

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan usia dimana individu berintegrasi dengan masyarakat dewasa, usia dimana anak tidak lagi merasa di bawah tingkat orang-orang yang lebih tua melainkan berada dalam tingkatan yang sama pertumbuhan dan perkembangan remaja sangat pesat, baik fisik maupun psikologis. Perempuan sudah mulai terjadinya menstruasi dan pada laki-laki sudah mulai mampu menghasilkan sperma (Proverawati, 2019). Menstruasi atau haid adalah Perdarahan vagina secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus (Janiwarty dan Pieter, 2019). Menstruasi biasanya dimulai antara usia remaja 10 - 16 tahun, tergantung pada berbagai faktor, termasuk kesehatan wanita, status nutrisi dan berat tubuh relatif terhadap tinggi tubuh. Pada saat menstruasi perempuan kadang mengalami nyeri, sifat dan tingkat nyeri bervariasi, tergantung dari ambang batas sakit perempuan masing-masing. Rasa nyeri pada menstruasi yang berlebihan disebut dismenoreia (Joseph, 2019).

Nyeri dismenoreia dapat berdampak pada kualitas hidup, aktivitas harian, dan prestasi akademik remaja. Dismenore primer, yang terjadi tanpa adanya gangguan patologis pada organ reproduksi, sering disebabkan oleh peningkatan produksi prostaglandin di dinding rahim selama menstruasi (Rashidi et al., 2020). Meskipun umumnya tidak berbahaya, nyeri yang ditimbulkan dapat mengganggu kesejahteraan fisik dan psikologis remaja.

Angka kejadian nyeri menstruasi atau dismenorea di dunia sangat besar. Menurut data WHO pada tahun 2023 rata – rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Angka persentasenya di Amerika sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Data global menunjukkan bahwa prevalensi dismenore pada remaja perempuan berkisar antara 50–90%, tergantung pada populasi dan metode survei yang digunakan. Di Indonesia, Survei Kesehatan Reproduksi Remaja (SKRR) tahun 2021 melaporkan bahwa sekitar 78% remaja perempuan mengalami dismenore, dengan 32% di antaranya melaporkan nyeri yang mengganggu aktivitas sehari-hari. Pengelolaan nyeri haid sering kali bergantung pada penggunaan analgesik, yang meskipun efektif, dapat memiliki efek samping jika digunakan secara jangka panjang (Pradana et al., 2021).

Berdasarkan laporan kesehatan di Kabupaten Banggai Timur pada tahun 2023 jumlah remaja putri yang reproduktif yang berusia 13-39 tahun adalah sebesar 74.929 jiwa. Remaja putri yang mengalami dismenorea dan datang ke bagian kebidanan sebesar 7.532 jiwa (10,1%). tidak adanya usaha untuk melakukan pencegahan nyeri haid telah diketahui sebagai faktor yang berkontribusi dalam kejadian dismenorea. Suatu studi menyatakan akibat dismenorea tersebut 76,6% siswi tidak sekolah dan dari penelitian pada siswi sekolah menunjukkan bahwa dismenorea juga bertanggung jawab atas ketidakhadiran sekolah sebanyak 13-51% perempuan telah absen sedikitnya sekali, 5-14% berulang kali absen (Anugroho, dkk., 2023).

Berdasarkan wawancara dengan 15 responden di Posyandu Sindang Baru Kecamatan Toili Kabupaten Banggai, diperoleh data mengenai dismenorea yang dialami oleh para responden, Sebanyak 7 responden (46,7%) mengalami nyeri perut

bagian bawah yang cukup mengganggu namun masih dapat ditoleransi, disertai gejala seperti kembung, mudah lelah, dan sedikit mual, sementara 3 responden (20%) mengalami nyeri parah yang menjalar ke punggung bawah dan paha, disertai mual serta muntah yang mengganggu aktivitas dan memerlukan obat pereda nyeri yang lebih kuat. Sementara itu, 5 responden (33,3%) responden lainnya hanya mengalami nyeri ringan yang berlangsung beberapa jam pada hari pertama menstruasi dan dapat diatasi dengan kompres hangat atau obat pereda nyeri ringan. Keberagaman tingkat nyeri ini menunjukkan perlunya solusi efektif dalam mengatasi dismenoreia tanpa ketergantungan pada obat kimia. Salah satu alternatif yang potensial adalah penggunaan bahan alami, seperti air kelapa hijau dan madu, yang memiliki efek antiinflamasi dan relaksan otot.

