

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Tahap perkembangan manusia yaitu mulai dari dalam kandungan, lahir menjadi bayi, kemudian menjadi anak-anak, tumbuh menjadi remaja, dewasa dan menjadi lansia. Pada masa remaja dimulai dengan adanya tanda-tanda pubertas. Dijelaskan dalam penelitiannya (Hidayah, 2018) tanda-tanda masa pubertas yaitu perkembangan fisik, seksual, dan psikososial. Hal tersebut terus berlangsung hingga mencapai kematangan seksual. Perubahan kematangan fisik secara cepat yang meliputi perubahan tubuh dan hormonal, yang biasanya muncul di awal masa remaja (Hidayah, 2018)). Perubahan fisik yang jelas terlihat pada masa ini yaitu berubahnya bentuk tubuh, proporsi tubuh, dan fungsi fisiologis (mulai berfungsinya organ-organ seksual). Pada perempuan, masa pubertas diawali dengan terjadinya peristiwa haid pertama yang disebut menarke. Menurut (Hidayah, 2018)), menarke adalah tahap perkembangan fisik ketika alat reproduksi manusia mencapai kematangannya.

Menarke sendiri berbeda-beda pada setiap perempuan, biasanya menarke terjadi pada remaja usia 12-14 tahun, tetapi saat ini banyak terjadi usia menarke menjadi lebih muda sehingga banyak siswi Sekolah Dasar (SD) yang sudah mengalami menarke. Hal ini bergantung pada beberapa faktor, seperti kesehatan, berat badan, dan status nutrisi. Fase haid pertama ini adalah suatu

pertanda di mana remaja putri benar-benar sudah siap secara biologis untuk menjalani fungsi kewanitaannya. Maka bagi remaja putri, peristiwa haid menduduki satu eksistensi psikologis yang unik, yang bisa mempengaruhi persepsi anak remaja terhadap realitas hidup, baik pada masa remaja maupun setelah dia menjadi dewasa. (Hidayah, 2018)

Saat ini banyak remaja yang mengeluhkan nyeri saat haid, nyeri yang dirasakan bermacam-macam dari nyeri ringan hingga nyeri berat. Pengobatan yang digunakan juga beragam ada yang menggunakan pengobatan farmakologis dan non farmakologis. Salah satu yang termasuk terapi non farmakologis yaitu konsumsi obat-obatan analgesik. Obat golongan NSAID (*Nonsteroidal Antiinflammatory Drugs*) bisa meredakan nyeri dengan cara memblok prostaglandin yang dapat menyebabkan nyeri. (Sugiharti, 2018)

Terapi farmakologis dengan mengkonsumsi analgesik memiliki efek samping yaitu jika digunakan berlebihan dapat menyebabkan kerusakan hati, mual, dan masalah gastrik, jika terlalu sering digunakan bisa menyebabkan kecanduan atau ketergantungan untuk memakainya setiap bulan. Efek jangka panjangnya dapat meningkatkan resiko terkena penyakit Alzheimer. Sehingga banyak remaja saat ini beralih untuk menggunakan pengobatan non farmakologis untuk mengurangi nyeri haid yang dirasakannya, seperti salah satunya minum minuman tradisional kunyit asam yang sudah digunakan oleh banyak orang bahkan dari dulu hingga sekarang.

Pada tren saat ini remaja putri banyak yang mengkonsumsi minuman jamu tradisional sebagai pengurang rasa nyeri haid, karena dengan sedikitnya atau bisa

