

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja putri biasanya mengalami perubahan fisik lebih dahulu dibandingkan dengan remaja laki-laki. Salah satu perubahan fisik yang terjadi yaitu pubertas, misalnya pada proses berkembangnya organ reproduksi terjadi proses menstruasi (Batubara, J.R., 2016). Selama menstruasi kalangan remaja sering mengalami gangguan, gangguan menstruasi yang sering timbul pada remaja salah satunya yaitu *dismenorea*. Secara klinis, *dismenorea* dibagi menjadi dua, yaitu *dismenorea* primer (esensial, intrinsik, idiopatik), dan *dismenorea* sekunder (ekstrinsik, yang diperoleh, *acquired*). *Dismenorea* primer merupakan nyeri menstruasi yang terjadi tanpa kelainan pada alat-alat genital yang nyata dan terjadi beberapa waktu setelah *menarche* (Nurwana dan Andi, 2016). Sedangkan *dismenorea* sekunder merupakan nyeri menstruasi yang muncul disertai dengan kelainan pada anatomis genitalia, secara klinik tanda-tanda kejadian *dismenorea* sekunder yaitu *endometriosis*, radang pelvis, fibroid, *adenomiosis*, kista ovarium dan *kongesti pelvis* (Lestari, 2013). *Dismenorea* primer sering timbul pada usia remaja dengan prevalensi kejadian 89,5%, berdasarkan data di Indonesia angka kejadian *dismenorea* primer pada remaja adalah sekitar 54,89% (Anurogo, 2011). Data dari RISKESDAS tahun 2013, angka kejadian *dismenorea* 64,25% (KEMENKES, 2013). Diketahui angka kejadian *dismenorea* primer di Indonesia lebih sering terjadi di kalangan

usia produktif, dengan 15% diantaranya mengeluhkan aktivitas menjadi terbatas, sejalan dengan penelitian di MAN 1 Semarang terdapat 65,2% responden yang mengalami *dismenorea* setiap kali menstruasi (Kojo, Kaunang and Rattu, 2021). Studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 1 Kartoharjo Magetan terdapat sekitar 60,32% atau 58 siswi mengalami *dismenorea* dan tidak mengikuti pelajaran dikelas (Hanifah and Kuswantri, 2020). Demikian juga pada Provinsi Riau di Kabupaten Kampar terdapat 97,5% kejadian *dismenorea* dari tiga SMA Negeri (Apriyanti, Harmia and Andriani, 2018). Dengan melihat tingginya angka kejadian *dismenorea* primer yang banyak sehingga membuat kerugian pada remaja. Kejadian nyeri menstruasi ini juga dilaporkan paling sering menyebabkan ketidakhadiran seorang remaja atau wanita dewasa dari pekerjaan, sekolah ataupun aktivitas lainnya, sehingga dapat mempengaruhi kualitas dan pola hidup wanita tersebut (Delta Hetti Yan Dharma, Widia Lestari and Email, 2013). Demikian perlu dilakukan penanganan untuk menghilangkan gejala nyeri yang dirasakan. Rasa nyeri akibat *dismenorea* primer tersebut, dapat ditangani secara terapi farmakologi, non farmakologis serta terapi fitofarmaka (herbal) (Anugrahyayu, 2018).

Secara farmakologi dapat diberikan SPO (*Standard Procedure Operasional*), yaitu diberikan anti nyeri seperti obat-obatan analgesik, obat hormonal dan obat NSAID (*Non-Steroidal Anti- Inflammatory Drug*) (Anugrahyayu, Darsini and Sa'adi, 2018). NSAID merupakan salah satu terapi farmakologi yang sering digunakan dalam mengatasi

nyeri *dismenorea* primer. Sekitar 67% wanita mengalami penurunan nyeri *dismenorea* setelah menggunakan NSAID, namun penggunaan NSAID dilaporkan banyak menimbulkan efek samping seperti pada gastrointestinal dapat menimbulkan efek berupa mual, muntah, diare, dan nyeri pada ulu hati (Maharianingsih and Poruwati, 2021). Pengobatan NSAID dapat pula menimbulkan resiko kerusakan ginjal (Sugiharti and Sundari, 2018). Selain itu, efek samping dari terapi farmakologi seperti gangguan pada lambung, dapat menimbulkan anemia dan yang lebih parah dapat berdampak mental psikologis yang menyebabkan penderita ketergantungan terhadap obat tersebut (Widiatami, Widyawati and Admini, 2018).

