

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus yang disertai pelepasan endometrium akibat hormon ovarium, biasanya dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi, pada wanita pubertas ditandai dengan terjadinya haid atau menstruasi (Kusmiran, 2011). Masa pubertas yaitu dimulai dengan timbulnya ciri kelamin sekunder yaitu perubahan pada payudara, rambut kemaluan, pertumbuhan badan yang cepat dan menstruasi (Sarwono, 2012). Menurut World Health Organization (WHO), usia remaja dibagi menjadi 2 bagian yaitu untuk remaja awal usia 10 hingga 14 tahun dan remaja akhir usia 15 hingga 19 tahun. Masa ini merupakan masa dimana periode persiapan menuju masa dewasa yang akan melewati beberapa tahapan perkembangan penting dalam hidup (WHO, 2014).

Pada saat remaja putri mengalami menstruasi beberapa dari remaja biasanya sering mengalami gangguan pada saat haid yaitu mengalami nyeri yang terasa dibagian perut bawah atau dismenore, suasana hati yang buruk bisa menjadi salah satu

masalah menstruasi yang sering dialami pada saat wanita mengalami menstruasi. Selain mempengaruhi suasana hati, masalah yang timbul yang dapat mempengaruhi yaitu berat badan, nafsu makan, serta berada dalam kondisi stress, cemas, depresi atau sedang diet merupakan faktor yang dapat mempengaruhi fluktuasi hormone estrogen (Asmita, 2017). Nyeri haid atau dismenore sering disertai dengan gejala biologis lainnya termasuk pusing, kelelahan, berkeringat, sakit punggung, sakit kepala, mual, muntah, diare, dan rasa kembung yang terjadi saat sebelum atau selama haid (Motahari, Shirvani and Alipour, 2017). Dismenore dikategorikan menjadi dua yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder, dikatakan dismenore primer jika tidak ditemukan penyebab yang mendasari. Sedangkan jika dismenore sekunder yaitu adanya penyebab kelainan kandungan (Nugroho, 2014). Berdasarkan hal tersebut, peneliti memfokuskan penelitian ini pada dismenore primer.

Dalam penelitian (Husna, 2018) dimana angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 107.673 jiwa (64,25%) wanita, yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenore primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenore sekunder. Angka kejadian nyeri haid di Indonesia pada wanita yang berusia 14-19 tahun sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder dan nyeri haid menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak bisa mengikuti kegiatan pelajaran disekolah (Suban, Perwiraningtyas, & Susmini, 2017).

Di Jawa Barat sendiri belum memiliki angka pasti angka kejadian dismenore, namun di perkirakan sekitar 30% - 70% perempuan mengalami masalah haid termasuk nyeri perut atau kram perut (Depkes RI, 2010). Menurut (Andriyani *et al.*, 2016) faktor penyebab terjadinya dismenore yaitu keadaan psikis dan fisik seperti stress, shock, penyempitan pembuluh darah, penyakit menahun, kurang darah, dan

kondisi tubuh yang menurun. Keluhan dismenore berdampak pada gangguan aktivitas sehari – hari sehingga menyebabkan absen sekolah ≤ 3 hari. Selain itu menurunnya konsentrasi di kelas, untuk mengurangi rasa nyeri haid atau dismenore dapat diatasi dengan pengobatan secara farmakologis dan non farmakologis, namun sebagian besar wanita yang mengalami nyeri haid jarang pergi ke dokter atau berkonsultasi dengan dokter. Mereka hanya menangani nyeri haid tersebut dengan obat-obat bebas tanpa resep dokter obat merek dagang yang berfungsi sebagai analgetik seperti asam mefenamat, ibu profen, aspirin, paracetamol, diklofenak, dan lain-lain.