Penanganan dismenore bisa dilakukan secara farmakologi yaitu dengan pemberian obat-obatan analgesik. Dalam beberapa tahun terakhir, pengobatan alami untuk mengatasi dismenore semakin diminati karena keamanannya dan minim efek samping. Air kelapa hijau dan madu adalah dua bahan alami yang telah banyak digunakan dalam pengobatan tradisional untuk berbagai masalah kesehatan, termasuk pereda nyeri. Kandungan pada air kelapa hijau yaitu kalsium dan magnesium yang berguna untuk menurunkan ketegangan otot serta vitamin C untuk menghambat enzim *cyclooxygenase* (Rismaya, Rosmiyati, & Mariza, 2020).

Penelitian oleh Khodijah dan Herfanda menunjukkan bahwa terdapat perbedaan hasil rata-rata dari dismenore yang dirasakan oleh responden, dimana sebelum diberikan air kelapa hijau yaitu 5,5 dan sesudah *treatment* turun menjadi 4,3 (Khodijah & Herfanda, 2019). Selain air kelapa hijau, madu juga dapat digunakan sebagai

pengobatan alternatif pereda nyeri menstruasi (Farahani, Azghdy-Hasanpoor, Kasraei, & Heidari, 2017), madu memiliki sifat anti-inflamasi dan analgesik yang dapat mengurangi produksi prostaglandin, sehingga menurunkan intensitas nyeri haid (Moghaddasi et al., 2019).

Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan potensi efektifitas air kelapa hijau dan madu dalam mengurangi nyeri haid. Misalnya, studi oleh Kumar et al. (2022) menemukan bahwa konsumsi air kelapa hijau secara teratur dapat menurunkan intensitas nyeri pada remaja dengan dismenore. Selain itu, penelitian oleh Alizadeh et al. (2020) melaporkan bahwa pemberian madu secara oral selama fase menstruasi efektif mengurangi nyeri dibandingkan dengan kelompok kontrol.

Oleh karena itu diharapkan para remaja harus mandiri dan mempergunakan sumber lokal dalam hal ini dengan pemanfaatan air kelapa hijau dan madu untuk mengatasi tingkat nyeri dismenorhea. Pada salah satu pilar dalam Women Centered Care ialah asuhan yang berpusat pada perempuan yaitu holistic care ialah tidak hanya menyelesaikan rasa nyeri dengan obat, maka dalam hal ini bisa dikembangkan asuhan komplementer dengan mengatasi nyeri dismenorhea secara non farmakologi, ialah dengan mengkonsumsi air kelapa hijau dan madu.

Berdasarkan fenomena diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian tentang efektifitas pemberian air kelapa hijau dan madu terhadap penurunan nyeri haid pada remaja di Posyandu Sindang Baru Kecamatan Toili Kabupaten Banggai.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah pemberian air kelapa hijau dan madu efektif terhadap

