

BAB I

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Masa remaja dapat dikatakan masa transisi atau perubahan dari masa kanak-kanak menuju kedewasaan. saat ini terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat penting, diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga nantinya mampu memproduksi dengan baik, pada masa remaja perubahan-perubahan yang terjadi seperti perubahan hormonal, menarche/menstruasi, pembesaran payudara, tumbuhnya rambut pubis, fisik, maupun sosial, Dimana masa tersebut masa pubertas. Salah satu tanda pubertas pada remaja putri yaitu terjadinya menstruasi, Wanita normalnya mengalami menstruasi setiap bulannya. Menstruasi merupakan proses siklus yang terjadi setiap 28 hingga 30 hari. Haid pertama (menarche) dimulai pada usia 11 hingga 15 tahun. Jika Anda tidak hamil, siklus ini berlanjut hingga menopause. Pada setiap siklus menstruasi, darah menstruasi berwarna merah tua dikeluarkan setiap bulan dan berlangsung selama 3 hingga 8 hari (Batubara, 2019).

Semua remaja mengalami masa pubertas, saat organ seksual dan tubuh yang matang, perubahan hormonal dan seksual, serta kemampuan untuk memiliki anak. Bagi remaja putri, masa pubertas diawali dengan menopause. Kondisi lain yang berhubungan dengan menstruasi adalah dismenore (nyeri saat haid). Nyeri saat menstruasi bisa berupa pembengkakan ringan di area genital hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. (Efekti and Putri 2022)

Angka kejadian dismenore di dunia cukup tinggi yaitu 15,8% sampai 89,5%, dengan kejadian lebih tinggi pada populasi remaja. Di Indonesia sendiri angka kejadian dismenore primer yaitu sebanyak 55% di kalangan usia produktif, dan 15% diantaranya mengeluh terganggu saat beraktivitas. Sedangkan angka kejadian dismenore di Jawa Barat cukup tinggi sebanyak 54,9% terhadap 2 wanita yang mengalami dismenore, dengan kategori sebagai berikut yaitu 24,5% mengalami dismenore ringan, 21,28% mengalami dismenore sedang dan 9,36% mengalami dismenore berat (Putri, 2017).

Dismenore atau nyeri pada menstruasi dibedakan menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder. Jika terjadi pada saat menstruasi tetapi ada penyakit yang menyertainya, disebut sekunder. Pentingnya dismenore untuk ditangani karena terbukti timbulnya dampak negatif bagi remaja antara lain yaitu seringkali merasa Lelah, ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas, gangguan kualitas tidur dan lemah selama dismenore. Faktor yang berkontribusi terhadap dismenore yaitu usia dini menarche, peningkatan perdarahan menstruasi, penggunaan alkohol dan tembakau, status sosial ekonomi yang rendah, obesitas, dan depresi/kegelisahan. Selain itu, faktor yang mampu mempengaruhi dismenore primer diantaranya adalah faktor psikologis, faktor konstitusional, saluran serviks, obstruksi saluran, faktor endokrin dan faktor alergi. (Pavithra et al., 2020).

Pengetahuan tentang mengatasi dismenore sangat berpengaruh terhadap sikap dalam mengatasi dismenore. Pada keadaan ini, diperoleh hubungan antara pengetahuan dengan sikap remaja putri tentang Upaya penanganan dismenore. Remaja putri yang mendapatkan informasi dengan benar tentang penanganan dismenore maka dari itu mereka akan menerima setiap adanya keluhan dari menstruasi yang dialami dengan positif, sedangkan remaja putri yang kurang pengetahuannya tentang penanganan dismenore akan merasa cemas dan stress yang berlebihan dalam menghadapi gejala dan keluhan yang dialami cenderung bersikap negatif karena mengganggu aktivitas sehari-hari.

Cara mengatasi nyeri dismenore saat menstruasi pada umumnya menggunakan terapi secara farmakologi atau non farmakologi. Pengobatan farmakologi pada nyeri haid dapat menggunakan obat analgetika (obat anti sakit) dan obat non-steroid anti inflamasi (NSAID) seperti asam mefenamat, ibuprofen, piroxicam dan lain-lain. Namun penanganan dengan obat analgesik dapat 3 menyebabkan efek samping, seperti ketergantungan dan gejala putus obat. Penanganan dismenore dapat juga dilakukan dengan non farmakologi Pengobatan non farmakologi yang dapat dilakukan untuk mengatasi nyeri dismenore yaitu, Kompres hangat, terapi relaksasi progresif, yoga, akupresur dan juga pemberian herbal. Pemberian herbal diketahui lebih efektif dan efisien karena bisa didapatkan kapan saja, dimana saja, dan

mudah juga dalam melakukannya. Pengobatan herbal dan nyeri dismenore dapat menggunakan kayu manis, jahe, kunyit, dan lavender (Aprilia dan Nia, 2022).