Secara umum efek samping obat analgetik tersebut adalah gangguan pada saluran cerna, seperti mual, muntah, dispepsia, diare, dan gejala iritasi lain terhadap mukosa lambung, serta eritema kulit dan nyeri pada kepala sehingga akan sangat berisiko jika dilakukan secara terus - menerus atau dalam jangka waktu yang lama, karena efek samping dari obat-obatan tersebut (Rustam, 2015). Maka diperlukan alternatif lain untuk mengatasi dan mengurangi nyeri haid tersebut, untuk mengatasi masalah nyeri haid yaitu dengan cara terapi non farmakologis penanganan yang diberikan tanpa penggunaan bahan kimia, mudah, dan aman. Terapi non farmakologis yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri haid antara lain seperti senam, yoga, *aerobic*, kompres hangat, latihan relaksasi, serta *massage abdominal* (Lina and Kumalasari, 2017).

Selain itu mengkonsumsi air kelapa dapat dijadikan sebagai pengobatan terapi non farmakologis, air kelapa bisa dimanfaatkan untuk menanggulangi berbagai masalah kesehatan seperti nyeri haid. Manfaat yang begitu besar dari air kelapa disebabkan karena air kelapa mengandung banyak zat yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh (Lestari, 2015). Air kelapa bisa dimanfaatkan untuk menanggulangi berbagai masalah kesehatan, manfaat yang begitu besar dari air kelapa disebabkan air

kelapa mengandung banyak zat yang penting untuk menjaga kesehatan tubuh, air kelapa telah lama dikenal sebagai sumber zat tumbuh yaitu sitokinin, nilai kalori rata-rata yang terdapat pada air kelapa berkisar 17 kalori per 100 gram. Air kelapa hijau dibandingkan dengan jenis kelapa lain banyak mengandung tanin atau antidotum (anti racun) yang paling tinggi kandungan yang terdapat pada air kelapa hijau antara lain asam askorbat atau vitamin c, protein, lemak, hidrat arang, kalsium atau potassium (Nurqalbi, 2019). Sedangkan menurut (Khodijah, 2017) kandungan dalam air kelapa hijau mengandung Kalsium 14,11 Mg/100 ml, Magnesium 9,11Mg/100 ml dan Vitamin C 8,59 Mg/100 ml. Kalsium dan Magnesium yang terkandung dalam air kelapa dapat mengurangi ketegangan otot serta kandungan vitamin c yang merupakan zat-zat alami anti inflamasi yang membantu meringankan rasa sakit akibat kram menstruasi dengan menghambat *cyclooxygenase* yang memiliki peran dalam mendorong proses pembentukan prostaglandin.

Berdasarkan hasil wawancara peneliti di Pondok Pesantren Raudhatul Mutta'alimin Kota Tasikmalaya, beberapa santri mengatakan jika pada saat mengalami nyeri haid biasanya mereka sering menangani dengan obat-obatan anti nyeri seperti asam mefenamat. Kemudian santri juga mengatakan bahwa pada saat mereka mengalami nyeri haid terkadang mereka tidak bisa mengikuti kegiatan yang ada di pondok pesantren bahkan ada yang sampai mengalami mual muntah akibat nyeri haid, dan santri juga belum mengetahui tentang pengobatan terapi non farmakologis air kelapa hijau pada saat mengalami nyeri haid. Mengonsumsi obat anti nyeri yang dijual secara bebas tanpa resep dokter akan sangat berisiko jika dilakukan secara terus-menerus atau dalam jangka waktu yang lama. karena efek samping dari obat-obatan tersebut bermacam-macam jika digunakan secara bebas dan berulang – ulang dan dapat menimbulkan efek samping bagi kesehatan. Berdasarkan

latar belakang diatas menarik perhatian peneliti untuk melakukan penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Terapi Air Kelapa Hijau Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Pesantren Raudhatul Mutta’alimin Kota Tasikmalaya.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini yaitu apakah terdapat “Pengaruh Pemberian Terapi Air Kelapa Hijau Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Putri di Pesantren Raudhatul Mutta’alimin Kota Tasikmalaya Tahun 2020?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Penelitian Umum

