

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Usia remaja memiliki fase perkembangan yang dinamis, fase tersebut ialah periode transisi dari masa anak menuju masa dewasa yang dicirikan dengan berbagai perkembangan fisik, mental, emosional serta sosial. Perubahan fisik pada remaja terjadi dikarenakan pertumbuhan fisik termasuk pertumbuhan sejumlah organ reproduksi atau seksual menuju kematangan.

Pada remaja putra berlangsung perubahan suara, bertumbuhnya jakun, bertambah besarnya buah zakar maupun penis, berlangsungnya ereksi maupun ejakulasi, badan berotot, bertumbuhnya kumis maupun rambut di ketiak serta di sekitar kemaluan. Pada remaja perempuan dicirikan dengan melebarnya pinggul, membesarnya payudara dan bertumbuhnya rambut di sekitar kemaluan serta ketiak. Perubahan yang sangat terlihat pada fase ini dari segi biologis perempuan yaitu salah satu tandanya remaja mengalami haid, biasanya haid dimulai pada anak usia 10 - 16 tahun.

Menurut Prawiroharjo (2013) perempuan haid dapat mengalami gejala seperti, pusing, mual atau muntah dan nyeri. Nyeri pada saat haid yang terjadi pada wanita merupakan suatu masalah umum yang terjadi dari

berbagai tingkat usia. Kondisi ini bisa diikuti dengan rasa mual, muntah, kram maupun diare, sakit seperti kolik di perut (Tobergte & Curtis, 2013).

Berdasarkan data WHO (World Health Organization) pada tahun 2018 menyebutkan bahwa angka dismenorea di dunia sangat besar. Lebih dari 50% wanita pada masing-masing negara mengalami dismenorea, misalnya di Amerika angka persentasenya sejumlah 60% dan Swedia angka persentasenya sejumlah 72% serta di Inggris terdapat suatu riset mengemukakan bahwa sejumlah 10% dari remaja sekolah lanjut tampak absen 1-3 hari tiap bulan dikarenakan mengalami dismenorea (Chayati 2019).

Dismenorea ialah nyeri yang terjadi sebelum ataupun selama haid atau menstruasi. Berlangsung di hari pertama hingga beberapa hari selama menstruasi. Rasa nyeri ketika haid tentu menyiksa untuk perempuan. Sakit menusuk, nyeri yang hebat pada bagian perut bawah serta bahkan terkadang mengalami kesulitan berjalan kerap dirasakan pada saat menstruasi (Harahap, 2011). Dismenorea bisa disertai dengan diare dan kram, rasa mual maupun muntah serta sakit seperti kolik di perut. Sejumlah perempuan bahkan pingsan dan mabuk, kondisi tersebut timbul cukup hebat sehingga mengakibatkan penderita mengalami “kelumpuhan” aktivitas untuk sementara (Saryono, 2013).

Beberapa faktor yang memberikan pengaruh terhadap dismenorea diantaranya yakni kejiwaan, genetik, obstruksi kanalis servikalis, endokrin, alergi serta konstitusi yang mencakup atas usia menache, anemia

dan penyakit menahun (Kumalasari dan andhyantoro, 2012). Dismenorea ialah salah satu permasalahan ginekologi yang sering terjadi yang bisa mengakibatkan ketidakmampuan untuk melangsungkan aktivitas ataupun kegiatan sehari-hari. Dampak yang berlangsung apabila dismenorea tidak diberikan penanganan ialah gangguan kegiatan sehari-hari, stres, cemas, gelisah serta depresi (Anurogo & Wulndari, 2015). Perempuan yang haid selalu merasakan nyeri yang menyiksa sehingga tidak bisa melakukan aktivitas sama sekali, diikuti dengan rasa mual, muntah, pusing, demam dan bahkan hingga pingsan. Sehingga harus diwaspadai sebab bisa saja adalah tanda terdapatnya sebuah gangguan terhadap sistem reproduksi serta yang sangat banyak ditemukan sesudah pemeriksaan ialah gangguan endometriosis ataupun ada fibroid (myoma) di rahim (Ammar, 2016).

Berdasarkan penelitian Singh et al (2011), terdapat sebanyak 8,86% remaja yang mengalami dismenorea primer berat tidak hadir di sekolah dan sejumlah 67,08% remaja menarik diri dari kegiatan olahraga, sosial maupun akademik. Berlandaskan dari penelitian Wahono (2012) kejadian dismenorea di SMAN 1 Pekanbaru yakni sebanyak 264 siswi atau sejumlah 59,40% dengan total populasinya sejumlah 444 siswi. Berlandaskan dari penelitian kejadian dismenorea di SMAN 1 Pekanbaru yakni sebanyak 264 siswi atau sejumlah 59,40% dengan total populasinya sejumlah 444 siswi (Wahyuningsih, 2014). Berlandaskan dari penelitian Pialiani et al (2018) kejadian dismenorea di MAN Pengaraian

memperlihatkan dismenorea pada remaja putri sejumlah 141 siswi atau 94% serta 9 sisi atau 6% tidak mengalami dismenorea.

