

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan tahap kehidupan di mana individu mengalami pubertas serta kematangan seksual secara pesat akibat perubahan hormon yang memicu percepatan pertumbuhan dan perkembangan, baik secara fisik maupun ciri-ciri seksual sekunder menurut Sharma dalam (Sutrisno et al., 2022). Berdasarkan World Health Organization (WHO), remaja merupakan kelompok usia antara 10 hingga 19 tahun. Pada fase ini, individu mengalami proses pertumbuhan dan perkembangan yang mencakup aspek fisiologis, psikologis, perilaku, serta pencapaian kematangan seksual (Susanti et. al, 2022).

Masa pubertas dapat ditandai dengan datangnya periode haid pertama (menarche), yaitu masa menstruasi awal sebelum remaja putri memasuki fase reproduksinya. Menstruasi adalah keluarnya darah secara teratur dari rahim. Menstruasi terjadi karena sel telur perempuan tidak dibuahi. Sehingga menyebabkan endometrium atau lapisan dinding uterus menebal yang kemudian mengeluarkan darah haid melalui saluran reproduksi (Hafizhah,2023). Siklus rata-rata menstruasi berlangsung sekitar 2-8 hari (Pertiwi et al., 2024).

Menurut Prayitno dalam (Sutrisno et al., 2022) *dysmenorea* merupakan gangguan ginekologis yang timbul akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam tubuh, sehingga memicu munculnya rasa nyeri yang umum dialami oleh perempuan. Pada kondisi ini, tubuh wanita

memproduksi prostaglandin dalam jumlah hingga sepuluh kali lebih banyak dibandingkan mereka yang tidak mengalami *dismenorea*. Selain itu, *dismenorea* juga dapat disebabkan oleh berbagai kelainan, seperti endometriosis, infeksi pada area panggul, tumor di rahim, radang usus buntu, gangguan pada sistem pencernaan, maupun kelainan pada ginjal.

Dismenorea dibedakan dua yaitu, *Dismenorea* primer dan sekunder, *dismenorea* primer yaitu tidak ada hubungan dengan kelainan ginekologi, sedangkan *dismenorea* sekunder biasanya dikarenakan oleh kelainan ginekologi menurut Wahyuni dalam (Romlah et al., 2021), Nyeri menstruasi yang paling umum adalah nyeri menstruasi primer, di mana nyeri ini muncul sejak menstruasi pertama dan biasanya akan mereda dengan sendirinya seiring waktu. Nyeri menstruasi ini dianggap normal, namun bisa menjadi lebih parah jika dipengaruhi oleh faktor psikologis dan fisik seperti stres, shock, penyempitan pembuluh darah, penyakit kronis, anemia, dan kondisi tubuh yang lemah (Lie 2004; Suciani et al., 2021).

Menurut World Health Organization (WHO) pada tahun 2018, *Dismenore* memiliki angka kejadian yang cukup tinggi di seluruh dunia. Insidensi *Dismenore* pada wanita muda berkisar antara 16,8% hingga 81%. Di negara-negara Eropa, *Dismenore* terjadi pada 45% hingga 97% wanita. Di Indonesia prevalensi *Dismenore* pada tahun 2020 adalah 64,25%, yang terdiri dari 54,89% *Dismenore* primer dan 9,36% *Dismenore* sekunder. Pada remaja, *Dismenore* terjadi dengan prevalensi antara 43% hingga 93% (Pertiwi et al., 2024).

Ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri *Dismenore* seperti dengan Pengobatan farmakologi pada nyeri haid dengan menggunakan obat analgetika (obat anti sakit) dan obat Non-Steroid Anti Inflamasi (NSAID) seperti asam mefenamat, ibuprofen, piroxicam dan lain-lain (Napu et al., 2023). Sementara itu, pendekatan nonfarmakologis untuk meredakan nyeri dapat dilakukan melalui teknik relaksasi, aktivitas fisik seperti olahraga dan senam, penggunaan kompres hangat, metode distraksi, serta konsumsi ramuan tradisional seperti kunyit asam. Saat ini, produk herbal atau fitofarmaka menjadi pilihan utama bagi remaja putri yang ingin mengurangi rasa nyeri tanpa menimbulkan efek samping, media edukasi untuk informasi ini dapat disajikan dalam bentuk video animasi maupun leaflet (Umma et al., 2024).

Kunyit asam dikenal memiliki efek pereda nyeri dan peradangan. Kandungan aktifnya yaitu kurkumin berfungsi sebagai antiradang dan penurun demam, sementara kurkumenol berperan sebagai analgesik. Asam jawa mengandung senyawa seperti tanin, saponin, seskuiterpen, alkaloid, dan phlobotamin yang dapat menurunkan aktivitas sistem saraf. Kombinasi kurkumin dari kunyit dan antosianin dari asam jawa mampu menghambat peradangan dengan mengintervensi kerja enzim siklooksigenas (Sutrisno et al., 2022).

