

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa Remaja merupakan suatu proses transisi dari masa anak-anak menuju remaja. Sebelum memasuki masa remaja seseorang akan mengalami periode pematangan organ reproduksi wanita yang ditandai adanya masa pubertas. Masa pubertas yang terjadi pada remaja putri ditandai dengan terjadinya menstruasi. Salah satu gangguan yang sering dialami wanita pada saat menstruasi adalah nyeri haid atau *dismenore*. *Dismenore* adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu haid yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan (Febriyanti, 2021)

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tingkat kejadian *dismenore* di dunia masih sangat tinggi, kejadian *dismenore* adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita *dismenore*, dengan 10-15% menderita *dismenore* berat. Rata-rata terjadinya *dismenore* pada wanita muda antara 16,8-81%, Rata-rata negara Eropa terjadi 45-97% wanita dengan prevalensi terendah Bulgaria (8,8%) dan yang tertinggi mencapai 94% di negara Finlandia. Prevalensi *dismenore* tertinggi sering ditemui pada remaja wanita diperkirakan antara 20-90%, sekitar 15% remaja dilaporkan mengalami *dismenore* berat.

Menurut prevalensi di Asia Tenggara menunjukkan angka yang berbeda, Malaysia memperkirakan jumlah perempuan yang mengalami *dismenore* adalah 69,4%, Thailand 82,4% dan di Indonesia sendiri diperkirakan 65% usia produktif

mengalami *dismenore*. Nyeri haid primer 54,89% dan *dismenore* sekunder 9,36%. Angka kejadian *dismenore* di Indonesia menyebabkan remaja perempuan (59,2%) terjadi penurunan aktivitas, (Febriyanti, 2021).

Angka kejadian *dismenore* di Sumatera Barat pada tahun 2021 mencapai 80% yang mengeluh nyeri, 6,7% nyeri berat, 12,7% nyeri sedang, dan 44% nyeri ringan. Jumlah anak yang berusia 7-15 tahun di Sumatera Barat sebanyak 419.473 orang dan yang anak berusia 16-21 tahun berjumlah 242.333 orang. populasi remaja putri di Sumatera Barat, ada sebanyak 661.809 orang (BKKBN, 2021).

Berdasarkan data kejadian *dismenore* di Kota Padang pada tahun 2021 mencapai 61,3% dari mereka yang mengeluh nyeri, 12% nyeri berat, 39% nyeri sedang dan 53% nyeri ringan. Kejadian ini menyebabkan rasa nyeri di bagian bawah perut (34,4%), dan berkurangnya konsentrasi (18,3%), Hal ini menyebabkan siswi tidak masuk sekolah (BKKBN, 2021).

Dismenore adalah rasa sakit atau nyeri hebat pada bagian bawah perut, tetapi dapat menyebar hingga ke punggung bagian bawah, pinggang, panggul, paha atas hingga betis yang terjadi saat perempuan mengalami siklus menstruasi. Nyeri biasanya berlangsung sesaat sebelum menstruasi, selama menstruasi, hingga berakhirnya siklus menstruasi. Nyeri yang terus menerus membuatenderitanya tidak bisa beraktivitas (Ratnawati, 2018).

Penyebab *dismenore* pada remaja putri salah satunya adalah usia. Usia 12-25 tahun hormon prostaglandin yang terdapat pada remaja putri terkadang masih belum stabil. Hormon yang belum stabil mengakibatkan gangguan keseimbangan

prostaksiklin saat menstruasi. Kondisi ini dapat menyebabkan kontraksi miometrium yang dapat menimbulkan iskemia miometrium dan hiperkontraktivitas uterus. Kondisi inilah yang dapat menimbulkan nyeri *dismenore* (Nurpratiwi, 2019).

Dismenore sangat berdampak pada remaja putri meliputi rasa nyaman terganggu, aktivitas menurun, pola tidur terganggu, selera makan terganggu, hubungan interpersonal terganggu, kesulitan berkonsentrasi saat belajar, Nyeri juga mempengaruhi status emosional terhadap alam perasaan remaja yang mengalami dismenore pada saat menstruasi sehingga membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktifitas belajar disekolah (Putri et al., 2023).

Mengatasi permasalahan *dismenore* baik secara farmakologis maupun nonfarmakologis. Penggunaan metode farmakologis berupa pemberian obat-obatan analgesik. Namun pemberian obat-obatan analgesik cenderung menimbulkan efek samping terhadap sistem tubuh lainnya. Oleh karena itu, diperlukan metode yang dapat meminimalisir efek samping yang muncul dan metode nonfarmakologis atau terapi komplementer menjadi alternatif pilihan tersebut. Banyak sekali terapi komplementer yang dapat kita gunakan dalam mengatasi *dismenore*. Terapi bantalan hangat dapat mengurangi kram dan relaksasi otot, akupunktur, meditasi dan aromaterapi untuk mengurangi rasa tidak nyaman pada menstruasi (Nurpratiwi, 2019).

Bentuk penatalaksanaan nyeri dengan pendekatan nonfarmakologis adalah penggunaan aromaterapi. Aroma terapi merupakan metode relaksasi menggunakan minyak esensial yang bertujuan untuk meningkatkan kesehatan fisik, emosi

seseorang. Aromaterapi memberi rasa nyaman serta relaksasi pada tubuh dan pikiran, rasa nyeri dan cemas akan tereduksi sehingga nyeri akan hilang. Bau yang menyenangkan akan menstimulasi *thalamus* untuk mengeluarkan *encephalin* yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami (Nurjanah, 2023).

