

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Menstruasi sudah menjadi siklus rutin perempuan sebagai bentuk peluruhan endometrium. Siklus ini umumnya mengambil waktu  $28 \pm 7$  hari. Survei menunjukkan hanya sepertiga pasien yang mengalami siklus selama 28 hari. Sisanya, sekitar 82%, mengalami siklus menstruasi dengan rentang 22-32 hari. (Norman 2018, Hennegan *et al.* 2020). Selain pengeluaran darah dari alat vital, menstruasi sering disertai dengan adanya nyeri. Nyeri pada menstruasi disebut sebagai dismenore. Karakteristik meliputi keram otot, mual, muntah, nyeri pinggang, hingga sakit kepala. Dismenore pada perempuan umumnya terjadi karena hiperaktivitas miometrium yang menyebabkan peningkatan tekanan rongga uterus. Hal ini diiringi juga dengan penurunan aliran darah uterus sehingga terjadi iskemik dan nyeri (Sima *et al.* 2022, Ferries-Rowe *et al.* 2020).

Sebagian besar perempuan mengalami dismenore pada siklus menstruasi. Setidaknya, 90% perempuan mengalami dismenore dalam setiap siklus menstruasinya (Sima *et al.* 2022). Data terakhir pada tahun 2018 menunjukkan bahwa prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 72.89% (Shellasih & Ariyanti 2020). Di Provinsi Bali, data terakhir dirilis tahun 2014 yang menyatakan terdapat 48,5% perempuan mengalami dismenore (Lestari *et al.* 2019).

Walaupun data dismenore terbaru belum tercatat, jumlah perempuan di Indonesia bisa membantu dalam menggambarkan kejadian dismenore di Indonesia. Hal ini dikarenakan setiap perempuan umumnya pasti akan mengalami siklus menstruasi. Pada tahun 2021, jumlah wanita di Indonesia adalah 135,24 juta jiwa dengan 67,49% berada pada rentang usia mengalami menstruasi (Badan Pusat Statistik 2021a). Berdasarkan Sensus Penduduk 2020, Provinsi Bali memiliki jumlah perempuan sekitar 2.146.299 jiwa dengan Kabupaten Buleleng menjadi daerah dengan perempuan terbanyak 393.678 jiwa (Badan Pusat Statistik 2021b).

Secara lebih spesifik, Kecamatan Buleleng menjadi daerah dengan perempuan terbanyak, yakni 70,14 ribu jiwa. Apabila dilihat dari segi usia, komposisi remaja usia 15-19 tahun menjadi usia paling banyak di Provinsi Bali (Badan Pusat Statistik Provinsi Bali 2021). Dengan memperhatikan usia tersebut, siswi pada jenjang SMA menjadi fokus dari penelitian. Penelitian mengangkat SMAN 4 Singaraja menjadi objek penelitian dengan siswi rentang 15-18 tahun berjumlah 645 orang. Berdasarkan hasil studi pendahuluan, sebanyak 80% siswi mengalami dismenore.

Umumnya, siswi yang mengalami dismenore akan merasakan berbagai dampak. Nyeri ketika menstruasi seringkali diiringi dengan pusing, mual, dan lemas. Dismenore memiliki dampak besar bagi perempuan karena mengganggu aktivitas sehari-hari, misalnya belajar (Putri *et al.* 2017). Sepertiga hingga sebagian perempuan dengan dismenore tidak dapat beraktivitas di sekolah dan kerja dengan baik. Hal ini dikarenakan konsentrasi belajar yang terganggu (Sanctis *et al.* 2015). Dari segi psikologis, perempuan bisa merasakan stress, rendahnya nafsu makan, hingga gangguan pola tidur (Gebeyehu *et al.* 2017). Ternyata dari segi aspek sosial,

perempuan menjadi kurang produktif karena terganggunya pekerjaan sehari-hari oleh nyeri dan perubahan mood yang terjadi (Elia *et al.* 2019).

Terdapat dua cara dalam menanggulangi gejala-gejala nyeri menstruasi, yakni farmakologi dan non-farmakologi. Secara fisiologis, dismenore terjadi akibat adanya peningkatan jumlah prostaglandin F<sub>2α</sub> (PGF<sub>2α</sub>) yang mengakibatkan otot polos rahim menjadi spasme sehingga terasa nyeri. Oleh karena itu, terapi nantinya harus bersifat meredakan nyeri menstruasi. Obat farmakologi yang sering digunakan memiliki kemampuan anti-inflamasi yakni OAINS (Obat Anti Inflamatori Non Steroid). OAINS terdapat dalam beberapa obat seperti, piroxicam, asam mefenamat, dan ibuprofen yang banyak terjual bebas (Fauziah & Zuhrotun 2020).

