alat genital, sering terjadi pada wanita

yang belum pernah hamil) dan 9,36% disminorea sekunder (nyeri haid yang disertai kelainan anatomis genitalis).

Dampak pada remaja putri apabila nyeri menstruasi tidak dilakukan penanganan yang baik maka akan menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari bahkan menimbulkan konsentrasi belajar siswi akan terlambat (Setyowati, 2018).

Menangani nyeri menstruasi dapat dilakukan dengan 2 cara yaitu dengan cara farmakologi dan non farmakologi. Secara farmakologi nyeri haid dapat diberikan dengan menggunakan obat-obatan, seperti ibuprofen, asam mafenamat, acetaminophen, aceclofanec, diclofenac, meloxicam. Sedangkan terapi non farmakologi yang dapat dilakukan antara lain dengan istirahat yang cukup, tehnik nafas dalam, olahraga yang teratur, melakukan pemijatan, yoga kompres air hangat, dan penggunaan aromaterapi (Manan, 2011). Keuntungan terapi nonfarmakologi antara lain mudah dan murah untuk dilakukan di mana saja termasuk di rumah.

Terapi nonfarmakologi lainnya dapat menurunkan intensitas nyeri yaitu dengan pemberian aromaterapi. Aromaterapi adalah metode yang menggunakan minyak esensial untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi, spiritual serta dapat menurunkan nyeri dan kecemasan. Bentuk dari aromaterapi ini dikemas dalam berbagai macam jenis yaitu, minyak esensial, garam, sabun mandi, dupa, dan lilim. Aromaterapi dapat diberikan secara inhalasi, message, difusi, kompres hangat maupun perendaman (Solehati & Kokasih, 2015).

Aplikasi aromaterapi lavender yang diberikan dapat menurunkan kadar kortisol dan dapat meningkatkan estradiol yang memicu penurunan ansietas (Fukui,2011). Aromaterapi lavender juga dapat memodulasi aktivitas cyclic adenosine monophosphate (cAMP) yang

memberikan efek sedasi. Aroma lavender yang dihirup kemudian ditangkap oleh syaraf olfaktorius akan diteruskan ke system saraf pusat dan system limbic yaitu fungsi autonomi akan emosi (Matsumoto, 2013).

Penelitian yang dilakukan oleh Nurul Ariningtyas dan Uluwiyatun, tentang Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Tingkat Nyeri Dysminore pada Siswi SMK Negeri 2 Sewon Bantul Tahun 2017 didapatkan hasil terdapat penurunan intensitas nyeri sesudah diberikan aromaterapi lavender. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan responden pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah intervensi dengan p-value berdasarkan uji wilcoxon menunjukkan hasil $p=0,001$ artinya ($p<0,05$). Ini menunjukkan terdapat perbedaan yang signifikan tingkat nyeri pada kelompok intervensi sebelum dan sesudah diberikan perlakuan aromaterapi lavender.

Berdasarkan penelitian oleh Pustikawaty (2016), tentang Pengaruh Aromaterapi Lavender Terhadap Skala Nyeri Haid Siswi Kelas X Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Sungai Ambawang Kabupaten Kubu Raya didapatkan hasil terdapat penurunan intensitas nyeri sesudah diberikan aromaterapi lavender. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebelum dilakukan aromaterapi lavender didapatkan skala nyeri terbanyak pada responden yaitu skala nyeri 68,8%. Setelah diberikan aromaterapi lavender didapatkan skala nyeri terbanyak pada responden yaitu skala nyeri ringan 75%. Pada uji *t-test paired* didapatkan hasil bahwa nilai $p=0,000$.

Penelitian yang dilakukan Yuda Ari Susanti tentang Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lavender Terhadap Penurunan Intensitas Disminorea Pada Remaja di Desa Cengkok Kabupaten Kediri Tahun 2015 didapatkan hasil penurunan nyeri setelah diberikan aromaterapi lavender. Hasil penelitian menunjukkan bahwa setelah diberikan

aromaterapi lavender sebagian besar remaja mengalami intensitas nyeri sedang sebelum diberi aromaterapi yaitu sebanyak 26 remaja (86,7%) dan sebagian besar responden (83,3%), yaitu 25 remaja mengalami penurunan dari nyeri sedang ke ringan setelah diberi aromaterapi lavender. Hasil uji tes statistic wilcixon sum match juga menunjukkan tingkat signifikan $\alpha \leq 0,05$ didapati (p) = 0,000 sehingga Ho ditolak dan H1 diterima.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan di Bulan September 2021 pada remaja putri SMK Negeri Noemuti Seo dari 123 siswi kelas XI yang mengalami nyeri disminore sebanyak 65 orang meliputi kelas XI jurusan perawat sebanyak 25 orang, kelas XI-TKJ sebanyak 22 orang dan kelas XI-tata busana sebanyak 18 orang. Melalui wawancara dan lembar check list alat ukur nyeri berupa *numeric rating scale* (NRS) terdapat 5 orang dengan nyeri sedang dan 5 orang dengan nyeri berat. Upaya penanganan yang diberikan, 2 siswi mengatakan untuk mengatasi nyeri haid dengan menggunakan minyak kayu putih. 5 siswi mengatakan mengatasi nyeri haid dengan terapi farmakologi yakni mengkonsumsi obat-obatan seperti ibu profen dan asam mefenamat. Sedangkan 3 diantaranya tidak melakukan apa-apa dan memilih beristirahat pada saat rasa nyeri. Solusi secara non farmakologi seperti aromaterapi belum banyak digunakan dan diaplikasikan oleh siswi SMK Negeri Noemuti Seo karena siswi banyak yang belum paham tentang bagaimana cara penanganan desminorea primer terutama penanganan dengan cara relaksasi aromaterapi.

Berdasarkan data di atas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Perbedaan tingkat nyeri haid primer sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada remaja putri di SMK Negeri Noemuti Seo”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian di atas, maka penulis merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Perbedaan tingkat nyeri haid primer sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada remaja putri di SMK Negeri Noemuti Seo”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti bertujuan untuk mengetahui Perbedaan tingkat nyeri haid primer sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi lavender pada remaja putri di SMK Negeri Noemuti Seo.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi nyeri sebelum diberikan aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid primer pada remaja putri di SMK Negeri Noemuti Seo.
- b. Mengidentifikasi nyeri sesudah diberikan aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid primer pada remaja putri di SMK Negeri Noemuti Seo.
- c. Menganalisis perbedaan nyeri sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi lavender terhadap penurunan nyeri haid primer pada remaja putri di SMK Negeri Noemuti Seo.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi tempat penelitian

Memberikan informasi mengenai penanganan nyeri disminorea primer menggunakan Aromaterapi Lavender .

2. Bagi peneliti

Hasil penelitian ini memberikan informasi sebagai data awal untuk peneliti selanjutnya mengenai pengetahuan remaja tentang Aromaterapi Lavender untuk mengatasi nyeri disminorea primer

3. Bagi remaja

Memberikan informasi kepada remaja tentang Aromaterapi Lavender untuk mengatasi nyeri disminorea primer

4. Bagi tenaga Kesehatan

Bermanfaat sebagai bahan pengembangan ilmu pengetahuan dan dapat memberikan penyuluhan tentang Aromaterapi Lavender untuk mengatasi nyeri disminorea primer.

5. Bagi institusi kebidanan

Menambah pengetahuan dan pengembangan teori kepada peserta didik tentang Aromaterapi Lavender untuk mengatasi nyeri disminorea primer.