tanpa efek samping. Produk minuman jamu tradisional yang lumayan sering diminum oleh remaja putri adalah kunyit asam. Kunyit asam dapat dipercaya menaikkan denyut jantung hingga peredaran darah lebih lancar. Kandungan dalam kunyit ada *Curcumine* dan *Anthocyanin* dalam asam jawa bisa menghambat reaksi *Cylooxygenase* (COX), yang selanjutnya dapat mengurangi inflamasi hingga kontraksi uterus dapat berkurang dan nyeri haid menjadi berkurang. Fungsinya bahan aktif didalam kunyit adalah sebagai analgetika, yang selanjutnya bisa memberikan rasa tenang dan dapat mengurangi tekanan psikis pada remaja yang sedang merasakan nyeri haid. Bahan aktif yang ada didalam kunyit selain *curcumine* ada juga *curcumenol* yang berperan sebagai anti piretik. Sedangkan asam jawa memiliki bahan aktif yaitu anthocyanin sebagai anti inflamasi dan anti piretik, *tannins*, *saponins*, *sesquiterpenes*, *alkaloid* dan *phlobotamins* yang berguna untuk mengurangi aktivitas sistem syaraf sehingga nyeri dapat berkurang (Amelia, 2020)

Dalam penelitiannya (Safitri, 2018) dikatakan bahwa minuman herbal ini sedang menjadi alternatif pengobatan nyeri, terutama remaja putri yang akan mengobati rasa nyeri haid tidak dengan efek samping. Minuman herbal yang sedang banyak diminati guna mengurangi nyeri haid adalah minuman kunyit asam. Menurut kepercayaan yang sudah berlaku di masyarakat Indonesia bahwa memiliki kebiasaan minum minuman kunyit asam dapat mengurangi keluhan pada saat haid.

Salah satu keunggulan dari kunyit yaitu bisa ditanam sendiri dan mudah ditemukan disekitar kita, sehingga dalam segi ekonomi sangat hemat. Sedangkan

asam jawa sendiri mudah ditemui dipasar tradisional yang dijual dengan harga murah juga. Atau jika tidak tahu cara pembuatannya bisa langsung membeli minuman yang sudah jadi pada penjual jamu tradisional, penjual banyak ditemukan disekitar kita. Jadi tidak memerlukan biaya yang banyak untuk menggunakan pengobatan tradisional ini.

Disekitaran saya banyak remaja putri yang sudah menstruasi, dan kebanyakan dari mereka sering merasakan nyeri saat haid. Ada beberapa yang melakukan terapi farmakologis dan non farmakologis. Pengobatan farmakologis harus dalam pengawasan dokter, sedangkan pengobatan non farmakologis bisa dilakukan sendiri dirumah. Apakah ada perbedaan nyeri sebelum dan sesudah diberikannya minuman kunyit asam untuk remaja putri yang mengalami nyeri haid.

B. Rumusan Masalah

Menurut latar belakang di atas, peneliti melakukan identifikasi skala nyeri sebelum dan sesudah diberikannya minuman kunyit asam antara lain :

1. Apakah ada perbedaan tingkat nyeri sebelum dengan sesudah diberikan minuman kunyit asam ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Perbedaan tingkat nyeri haid sebelum dengan sesudah diberikan minuman kunyit asam

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat nyeri sebelum minum kunyit asam
- b. Mengetahui tingkat nyeri setelah minum kunyit asam
- c. Mengetahui perbedaan tingkat nyeri sebelum dan sesudah diberikan minuman kunyit asam

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Peneliti

Bisa digunakan sebagai penambah ilmu, pengetahuan, pengalaman dan wawasan untuk peneliti.

2. Bagi responden

Digunakan untuk memperkuat dan dapat membedakan nyeri haid sebelum dan sesudah minum kunyit asam. Dapat digunakan untuk mengurangi nyeri haid tanpa menggunakan obat.

3. Bagi Institusi Pendidikan

Dapat digunakan untuk bahan masukan pengobatan non farmakologis menggunakan bahan herbal untuk mengurangi nyeri saat haid.

4. Bagi Instansi Kesehatan

Dapat menjadi masukan bagi puskesmas atau dinas kesehatan untuk membuat kebijakan dalam hal memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja yang sering mengalami nyeri saat haid untuk menggunakan pengobatan non farmakologis dengan menggunakan bahan herbal yaitu kunyit dan asam.