Akan tetapi, pereda rasa nyeri hanya menghilangkan rasa nyeri sesaat sehingga rentan mengalami ketergantungan obat dalam jangka waktu panjang (Awaliyah 2019). Hal ini terjadi karena penderita tersugesti dan tidak bisa melepaskan obat-obatan. Misalnya dengan anggapan bahwa untuk tidak mengalami nyeri haid, maka harus minum obat OAINS (Suciani *et al.* 2014). Dengan kemampuan dalam menghambat prostaglandin, terapi OAINS menimbulkan berbagai efek samping. Misalnya, OAINS menimbulkan hipertensi, gangguan fungsi ginjal, edema, gangguan fungsi jantung, dan pendarahan gastrointestinal. (Idacahyati *et al.* 2020). Selanjutnya, terdapat pengobatan non-farmakologi yang dilakukan untuk mengurangi rasa nyeri pada dismenore primer, misalnya mengkonsumsi produk-produk herbal yang telah dipercaya khasiatnya (Yunita Sari 2020).

Penggunaan obat herbal dikelompokkan dalam terapi komplementer. Terapi berarti usaha guna memulihkan kesehatan seseorang yang sakit. Komplementer berarti suatu hal yang bersifat melengkapi atau menyempurnakan. Maka dari itu, terapi komplementer adalah terapi dengan tujuan melengkapi pengobatan medis konvensional dan bersifat rasional (Marchianti *et al.* 2020, Yunita Sari 2020). Obat herbal merupakan obat yang berasal dari tumbuh-tumbuhan. Obat ini terbagi kembali menjadi tiga bentuk, yakni obat herbal terstandar, jamu, dan fitofarmaka. Jamu merupakan jenis obat herbal yang paling banyak dikonsumsi. Sebagian penduduk Indonesia (49,5%) masih menggunakan pengobatan tradisional berupa jamu (Marchianti *et al.* 2020).

Untuk mengatasi dismenore, jamu kunyit asam merupakan pilihan obat herbal yang sering digunakan. Jamu kunyit asam diolah dengan bahan utama kunyit dan asam. Kunyit memiliki potensi antioksidan yang tinggi karena mengandung senyawa kurkumin. Asam, khususnya asam jawa, mengandung flavonoid yang berperan sebagai penghilang rasa nyeri. Selain itu, kunyit asam memiliki kemampuan sebagai anti-inflamasi, analgetika, antioksidan serta antimikroba. Kunyit asam merupakan minuman yang sangat berkhasiat dalam mengatasi rasa sakit ketika menstruasi (Suciani *et al.* 2014). Berdasarkan hasil studi pendahuluan, siswi SMAN 4 Singaraja sudah mengenal jamu kunyit asam dan menggunakan jamu kunyit asam sebagai pereda dismenore. Maka dari itu, penelitian akan membahas tentang gambaran pemahaman dan penggunaan jamu kunyit asam pereda dismenore pada siswi SMAN 4 Singaraja.

## 1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah, rumusan masalah penelitian adalah bagaimana pemahaman dan penggunaan jamu kunyit asam pereda dismenore pada siswi SMAN 4 Singaraja?

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui pemahaman dan penggunaan jamu kunyit asam pereda dismenore pada siswi SMAN 4 Singaraja.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- Untuk mengetahui pemahaman jamu kunyit asam pereda dismenore pada siswi SMAN 4 Singaraja.
- Untuk mengetahui penggunaan jamu kunyit asam pereda dismenore pada siswi SMAN 4 Singaraja.

## 1.4 Manfaat Penelitian

Adapun manfaat dari penelitian adalah sebagai berikut.

### 1.4.1 Bagi Peneliti

Hasil penelitian diharapkan memberikan informasi baru mengenai pemahaman dan penggunaan jamu kunyit asam pereda dismenore pada siswi SMAN 4 Singaraja.



#### 1.4.2 Bagi Pemerintah

Hasil penelitian diharapkan memberikan pertimbangan penggunaan jamu kunyit asam sebagai terapi komplementer dismenore dengan dasar gambaran pemahaman dan penggunaan jamu kunyit asam pereda dismenore pada siswi SMAN 4 Singaraja.

#### 1.4.3 Bagi Masyarakat

Hasil penelitian diharapkan memberikan pemahaman mengenai penggunaan jamu kunyit asam di tengah masyarakat melalui gambaran pemahaman dan penggunaan jamu kunyit asam pereda dismenore pada siswi SMAN 4 Singaraja.