Kayu manis dianggap lebih efektif dibandingkan tanaman herbal lainnya dalam mengurangi dismenore karena kandungan senyawa aktifnya, seperti cinnamaldehyde, yang memiliki sifat anti-inflamasi dan antispasmodik kuat. Senyawa ini dapat membantu merelaksasi otot-otot rahim yang tegang dan mengurangi kontraksi yang menyebabkan nyeri haid. Selain itu, kayu manis juga memiliki efek meningkatkan sirkulasi darah, yang membantu mengurangi kram dan mempercepat proses penyembuhan. Berbagai studi menunjukkan bahwa kayu manis efektif dalam mengurangi intensitas dan durasi nyeri dismenore, menjadikannya pilihan herbal yang unggul untuk meredakan gejala nyeri menstruasi (Nursalam, 2018)

Keunggulan lain dari kayu manis adalah profil keamanannya yang baik dan efek samping yang minim, menjadikannya pilihan yang lebih aman untuk penggunaan jangka panjang dibandingkan obat analgesik konvensional yang bisa menyebabkan gangguan pencernaan, kerusakan hati, atau reaksi alergi. Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa kayu manis dapat secara signifikan mengurangi intensitas dan durasi nyeri haid, mendukung penggunaannya sebagai solusi yang efektif dan alami. Selain itu, kayu manis mudah ditemukan dan relatif murah, membuatnya lebih mudah diakses oleh banyak orang. Kombinasi sifat-sifat ini menjadikan kayu manis sebagai obat herbal yang unggul dalam mengatasi nyeri dismenore (Fahrul, 2019).

Pohon kayu manis memiliki pati, lendir, tanin, kalsium oksalat, gula, minyak atsiri, dan gom. Dalam pengobatan tradisional, minyak atsiri dan tanin dari pohon kayu manis digunakan untuk merangsang sistem saraf, mengurangi nyeri haid, sebagai obat penenang, antispasmodik, dan anti-inflamasi. Efek antispasmodik berasal dari cinnamaldehyde dan eugenol dalam kayu manis, yang dapat mengganggu biosintesis prostaglandin dan mengurangi peradangan. Hingga saat ini, penelitian klinis dan toksikologi pada manusia tidak menunjukkan adanya risiko dari penggunaan kayu manis. (Alexander, 2023).

Berdasarkan studi literatur melalui beberapa jurnal didapatkan bahwa pemberian rebusan kayu manis sebanyak 5gram yang direbus dalam air 250 ml (1 gelas air)

memberikan pengaruh yang signifikan terhadap pengurangan nyeri haid. Rata-rata penurunan skala nyeri yang diperoleh sebelum pemberian intervensi adalah 5,08 sedangkan setelah pemberian intervensi adalah 2,42. Rata rata penurunan nyeri haid (dismenore) adalah 2,66. Nilai tersebut menunjukkan bahwa adanya penurunan skala dua terhadap penggunaan kayu manis dalam menurunkan dismenore (Aprilia dan Nia, 2022).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di Universitas Bhakti Kencana total mahasiswa Prodi Kebidanan adalah 71 orang. Hasil wawancara didapatkan 35 orang yang mengalami nyeri dismenore, seperti nyeri pada bagian bawah perut, pusing, sakit pinggang, sampai mengganggu aktivitas sehari-hari. Hasil wawancara, mereka mengatakan upaya yang dilakukan untuk mengatasi dismenore adalah dengan istirahat, minum obat anti nyeri, dan dilakukan kompres hangat. Mereka belum mengetahui bahwa kayu manis hangat sebagai salah satu penanganan dismenore.

Oleh karena itu, berdasarkan hal tersebut di atas, penulis ingin melakukan penelitian yang berjudul “Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Manfaat Rebusan Kayu Manis Hangat Untuk Mengurangi dismenore Di Prodi Universitas Bhakti Kencana”

1.2. Rumusan Masalah

Bagaimana tingkat pengetahuan remaja putri di Prodi Kebidanan universitas Bhakti kencana tentang manfaat rebusan kayu manis hangat untuk mengurangi dismenore.

1.3. Tujuan penelitian

1.3.1 Tujuan umum

Mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri di Prodi Kebidanan universitas Bhakti kencana tentang manfaat rebusan kayu manis hangat untuk mengurangi dismenore.

1.3.2 Tujuan Khusus

Mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri di Universitas Bhakti Kencana tentang manfaat rebusan kayu manis hangat sebagai salah satu metode alami untuk mengurangi dismenore.

1.4. Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi dan pemahaman lebih mendalam tentang efektivitas penggunaan kayu manis hangat dalam mengurangi gejala dismenore pada remaja. Hal ini dapat membantu mengidentifikasi potensi pengaruh positif dari pengobatan alternatif tersebut terhadap kesejahteraan remaja yang mengalami dismenore. Selain itu, penelitian ini juga dapat menyumbangkan bukti ilmiah yang mendukung pengobatan alternatif dalam mengelola kondisi kesehatan tertentu, seperti dismenorea.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi remaja

Remaja putri yang mengalami dismenore mendapatkan informasi tentang manfaat dari rebusan kayu manis dan merasa lebih nyaman karena 6 dapat mengurangi rasa sakit setelah menggunakan rebusan kayu manis hangat, hal ini dapat meningkatkan kualitas hidup mereka dan membantu mereka untuk tetap aktif dalam kegiatan sehari-hari.

2. Bagi penulis

Penulis dapat memperluas pengetahuan dan pemahamannya tentang pengobatan alternatif, seperti rebusan kayu manis hangat dalam meredakan dismenore pada remaja. Hal ini dapat meningkatkan keterampilan penelitian dan penerapan ilmu pengetahuan dalam konteks klinis.

3. Bagi pendidikan

Institusi pendidikan mendapatkan reputasi positif sebagai tempat yang mendukung riset ilmiah dan inovasi dalam bidang kesehatan remaja. Penelitian ini juga dapat meningkatkan citra institusi sebagai pusat pengembangan pengetahuan dan solusi Kesehatan