

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Wanita usia remaja hingga dewasa yang memasuki usia subur mengalami menstruasi yang datang setiap bulan. Menstruasi adalah proses pengeluaran gumpalan darah dari lapisan luar rahim karena adanya proses somatopsikis yang bersifat kompleks meliputi unsur-unsur hormonal, biokimiawi dan psikososial yang terjadi setiap bulan (Wulandari dkk, 2018). Pada saat siklus menstruasi terjadi, akan menimbulkan banyak sekali keluhan yang dialami oleh wanita salah satunya ialah dismenoreia (nyeri haid). Dismenoreia merupakan nyeri perut pada bagian bawah yang terjadi pada saat menstruasi yang terkadang meluas hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha (Wulandari dkk, 2018). Berdasarkan penyebabnya dismenoreia dibedakan menjadi dua, yaitu dismenoreia primer dan sekunder. Dismenoreia primer biasanya terjadi mulai dari pertama haid atau menarche di usia 15-25 tahun yang disebabkan oleh kontraksi uterus dan tidak terdapat hubungan kelainan ginekologi. Sedangkan dismenoreia sekunder disebabkan oleh kelainan yang terdapat dalam uterus dan saluran reproduksi (Konstania dan Kurniawati, 2016).

Tingkat prevalensi dismenoreia atau nyeri haid di dunia sangat tinggi. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri haid. Menurut data WHO (2012) dari 1.769.425 jiwa 90% wanita diantaranya mengalami dismenoreia primer dan 10-15% mengalami dismenoreia berat (sekunder) (Pradiyanti dkk, 2014). Di negara Indonesia, prevalensi rata-rata

dismenore lebih banyak dibandingkan rata-rata dismenore di dunia, yaitu 64,25% yang terdiri atas 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Pangesti et al., 2017).

Dismenorea (nyeri haid) yang dirasakan setiap wanita berbeda-beda, ada yang merasa sedikit terganggu namun ada pula yang sangat terganggu hingga tidak dapat menjalankan aktivitas sehari-hari dan membuatnya harus istirahat bahkan terpaksa absen dari sekolah atau pekerjaan (Andriyani, 2013). Menurut Ulya (2016) waktu datangnya haid merupakan siklus rutin yang dialami perempuan dan akan menjadi saat yang menyiksa dan menegangkan bagi yang mengalami nyeri haid dan gejala lain yang menyertai dismenorea primer. Hal tersebut bisa mengganggu aktivitas sehari-hari terutama penurunan produktivitas kerja disebabkan oleh rasa tidak nyaman (Irianti, 2018)

Usia 15-25 tahun menjadi usia dimana dismenorea primer mencapai maksimalnya dan berkonsekuensi bagi penderita yang mengalami nyeri hebat harus meninggalkan pekerjaannya untuk beristirahat. Sebanyak 15% remaja perempuan yang mengalami dismenorea primer berat mengeluhkan bahwa dismenorea mengganggu aktivitas harian mereka (Anita Misliani, Mahdalena, 2019). Pentingnya dismenorea untuk ditangani karena terbukti menimbulkan dampak negatif bagi remaja antara lain yaitu sering timbulnya perasaan lemah dan lesu selama dismenorea terjadi (Revianti & Yanto, 2021). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi dismenore antara lain ambang batas nyeri yang rendah, menarche pada usia muda, lamanya periode, BMI abnormal, gaya hidup, riwayat keluarga dan faktor psikologis (strees). Stress dapat

mengganggu sistem endokrin yang juga menyebabkan kram saat menstruasi (Novitasari dkk, 2020).

Secara TCM (*Traditional Chinese Medicine*) dismenorea disebut dengan nama *Tong Jing* yang disebabkan oleh serangan patogen dingin selama menstruasi, stagnasi *Qi* Hati yang mengakibatkan stagnasi darah atau defisiensi darah yang mengakibatkan hilangnya nutrisi Meridian *Chong* dan *Ren* (Yin dan Liu, 2000). Dimulai dari rasa nyeri pada perut bagian bawah, yang menyebar menjalar ke punggung bagian bawah dan tungkai, dimulai sejak beberapa jam sebelum atau selama menstruasi (umumnya berlangsung 2 - 3 hari), disertai dengan mual, muntah, sakit kepala, dan diare (Irianti, 2018).

Penanganan dismenorea atau nyeri haid dapat dilakukan dengan beberapa cara antara lain dengan terapi farmakologi atau terapi non-farmakologi. Salah satu penanganan dengan terapi farmakologi yaitu dengan pemberian obat analgetik yang memiliki efek meredakan rasa nyeri pada abdomen. Namun sayang, penggunaan obat analgetic yang berkepanjangan dapat menyebabkan efek samping yang buruk bagi tubuh. Sebagai gantinya, terapi non-farmakologi menjadi jalan keluar untuk mengurangi dismenorea dengan hasil efek samping yang minim. Beberapa bentuk penanganan seara non-farmakologi antara lain dengan olahraga, pemijatan, yoga, aromaterapi, kompres air hangat, pemberian ramuan herbal dan lain sebagainya. Salah satu tanaman herbal yang dapat digunakan sebagai ramuan herbal ialah serai dapur dan Kulit Batang Kayu Manis. Pada tanaman serai dapur terkandung senyawa antioksidan *sitronelal* dan *geraniol* yang mampu menghambat proses produksi

prostaglandin yang berpengaruh pada dismenore. Sedangkan pada tanaman Kulit Batang Kayu Manis, terdapat kandungan eugenol pada minyak atsiri yang berperan menurunkan produksi prostaglandin sehingga rasa nyeri akan berkurang (Fauziyah & Zuhrotun, 2020).

Oleh karena itu, berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merasa perlu dilakukannya penelitian tentang “Pengaruh Pemberian Rebusan Kombinasi Serai dan Kulit Batang Kayu Manis Pada Mahasiswa Penderita Dismenorea (Nyeri Haid)” yang diharapkan mampu meminimalkan penggunaan obat analgetik yang memiliki dampak berkepanjangan dan menggantinya dengan ramuan herbal yang minim efek samping.

1.2 Rumusan Masalah

Rumusan masalah yang diajukan pada penelitian ini adalah apakah ada pengaruh rebusan kombinasi serai (*Cymbopogon citratus*) dan Kulit Batang Kayu Manis (*Cinnamomum burmaanii*) pada mahasiswa penderita dismenorea?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk membuktikan adanya pengaruh pemberian rebusan kombinasi serai (*Cymbopogon citratus*) dan Kulit Batang Kayu Manis (*Cinnamomum burmanii*) pada mahasiswa penderita dismenorea.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan wanita dewasa terkait penggunaan produk herbal sebagai obat dismenorea.

1.4.2 Manfaat Praktis

Dapat membantu mahasiswa dalam meminimalkan penggunaan obat analgetik yang memiliki dampak berkepanjangan dan menggantinya dengan ramuan herbal yang minim efek samping.