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Terapi Air Kelapa Hijau Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Raudhatul Mutta’alimin Kota Tasikmalaya.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui Karakteristik Remaja Putri di Pondok Pesantren Raudhatul Mutta’alimin Kota Tasikmalaya.
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri haid sebelum diberikan terapi air kelapa hijau pada remaja putri di Pondok Pesantren Raudhatul Mutta’alimin Kota Tasikmalaya.
- c. Mengidentifikasi tingkat nyeri haid sesudah diberikan terapi air kelapa hijau pada remaja putri di Pondok Pesantren Raudhatul Mutta’alimin Kota Tasikmalaya.
- d. Mengetahui pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap nyeri haid di Pondok Pesantren Raudhatul Mutta’alimin Kota Tasikmalaya

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah dari hasil penelitian mengenai pengaruh pemberian terapi air kelapa hijau untuk mengatasi nyeri haid dan hasil penelitian dapat menjadi bahan referensi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Instansi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi instansi kesehatan sebagai alternatif terapi alamiah untuk mengatasi nyeri haid. Yaitu dengan air kelapa hijau

b. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai sumber informasi mengenai terapi non farmakologis serta dapat menerapkan ketika remaja sedang mengalami nyeri haid.

c. Bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan referensi dan sumber informasi bagi peneliti lain atau peneliti selanjutnya.



E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Judul dan Peneliti	Teori yang digunakan	Kesamaan, perbedaan	Metode	Hasil
1.	Pengaruh Air Kelapa Hijau Sebagai Terapi Nonfarmakologis Terhadap Penurunan Nyeri Dismenorea Pada Siswi Kelas XI Di SMK Ma'arif 5 Gombang (Umi Latifah, 2015)	Air Kelapa Hijau dan Dismenore	Kesamaan penelitian ini yaitu pada variabel air kelapa hijau sedangkan perbedaannya terletak pada metode penelitian, dalam penelitian sebelumnya peneliti menggunakan desain penelitian dengan rancangan <i>one group pretest and posttest with control group</i> sedangkan dalam penelitian ini peneliti menggunakan rancangan desain penelitian dengan <i>one group pretest and posttest</i>	Jenis penelitian <i>pre-eksperimental</i> dengan metode <i>One Group Pre Test</i> dan <i>Posttest With Control Group</i> Design dengan teknik sampling random dengan responden sebanyak 30 orang	Terdapat pengaruh pemberian air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri dismenore pada sisiwi kelas XI di SMK Ma'arif 5 Gombang
2.	Penerapan Kombinasi Pijat <i>Effleurage</i> dan Pemberian Air Kelapa Hijau terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja Putri Usia 13-15 Tahun (Chayati dan Uli, 2019)	Pijat Effleurage dan Pemberian Air Kelapa Hijau, Remaja Putri	Kesamaan penelitian ini yaitu pada variabel air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid dismenore sedangkan perbedaannya yaitu pada metode penelitian.	Penelitian ini menggunakan metode deskriptif analitik dengan pendekatan studi kasus, Instrumen yang digunakan lembar observasi skala nyeri numerik pre dan post.	Terdapat penurunan nyeri dismenore pada remaja putri usia 13-15 tahun setelah di berikan pijat <i>effleurage</i> dan air kelapa
3.	Pengaruh Konsumsi Air Kelapa Terhadap Pengurangan Nyeri Haid	Air Kelapa dan Nyeri Haid	Kesamaan penelitian ini yaitu pada	Penelitian ini menggunakan metode	Dari hasil penelitian ini menunjukkan

	(Dismenorea) (Nuryanih dan Suhatika, 2020)	(Dismenore)	variabel air kelapa terhadap penurunan nyeri haid sedangkan perbedaannya yaitu pada metode penelitian dalam penelitian ini peneliti menggunakan uji <i>wilcoxon</i> untuk mengetahui pengaruh air kelapa	penarikan secara acak atau sederhana (Simple <i>Random Sampling</i>) yang berjumlah 82 responden. Untuk analisa pengaruh air kelapa penelitian ini menggunakan uji <i>chi-square</i>	analisis bivariat dengan menggunakan uji <i>chi-square</i> diperoleh hasil secara statistik bahwa nilai signifikannya adalah 0,000 ($0,000 < 0,05$) Artinya ada Hubungan Mengonsumsi Air Kelapa Hijau dengan Mengurangi Nyeri Haid (Dismenorea)
--	---	-------------	--	---	---