penurunan nyeri haid pada remaja di Posyandu Sindang Baru Kecamatan Toili Kabupaten Banggai?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektifitas pemberian air kelapa hijau dan madu terhadap penurunan nyeri haid pada remaja di Posyandu Sindang Baru Kecamatan Toili Kabupaten Banggai.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi penurunan nyeri haid pada remaja di Posyandu Sindang Baru Kecamatan Toili Kabupaten Banggai sebelum pemberian air kelapa hijau dan madu
- b. Mengidentifikasi penurunan nyeri haid pada remaja di Posyandu Sindang Baru Kecamatan Toili Kabupaten Banggai sesudah pemberian air kelapa hijau dan madu.
- c. Menganalisis efektifitas pemberian air kelapa hijau dan madu terhadap penurunan nyeri haid pada remaja di Posyandu Sindang Baru Kecamatan Toili Kabupaten Banggai.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan kelengkapan literatur mengenai efektifitas pemberian air kelapa hijau dan madu terhadap penurunan nyeri haid pada remaja.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternatif pengobatan yang aman, murah, dan mudah diakses bagi remaja yang mengalami nyeri haid.

b. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan sebagai bahan masukan yang dapat digunakan untuk petugas kesehatan agar dapat membantu keluarga dalam memberikan intervensi non-farmakologis untuk mengatasi nyeri haid.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini dapat dijadikan acuan dan referensi bagi peneliti selanjutnya tentang efektifitas pemberian air kelapa hijau dan madu terhadap penurunan nyeri haid pada remaja.

E. Keaslian Penelitian

Peneliti	Judul	Nama Jurnal	Variabel	Metode	Hasil	Perbedaan
Husna Sari1, Erlina Hayati (2020)	Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea dengan Pemberian Jus Wortel Pada Remaja Putri	Jurnal Kesehatan Komunitas (journal of community health) KESKOM. 2020;6(3) : 281 - 284 http://jurnal.htp.ac.id	Variabel dependen : Penurunan Tingkat Nyeri Dismenorea Variabel independen : Pemberian Jus Wortel	Metode penelitian yang digunakan adalah <i>Quasi Experiment Design, dengan one group pre test dan pos test.</i>	Analisa data menggunakan uji Wilcoxon Signed Rank Test. Hasil uji statistik wilcoxon sebelum dan sesudah diberikan jus wortel bahwa nilai p value $0,001 < 0,05$ yang berarti ada ada penurunan tingkat nyeri	Berbeda waktu dan tempat penelitian, jumlah sampel penelitian dan variabel penelitian

Miranti , Wijaya, Deddy Ilyas (2023)	Efektivitas Kunyit Asam Dalam Mengatasi Dismenorea Pada Remaja (Studi Kasus Siswi Kelas X SMK Az- Zawiyah Tanjung Batu)	Jurnal Pendidikan, Sains Dan Teknologi (JPST) Vol. 2 No. 4 Oktober- Desember 2023 Hal. 883-891 http://jurnal.minartis.com/index.php/jpst/	Variabel dependen : Penurunan Nyeri Dismenorea Variabel independen : Pemberian kunyit asam	Data penelitian dianalisis menggunakan metode visual inspection dan teknik deskriptif kualitatif	Terdapat pengaruh minuman kunyit asam terhadap penurunan dismenorea pada siswi kelas 10 SMK Az- Zawiyah	Berbeda waktu dan tempat penelitian, berbeda jumlah sampel penelitian
Nuryani Suhatika	Pengaruh konsumsi air kelapa terhadap Pengurangan nyeri haid (dismenorea)	Jurnal Kesehatan, Vol. 9 No. 1 (2020). ISSN 2086- 9266 e- ISSN 2654- 587x DOI 10.37048/k esehatan.v9 i1.119	Variabel dependen : konsumsi air kelapa Variabel independen : pengurangan nyeri haid	Penelitian ini kuantitatif dengan desain deskriptif korelasi menggunakan pendekatan cross sectional.	Dari hasil penelitian ini menunjukkan analisis bivariat dengan menggunakan uji chi-square diperoleh hasil secara statistik bahwa nilai signifikannya adalah 0,000 (0,000 < 0,05) Artinya ada Hubungan Mengonsumsi Air Kelapa Hi jau dengan Mengurangi Nyeri Haid (Dismenorea)	Berbeda waktu dan tempat penelitian, jumlah sampel penelitian dan variabel penelitian