Sedangkan terapi non farmakologis dapat dilakukan dengan memodifikasi stimulus nyeri yang menggunakan teknik-teknik salah satu diantaranya yaitu dengan hipnoterapi (Aprilyadi, Feri and Ridawati, 2018). Hipnoterapi merupakan salah satu cabang ilmu psikologis yang dapat mempelajari manfaat sugesti untuk mengatasi masalah pikiran, perasaan, dan perilaku. dalam pelaksanaan hipnoterapi perlu adanya bimbingan dari hipnoterapis (Muhammad, 2011). Pada terapi fitofarmaka lebih sering diminati oleh para remaja yang mengalami nyeri saat menstruasi, salah satu terapi fitofarmaka yaitu dapat dengan mengkonsumsi teh rosella. Secara tradisional dalam penelitian Chumsri, *et al*, (2008) bahwa teh rosella memiliki khasiat sebagai sedatif, sehingga dapat dijadikan terapi dalam menurunkan nyeri saat menstruasi (Muflih and Erwanto, 2018). Berdasarkan penelitian Ramli dan Santy (2017)

mengatakan bahwa efek untuk teh rosella memiliki efektifitas dalam meredakan nyeri saat menstruasi yaitu dalam kurun waktu 48 dan 72 jam (Ramli and Santy, 2017).

Melihat dengan mempertimbangkan dari banyaknya efek samping, serta biaya yang harus di keluarkan setiap bulan membuat remaja lebih memilih untuk menggunakan terapi alternatif (non farmakologi) yang mudah didapatkan dan tidak membutuhkan biaya yang menguras kantong (Novianti, 2021). Maka dari itu terapi fitofarmaka dapat menjadi alternatif lain untuk mengatasi *dismenorea* primer yaitu dengan mengkonsumsi susu kedelai. Selain pembuatan yang mudah serta memiliki harga yang terjangkau, kemudian susu kedelai mengandung komponen utama yaitu kalsium, magnesium dan isoflavon. Kalsium yang terkandung didalamnya membantu menghilangkan kecemasan, mengendalikan konduksi impuls saraf ke otak dan dari otak yang kekurangan kalsium yang dapat menyebabkan kekejangan otot. Kedelai juga dapat menjadi alternatif bagi konsumen yang tidak menyukai susu sapi atau bahkan konsumen yang alergi terhadap susu sapi untuk memenuhi kebutuhan kalsium (Anugrahhayyu, 2018). Olahan susu kedelai juga dapat menjadi alternatif lain untuk konsumen yang memiliki kadar kolesterol tinggi, jika dibandingkan dengan susu sapi yang bisa menaikkan kolesterol, susu kedelai justru menurunkan kolesterol. Kemudian juga dalam susu kedelai ternyata memiliki zat-zat penting lain yang sangat bermanfaat bagi kesehatan seperti *lecitin*, isoflavon, saponin dan serat yang justru tidak terdapat pada susu sapi

(Trinovelda and Marita, 2018). Manfaat lain dari kalsium yaitu dapat melancarkan peredaran darah, sehingga dapat menjadikan keluhan *dismenorea* primer berkurang (Devi, 2012).

Kandungan pada susu kedelai dapat membantu merangsang produksi hormon estrogen selama menstruasi sehingga mengurangi peradangan serta kram saat menstruasi, untuk itu diperlukan zat gizi sebagai terapi yaitu dengan mengkonsumsi kalsium sebanyak 250 – 500 ml setiap satu jam sekali selama keluhan dirasakan (Yeni Susilowati, 2013). Berdasarkan latar belakang tersebut, perlu dilakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui, pengaruh konsumsi susu kedelai terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* primer remaja putri di Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang, maka dapat dirumuskan permasalahan pada penelitian ini yaitu “Apakah terdapat pengaruh konsumsi susu kedelai terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* primer remaja putri di Indonesia ? “

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui adanya pengaruh konsumsi susu kedelai terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* primer remaja putri di Indonesia.

1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Mengetahui tingkat nyeri *dismenorea* primer pada remaja putri sebelum mengkonsumsi susu kedelai.
- 2) Mengetahui tingkat nyeri *dismenorea* primer pada remaja putri sesudah mengkonsumsi susu kedelai.
- 3) Menganalisis pengaruh konsumsi susu kedelai terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* primer pada remaja putri.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Dengan penelitian ini, diharapkan mampu memberikan informasi mengenai pengaruh konsumsi susu kedelai terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* primer remaja putri di Indonesia.

1.4.2 Manfaat Praktisi

1) Manfaat bagi masyarakat

Hasil penelitian ini dapat menambah wawasan baru dan pengetahuan mengenai pengaruh konsumsi susu kedelai terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* primer remaja putri di Indonesia.

2) Manfaat bagi institusi

Dapat menjadi bahan tambahan referensi dan informasi dalam bidang pendidikan kesehatan, serta bahan tambahan referensi perpustakaan dalam pengembangan penelitian

selanjutnya.

3) Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Dapat dijadikan referensi dalam melakukan penelitian selanjutnya dan mengembangkan penelitian terkait pengaruh konsumsi susu kedelai terhadap penurunan intensitas nyeri *dismenorea* primer pada remaja putri.

1.5 Risiko Penelitian

Penelitian ini tidak memiliki risiko karena dilakukan dengan menelaah literature tanpa ada intervensi langsung kepada subjek penelitian atau manusia.