Setelah dilaksanakan studi pendahuluan pada siswa SMKN 1 Timpah, lebih dari 50% remaja putri yang mengalami dismenorea mengemukakan bahwa mereka merasa konsentrasinya terganggu saat menerima pelajaran, mereka juga tidak nyaman saat dismenorea yang sangat berat dan tidak dapat ditahan namun tetap mengikuti pembelajaran lewat daring, namun apabila sakitnya tidak tertahankan, sesekali mereka izin untuk tidak mengikuti pembelajaran secara daring. Selama 1 bulan terakhir pada bulan november, terdapat sekitar 8 siswi yang izin untuk tidak mengikuti pembelajaran daring. Kondisi ini menyebabkan remaja putri kurang memahami pelajaran saat haid karena konsentrasinya tidak bisa fokus dan menahan rasa sakit. Untuk mengatasi kondisi tersebut mereka tidak mengonsumsi obat anti nyeri, hanya membiarkan tubuhnya untuk tidur. Hal yang dilakukan sangatlah sederhana karena kurangnya pengetahuan untuk mengatasi saat mengalami dismenorea.

Cara mengatasi dismenorea bisa dilaksanakan secara farmakologi dan nonfarmakologi. Pengobatan farmakologi pada dismenorea bisa memakai obat analgetika atau obat anti sakit) serta obat non-steroidanti inflamasi (NSAID) misalnya piroxicam, asam mefenamat, ibuprofen serta yang lainnya. Penanganan dismenorea dapat pula dilaksanakan dengan nonfarmakologi, yakni melaksanakan olahraga ringan, teknik relaksasi serta kompres dingin ataupun hangat di daerah yang terasa nyeri (Marlina,

2016). Penanganan nyeri dengan obat-obatan jika digunakan secara terus menerus tidak baik untuk sehingga sebaiknya lebih aman menggunakan cara nonfarmakologi.

Selama siklus haid konsentrasi PGF<sub>2</sub> akan terus mengalami peningkatan selanjutnya mengalami penurunan di masa implantasi window. Pada sejumlah kondisi patologis, konsentrasi PGF<sub>2</sub> maupun PGE<sub>2</sub> di remaja putri melalui keluhan menorrhagia secara signifikan lebih tinggi daripada terhadap kadar prostaglandin remaja tanpa terdapatnya gangguan menstruasi. Maka sebab itu, baik secara normal ataupun pada kondisi patologis prostaglandin memiliki peran selama siklus haid (Reeder, 2013). Berlandaskan patofisiologi yang mendasari, ada dua tipe dismenorea yakni dismenorea primer yakni tanpa kelainan organik di daerah pelvis dan kerap ditemukan di remaja serta dismenorea sekunder yakni dengan kelainan organik di daerah pelvis misalnya endometriosis maupun mioma (Proctor, 2006). Tingginya angka dismenorea pada remaja diakibatkan karena faktor patofisiologi yang mendasari dari terdapatnya dismenorea primer itu, serta faktor risiko bisa meningkatkan skor nyeri dari dismenorea (Handayani, 2013).

Salah satu cara penanganan nonfarmakologj adalah dengan aroma terapi. Aroma terapi bisa pula memberi efek stimulasi, keseimbangan maupun relaksasi kepada fisik maupun pikiran, efek tersebut yang bisa menurunkan rasa nyeri pada individu. Minyak yang bisa dipakai dengan cara aroma terapi untuk pengobatan dismenorea ialah minyak jasmine,

minyak tersebut mempunyai fungsi untuk memberikan bantuan dalam melancarkan pengeluaran darah kotor. Minyak jasmine bisa menurunkan rasa nyeri atau rasa sakit, jasmine tersebut mempunyai aroma yang sedative, yang mengendurkan sistem saraf, bisa menghilangkan rasa sakit, menenangkan serta melegakan ketika dihirup.

Hasil penelitian Syafitri (2019) menunjukkan bahwa terdapat pengaruh pemberian inhalasi aroma terapi jasmine kepada penurunan skala nyeri dismenorea pada remaja. Hasil penelitian serupa oleh Megawati (2017) menunjukkan bahwa relaksasi dengan aroma terapi menurunkan skala nyeri yang dirasakan remaja saat mengalami haid. Hasil penelitian Hidayati, (2019) diperoleh informasi bahwa terdapat perbedaan signifikan skala nyeri dismenorea mahasiswa sebelum maupun setelah diberi aroma terapi lavender pada mahasiswi kebidanan di Universitas Ngudi Waluyo. Artinya pemberian aroma terapi tersebut efektif menurunkan skala nyeri haid yang dialami remaja.