Kunyit asam adalah minuman tradisional yang telah dikenal luas oleh masyarakat, terutama di wilayah Jawa. Dahulu dianggap sebagai jamu, kini minuman ini lebih dikenal sebagai minuman herbal modern karena perkembangan zaman dan manfaatnya (Wahidin et al., 2025). Kandungan

kurkumin dalam kunyit asam berperan dalam menghambat kerja enzim cyclooxygenase-2 (COX-2), yang secara langsung mengurangi peradangan dan dapat menekan kontraksi otot rahim. Sebagai zat pereda nyeri, kurkumin juga membantu menghambat pelepasan prostaglandin secara berlebihan pada jaringan epitel uterus, sehingga kontraksi uterus berkurang dan gejala *dismenorea* pun ikut mereda (Sutrisno et al., 2022). Dengan mengonsumsi kunyit asam, remaja putri dapat mengharapkan bahwa senyawa-senyawa ini akan membantu mengurangi peradangan dan mengendurkan otot rahim, sehingga mengurangi nyeri menstruasi.

Berdasarkan studi kasus yang dilakukan oleh (Pertiwi et al., 2024) menjelaskan bahwa pemberian rebusan kunyit asam yang dilakukan satu hari sekali selama tiga kali berturut dengan pemberian kunyit asam sebanyak 100 cc setiap hari dan dilakukan pre dan post test mendapatkan hasil ada pengaruh pemberian kunyit asam terhadap nyeri *Dismenore* pada remaja putri di MTS walisongo. Pada penelitian (Umma et al., 2024) juga mendapatkan hasil bahwa jamu kunyit asam efektif untuk menurunkan nyeri *Dismenore* pada remaja putri, bila diberikan minuman kunyit asam sebanyak 1 gelas selama 3 hari saat menstruasi dalam pagi hari. Hal ini didukung oleh penelitian (Rahayu, 2024) yang menyatakan terdapat pengaruh pemberian minuman kunyit asam terhadap penurunan skala nyeri *Dismenore* primer pada siswi Kelas XI di SMAN 4 Cimahi.

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan pada tanggal 14 April 2025 dengan cara wawancara pada remaja putri yang mengalami nyeri *Dismenore*, terdapat 4 remaja putri dengan usia 16-19 tahunan mengalami

nyeri ringan hingga sedang dengan menggunakan pengukuran NRS (*Numeric Rating Scale*), 3 dari 4 remaja putri mengatakan merasa nyeri sejak hari pertama hingga hari ke 3-4, 1 remaja lainnya mengatakan nyeri berlangsung hanya 2 hari, nyeri yang dirasakan berada pada bagian pinggang belakang yang terasa pegal, dan sakit, ada juga yang merasakan nyeri di perut seperti diremas-remas, saat wawancara ke 4 remaja mengatakan belum pernah melakukan penanganan apapun untuk meredakan nyeri atau dapat dibilang hanya dibiarkan saja.

Berdasarkan data diatas penulis tertarik untuk melakukan sebuah studi kasus dengan judul “Penerapan Pemberian Rebusan Kunyit Asam Untuk Mengurangi Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri Di Kelurahan Jerakah”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka penulis membuat rumusan masalah sebagai berikut “Bagaimanakah Penerepan Pemberian Rebusan Kunyit Asam Pada Remaja Putri Di Kelurahan Jerakah Untuk Mengurangi Nyeri *Dismenore*”

1.3 Tujuan Studi Kasus

1. Tujuan Umum

Mengetahui Penerapan Pemberian Rebusan Kunyit Asam Untuk Mengurangi Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri Di RT 05 Kelurahan Jerakah.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tingkat nyeri sebelum pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri *Dismenore* pada remaja putri di RT 05 kelurahan jerakah.
- b. Mendeskripsikan tingkat nyeri sesudah pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri *Dismenore* pada remaja putri di RT 05 kelurahan jerakah.
- c. Mengidentifikasi manfaat penerapan pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri *Dismenore* pada remaja putri di RT 05 kelurahan jerakah.

1.4 Manfaat Studi Kasus

1. Bagi Profesi Keperawatan

Studi kasus ini diharapkan bisa menambah pengetahuan seorang perawat dalam mengatasi nyeri *Dismenore* dengan tehnik nonfarmakologis.

2. Bagi Instritusi Pendidikan

Diharapkan sebagai masukan atau refrensi untuk mengembangkan studi kasus mengenai penerapan pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri *Dismenore* pada remaja putri, khususnya pada mahasiswa Universitas Widya Husada Semarang.

3. Bagi Peneliti

Sebagai bahan untuk meningkatkan pengetahuan dan wawasan peneliti dalam melakukan studi kasus mengenai penerapan pemberian rebusan kunyit asam untuk mengurangi nyeri *Dismenore* pada remaja putri.

4. Bagi Masyarakat

Sebagai informasi pada Masyarakat khususnya pada remaja putri dalam meningkatkan pengetahuan mengenai cara untuk mengurangi nyeri *Dismenore* dengan menggunakan bahan alami seperti rebusan kunyit asam.



