

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Dismenorea banyak terjadi di luar negeri ataupun di Indonesia, menurut data *World Health Organization* (WHO) berkisar antara 16,8–81% yang dialami oleh perempuan umur produktif serta tingkatan paling tinggi terjadi pada remaja. Permasalahan reproduksi yang dirasakan oleh seorang perempuan adalah haid yang terjadi setiap bulannya. Menstruasi ialah pendarahan sebagai pertanda jika organ kandungan telah berfungsi matang. Hampir seluruh perempuan mengalami proses menstruasi walaupun kenyataannya masih banyak perempuan yang mengalami permasalahan menstruasi seperti nyeri haid (D. A. Assyifa, 2018). Dismenorea adalah nyeri disaat haid, umumnya dengan rasa kram serta terpusat di abdomen bawah. Keluhan nyeri bisa bervariasi mulai dari ringan hingga berat. Gangguan primer haid yang sering dikeluhkan merupakan nyeri sebelum, saat maupun setelah haid. Nyeri tersebut muncul akibat adanya hormon prostaglandin yang membuat otot uterus (rahim) berkontraksi (Damayanti et al, 2020).

Dismenorea Primer telah menjadi permasalahan remaja di Dunia karna lebih dari 50% rata- rata perempuan merupakan angka kejadian yang besar. Di Amerika angka presentasinya kurang lebih 60%, di Swedia sekitar 72% dan di Inggris serta pada penelitian sebelumnya menyatakan jika 10% dari remaja sekolah lanjut tingkat atas (SLTA) dan Mahasiswi absen 1-3 hari dalam setiap bulan karena mengalami dismenorea (Chayati & Na'mah, 2019). Berdasarkan penelitian dari (Lubis, 2018) menyatakan bahwa distribusi kejadian dismenorea primer di SMA Dharma Sakti

Medan sebanyak 81,8%. Proporsi paling tinggi responden yang mengalami dismenore primer berada pada umur menarche < 12 tahun 86,7%, lama menstruasi 7 hari 82,1%, selalu berolahraga 87,5%, dan memiliki riwayat keluarga kategori 82,5%. Hasil penelitian sebelumnya menunjukkan jika 255 responden yang mengalami dismenorea pada mahasiswi di Universitas Sumatera Utara Angkatan 2016 dengan intensitas nyeri sedang 109 orang ataupun sebesar 42,7%, sebanyak 92 responden ataupun sebesar 36,1% hanya mengalami nyeri ringan, dan 54 responden ataupun sebesar 21,2% mengalami nyeri berat (Banjarnahor, 2017).

Angka dismenorea yang tinggi, tentu memberikan dampak yang negatif terhadap kesehatan wanita. Dimana dari sebagian hasil penelitian menunjukkan rasa sakit yang ditimbulkan kadang mengganggu konsentrasi belajar mahasiswi. Rata-rata rasa sakit yang dirasakan mahasiswi 1 satu hari sedangkan akibat yang paling besar ditimbulkan dari rasa sakit disaat menstruasi yaitu semangat belajar menurun (Nurma, 2018). Untuk penanganan dismenorea bisa ditangani dengan obat-obatan kimia, akan tetapi lebih baik dilakukan penanganan dengan pemakaian obat-obat herbal ataupun non farmakologi. Salah satu metode non farmakologi tersebut yaitu dengan mengkonsumsi jus wortel serta jus alpukat. Kandungan vitamin E serta betakarotene pada wortel mampu memblokir E2 (PGE2) dan F2a (PGF2a) yaitu hormon prostaglandin berperan mempengaruhi dismenorea (Puspita, 2012).

Buah alpukat memiliki kandungan nutrisi yang meliputi air, kalori, protein, lemak, karbohidrat, kalsium, fosfor, besi, vitamin, vitamin B1, vitamin C. Kandungan kalsium yang ada dalam buah alpukat juga mempunyai peran penting

dalam mengurangi nyeri. Kalsium mempunyai peranan sebagai zat yang dibutuhkan untuk kontraksi otot, yaitu aktin dan miosin disaat otot berkontraksi, jus alpukat bisa menjadi obat non farmakologi yang aman dikonsumsi remaja pada saat menstruasi bila dibandingkan dengan obat farmakologi yang bisa beresiko apabila dikonsumsi secara terus menerus dari hasil penelitiannya sebagian besar remaja kelas XI di SMA Kartika Surabaya Tahun 2015 (Pontoh, 2015).

Penelitian sebelumnya menunjukkan jika terdapat perbedaan rata-rata intensitas nyeri haid sebelum pemberian jus alpukat ialah yang mengalami nyeri ringan sebanyak 7 (28%), nyeri sedang 15 (60%) serta 3 (12%) nyeri berat. Setelah pemberian jus alpukat yang mengalami nyeri ringan yaitu 12 (44%) dan 14 (56%) tidak merasakan nyeri haid, artinya ada pengaruh yang signifikan antara pemberian jus alpukat terhadap penurunan nyeri haid pada dismonorea primer pada siswi SMA Spektrum Manado (Vonny, 2019).

Survei awal, peneliti mendapatkan hasil ada sebagian besar mahasiswi FKM UNPRI Angkatan 2017 mengalami nyeri ringan sebanyak 18 orang, nyeri sedang sebanyak 15 orang, dan nyeri berat sebanyak 1 orang pada saat haid dari orang mahasiswi FKM UNPRI Angkatan 2017, dampak dari dismenorea ini pastinya akan mengakibatkan kurangnya konsentrasi mahasiswi pada saat proses belajar.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti merasa tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Pemberian Jus Wortel dan Jus Alpukat Terhadap Dismenorea Primer Mahasiswi FKM UNPRI Angkatan 2017”.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah dalam penelitian ini apakah pemberian jus wortel dan jus alpukat dapat menurunkan dismenorea primer dan perlakuan mana yang paling efektif untuk menurunkan dismenorea primer pada mahasiswi FKM UNPRI Angkatan 2017.

## **1.3. Tujuan Penelitian**

### **1.3.1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui perbedaan efektivitas pemberian jus wortel dan jus alpukat terhadap dismenorea primer pada Mahasiwi FKM UNPRI Angkatan 2017.

### **1.3.2. Tujuan Khusus**

1. Untuk mengetahui Efektivitas pemberian jus wortel terhadap dismenorea primer pada Mahasiwi FKM UNPRI Angkatan 2017
2. Untuk mengetahui Efektivitas pemberian jus alpukat terhadap dismenorea primer pada Mahasiswi FKM UNPRI Angkatan 2017
3. Untuk mengetahui Efektivitas perlakuan mana yang paling efektif untuk menurunkan dismenorea primer pada Mahasiswi FKM UNPRI Angkatan 2017.

## **1.4. Manfaat Penelitian**

### **a. Bagi Mahasiswa FKM UNPRI Angkatan 2017**

Sebagai pengetahuan baru dan dapat memberikan informasi mengenai Efektivitas pemberian jus wortel dan jus alpukat sebagai obat non farmakologi terhadap dismenorea primer.

**b. Bagi Peneliti**

Sebagai penambah wawasan dan sebagai bekal ilmu bagi peneliti dalam terhadap dismenorea primer.

**c. Bagi Pendidikan**

Dapat dijadikan sebagai bahan informasi bagi mahasiswi-mahasiswi tentang pemanfaatan jus wortel dan jus alpukat terhadap dismenorea primer.