Hasil penelitian Ziba & Fatemeh (2014) menunjukkan bahwa menghirup lavender mengurangi keparahan primer gejala dismenorea. Karena kesederhanaan, efektivitas biaya dan tidak ada efek samping, metode ini dapat diterapkan untuk semua pasien wanita yang menderita dismenorea primer. Temuan penelitian Thenmozhi & Bhuvaneshwari, (2020) menyimpulkan bahwa aromaterapi menggunakan minyak lavender secara signifikan efektif dalam mengurangi gangguan menstruasi tanpa efek samping di kalangan remaja perempuan dengan dismenorea primer,

sehingga menurunkan gejala fisik seperti mual, muntah, sakit punggung, meningkatkan konsentrasi, tidur pola. Selain itu, terapi ini tidak mahal, mudah dikelola, metode lebih aman, tidak memerlukan biaya waktu, mengurangi intervensi farmakologis risiko dan dapat terjangkau oleh semua peserta.

Aromaterapi merupakan intervensi yang efektif untuk mengurangi dismenorea (Song et al., 2018). Pijat aromaterapi perut menggunakan minyak esensial adalah pelengkap yang efektif metode guna meredakan nyeri untuk dismenorea primer (Sut & Kahyaoglu-Sut, 2017). Penelitian ini dapat menunjukkan bahwa aromaterapi memiliki efek yang signifikan terhadap nyeri dan perdarahan selama haid. Sebab tidak terdapat efek samping yang dilaporkan, aroma terapi bisa dianggap pengobatan yang aman serta efektif untuk dismenorea primer (Tyseer. et al., 2013).

Hasil wawancara dengan siswa juga diperoleh informasi jika selama ini mereka ketika mengalami nyeri saat sedang haid, maka mereka minum obat anti nyeri. Menurut mereka obat tersebut dapat menurunkan nyeri yang dirasakan. Berdasarkan hasil wawancara dengan 10 orang siswa, ditemukan 5 dari 10 siswa mengatasi nyeri haid dengan meminum obat, 3 dari 10 siswa mengompres dengan air hangat, dan yang terakhir 2 dari 10 siswa menggunakan rileksasi dengan aroma terapi. Rendahnya jumlah siswa yang menggunakan aromaterapi, menjadikan SMKN 1 Timpah sebagai objek penelitian, selain itu dari informasi Guru BK, hampir setiap bulan pasti didapatkan beberapa siswi izin untuk tidak

masuk sekolah, serta setiap bulan pasti ditemui siswi di ruang UKS dikarenakan dismenorea (saat masih diadakan pelajaran tatap muka, sebelum pandemic covid-19).

Berlandaskan latar belakang diatas, penulis tertarik melaksanakan penelitian “Efektivitas Aromaterapi Jasmine Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea pada Remaja Putri di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berlandaskan latar belakang di atas, penulis melakukan perumusan masalah yakni “Adakah efektivitas aromaterapi jasmine terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri di SMKN 1 Timpah Kabupaten Kapuas?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Menganalisis efektivitas aromaterapi jasmine terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri di SMKN 1 Timpah Kabupaten

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui gambaran nyeri dismenorea sebelum diberi aromaterapi jasmine pada remaja putri dengan dilakukan tindakan teknik relasasi dengan aromaterapi jasmine di SMKN 1 Timpah.
- b. Mengetahui gambaran nyeri dismenorea sesudah dilakukan tindakan teknik relasasi dengan aromaterapi jasmine di SMKN 1 Timpah.

- c. Menganalisa efektivitas aromaterapi terhadap penurunan nyeri dismenorea pada remaja putri di SMKN 1 Timpah.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini bisa menambahkan Ilmu kebidanan khususnya untuk mengetahui hubungan aromaterapi jasmine dalam menurunkan dismenorea pada remaja putri.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **a. Bagi Remaja**

Hasil penelitian ini dapat digunakan referensi remaja untuk penanganan dismenorea khususnya dengan melakukan Aromaterapi Jasmine.

#### **b. Bagi Peneliti**

Diharapkan penelitian ini bisa untuk menambah wawasan, pengetahuan, pengalaman serta dapat menerapkan berbagai ilmu yang didapatkan di masa perkuliahan.

#### **c. Bagi Akademik**

Diharapkan penelitian ini bisa dijadikan sumber referensi untuk peneliti berikutnya.

#### **d. Bagi Instansi Terkait**

Penelitian ini diharapkan bisa digunakan sebagai masukan untuk meningkatkan pelayanan kebidanan tentang cara mengatasi dismenorea.

**e. Bagi Petugas Kesehatan**

Diharapkan hasil dari penelitian ini bisa dijadikan sebagai sumber referensi dan upaya bidan dalam memberikan penyuluhan kepada para remaja dalam mengatasi penurunan nyeri saat haid menggunakan Aromaterapi Jasmine.