Aromaterapi merupakan suatu pengobatan alternatif dengan menggunakan wangi-wangian dari senyawa aromatik. Jenis aromaterapi yang digunakan bermacam-macam seperti aromaterapi lavender, lemon dan lainnya. Aromaterapi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri ialah aroma lemon. Pada lemon terdapat kandungan utamanya yaitu *limeone* yang berfungsi untuk menghambat sistem kerja hormon prostaglandin sehingga dapat mengurangi nyeri dan dapat menghasilkan efek tenang. Aroma yang dihasilkan dari aromaterapi lemon akan merangsang kerja sel neurokimia otak, aroma yang menyenangkan akan menstimulasi *thalamus* untuk mengaktifkan pengeluaran neurotransmitter yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit alami, (Maulidiya, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Rambli (2019) terhadap 40 responden dengan hasil pengukuran skala nyeri sebelum dan sesudah pemberian aromaterapi, yaitu 24 orang (60%) dengan skala nyeri 3, 8 orang (20%) dengan skala nyeri 4, 6 orang (15%) dengan skala nyeri 5 dan 2 orang (5%) dengan skala nyeri 6. Hal ini menunjukkan bahwa sebagian responden merasa nyeri skala 3. Setelah dilakukan pemberian aromaterapi, dilakukan kembali pengukuran nyeri dengan hasil berikut, 7 orang (17,5%) pada skala nyeri 2, 9 orang (22,5%) pada skala nyeri 3, 4 orang (10%) pada skala nyeri 4 dan 3 orang (7,5%) dengan skala nyeri 5. Hal ini

berarti adanya pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan *dismenore*.

Penelitian yang telah dilakukan oleh Febriyanti (2021) terhadap 20 responden yang mengalami *dismenore*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa skala nyeri sebelum diberikan aromaterapi lemon 4-5 (skala sedang) dengan mean 4,45, standar deviasi 0,510. Skala nyeri sesudah diberikan aromaterapi lemon 2-4 (skala ringan-sedang) dengan mean 3,25 dan standar deviasi 0,716. Dari hasil statistik dengan menggunakan uji independen sample T test didapatkan $p\ value = 0,000$, ini menunjukkan bahwa adanya pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan *dismenore*.

Berdasarkan Survey awal yang dilakukan di SMP N 14 Padang, Didapatkan hasil bahwa di SMP N 14 Padang 87,7% siswi yang mengalami gangguan Nyeri Dismenore. Setelah dilakukan wawancara terhadap petugas UKS dan beberapa siswi yang ada disekolah tersebut, didapatkan remaja putri yang mengalami *dismenore* sebanyak 80 kasus. Hasil wawancara tersebut ditemukan bahwa 5 orang siswi mengalami nyeri menstruasi dengan skala ringan 1 orang, skala sedang 1 orang dan skala berat 3 orang. Setelah itu dilakukan Pemberian Aromaterapi lemon kepada 5 orang siswi yang mengalami *dismenore* dan didapatkan hasil 3 orang siswi yang diberikan terapi mengalami penurunan skala nyeri dari berat menjadi sedang.

Berdasarkan fenomena di atas, peneliti telah selesai melakukan penelitian tentang “Pengaruh pemberian aromaterapi lemon terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada remaja putri di SMPN 14 Padang Tahun 2024”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri di SMP N 14 Padang Tahun 2024”?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri di SMP N 14 Padang Tahun 2024.

2. Tujuan khusus

- a. Diketahui rerata tingkat nyeri *dismenore* sebelum dan sesudah dilakukan pemberian aromaterapi lemon pada remaja putri di SMPN 14 Padang Tahun 2024.
- b. Diketahui pengaruh pemberian aromaterapi lemon pada remaja putri di SMPN 14 Padang Tahun 2024.

D. Manfaat penelitian

1. Manfaat teoritis

a. Bagi peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi kesempatan bagi peneliti untuk mengaplikasikan ilmu yang telah didapat dibangku kuliah dan dapat membantu peneliti dalam mengurangi nyeri *dismenore* saat haid atau

menstruasi dengan cara menggunakan aromaterapi lemon sehingga aktivitas dapat diikuti dengan baik.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya dengan melakukan perbandingan dengan aromaterapi lain tentang penurunan nyeri *dismenore* pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi tempat penelitian

Penelitian ini diharapkan dapat membuka wawasan remaja putri tentang penurunan nyeri *dismenore*, serta dapat meningkatkan pengetahuan dan dapat melakukan praktik secara langsung dirumah setelah diberikan intervensi.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi Lemon Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenore* Pada Remaja Putri. Jenis penelitian ini menggunakan *Pra-eksperimen* dengan menggunakan *design one-group pretest-posttest*. Penelitian dimulai dari bulan Maret – Agustus 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII dan VIII di SMPN 14 Padang sebanyak 130 siswi dengan sampel 30 siswi dengan metode *purposive sampling*. Data dikumpulkan menggunakan lembar ceklist NRS (Numeric Rating Scale) dan dianalisis secara univariat dan bivariat menggunakan *Wilcoxon* data di olah menggunakan komputer.