

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pubertas merupakan tanda awal remaja memasuki masa reproduksi. Hal ini ditandai dengan perubahan baik secara psikis maupun fisik dan biologis. Salah satu karakteristik perubahan yang terjadi pada wanita ditandai dengan terjadinya menstruasi. Menstruasi seringkali menyebabkan timbulnya rasa sakit atau rasa nyeri pada abdomen bagian bawah yang meluas hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha yang disebut dengan dismenore (Melin & Soleha, 2016).

Dismenore merupakan suatu masalah ginekologis yang paling umum dirasakan wanita baik saat usia remaja maupun dewasa (Larasati *et al.*, 2016). Etiologi terjadinya dismenore dipengaruhi ketidakseimbangan hormon progesteron dan peningkatan kadar prostaglandin (PGF2 α) dan PGE2 oleh endometrium yang mengalami luteinisasi. Ketika terjadi peningkatan kadar prostaglandin dengan dominasi PGF2, menimbulkan terjadinya hiperaktivitas uterus (Nadya *et al.*, 2018). Efek gabungan dari hiperaktivitas uterus, peningkatan sensitivitas terminal saraf terhadap prostaglandin dan endoperoxida, dan iskemia uterus menyebabkan hipertonus serta vasokonstriksi yang berlebihan pada myometrium sehingga rasa nyeri mulai dipersepsikan (Sanjiwani, 2017).

Keluhan ini biasanya terjadi secara berulang pada beberapa jam sebelum menstruasi atau pada saat menstruasi berlangsung sekitar 2 sampai 3 hari (Chen *et al.*, 2015). Adapun faktor lain yang juga ikut berpengaruh pada kejadian dismenore diantaranya, usia muda (< 20 tahun), menarche usia dini, riwayat keluarga dengan dismenore, Indeks Massa Tubuh (IMT), durasi perdarahan saat

menstruasi, dan merokok (Nadya *et al.*, 2018).

Berdasarkan penyebabnya, dismenore dibagi menjadi dua, yaitu dismenore primer dan sekunder. Dismenore primer biasanya disebabkan oleh adanya kontraksi uterus tanpa ada hubungan dengan kelainan ginekologi. Biasanya terjadi pada usia pertama terjadinya menstruasi (*menarche*) sekitar usia 10-15 tahun sampai dengan usia 25 tahun, sedangkan dismenore sekunder lebih cenderung ke arah patologis karena disebabkan oleh adanya kelainan yang terdapat dalam uterus dan saluran reproduksi (Nadya *et al.*, 2018).

Di Indonesia, prevalensi dismenore terbilang cukup besar, yaitu mencapai 60-70% wanita yang mengalami dismenore. Angka kejadian pada dismenore tipe primer diketahui lebih besar dibandingkan dismenore tipe sekunder, sebagaimana angka insidensi yang tipe primer mencapai angka 54,89%, sedangkan tipe sekunder sisanya yaitu 45,11% (Novia & Puspitasari, 2018). Dismenore menjadi salah satu faktor yang paling mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sosial remaja wanita. Misalnya, aktivitas remaja menjadi terganggu akibat rasa nyeri dan gejala penyerta yang ada seperti sakit kepala, lemas, muntah, dan kejang (Ghodsi and Asltoghiri, 2014).

Pengobatan dismenore dapat dilakukan dengan terapi farmakologis dan terapi non farmakologis. Pada terapi farmakologis dapat diberikan pemberian obat analgesik, kontrasepsi hormonal, dan obat anti inflamasi non-steroid (NSAID) misalnya asam mefenamat. (Smith *et al*, 2015). Akan tetapi, penggunaan NSAID yang berkepanjangan dapat menimbulkan efek samping seperti gangguan sistem pencernaan dan metabolisme, serta munculnya reaksi alergi, hingga kerusakan organ. Oleh sebab itu, terapi non farmakologis dinilai memiliki efek samping yang

jauh lebih sedikit daripada NSAID. Dengan demikian terapi non farmakologis bisa menjadi pilihan awal yang bisa dipertimbangkan untuk mengatasi nyeri dismenore (Asl *et al.*, 2016). Berbagai cara terapi non farmakologis yang bisa dilakukan yaitu dengan terapi herbal, akupuntur, aromaterapi, fisioterapi (peregangan, relaksasi otot, olahraga) dan terapi panas (Proctor and Murphy, 2001).

Produk herbal atau fitofarmaka bukanlah merupakan suatu hal yang tidak asing bagi masyarakat Indonesia. Pengobatan menggunakan tanaman herbal dinilai cukup efektif untuk mengatasi nyeri dismenore. Meskipun pengobatan herbal seringkali dikatakan sebagai pengobatan yang cukup primitif, tetapi pengobatan herbal telah banyak digunakan oleh wanita di seluruh dunia, dan dipercaya bisa mengatasi berbagai penyakit maupun menjaga kesehatan (Homaie Rad *et al.*, 2021; Morehead and McInnis, 2021). Obat herbal untuk masalah menstruasi wanita digunakan secara global, dan kemanjuran serta keamanannya telah disebutkan dalam ulasan sebelumnya (Maleki-Saghooni *et al.*, 2018).

Adapun beberapa tanaman yang akan dilihat efektivitasnya pada tinjauan sistematis ini, yaitu efektivitas tanaman herbal jahe (*Zingiber officinale*) dan adas (*Foeniculum vulgare*). Jahe (*Zingiber officinale*) memiliki kandungan gingerol, asam lemak bebas, protein, karbohidrat yang diketahui memiliki efek antiinflamasi dan analgesik. Pada penelitian lain menunjukkan bahwa jahe dapat menghambat leukotrien dan sintesis prostaglandin dengan menekan COX-2 (Xu, Yang and Wang, 2020). Sedangkan, adas (*Foeniculum vulgare*) memiliki kandungan fitoestrogen (*fenchone*, *estragol*, dan *anethol*) yang terbukti memiliki efek antispasmodik ketika hiperkonstraksi pada rahim uterus di induksi oleh oksitosin dan PGE2 (Xu, Yang and Wang, 2020).

Di dunia modern masih ada beberapa masalah kesehatan di kalangan wanita yang tidak bisa disembuhkan dengan pengobatan modern. Sehingga membutuhkan pengobatan alternatif seperti tanaman herbal untuk memperlancar kualitas hidup pada wanita (Homaide Rad *et al.*, 2021; Morehead dan McInnis, 2021).

Banyaknya pilihan tanaman herbal untuk mengatasi dismenore mendorong kuat pembuatan review sistematis ini. Review sistematis ini diharapkan dapat mendorong riset ilmiah lebih dalam lagi sebagai upaya pengobatan nyeri dismenore dengan menggunakan jahe (*Zingiber officinale*) ataupun tanaman adas (*Foeniculum vulgare*). Semakin maraknya pengobatan herbal di kalangan masyarakat, maka banyak diantara wanita dengan dismenore akan mencari dan mengonsumsi obat herbal yang aman dan minim efek samping. Hal ini akan membantu wanita untuk meningkatkan kualitas hidupnya.

Penelitian ini dilakukan mengingat tingginya angka prevalensi dismenore di kalangan wanita muda bersamaan dengan dampak negatifnya terhadap kualitas hidup, karir, pendidikan, dan beban ekonomi terkait dengan seringnya absen dari pekerjaan. Penelitian ini bertujuan untuk membandingkan khasiat jahe dan adas dalam meredakan dan mengurangi nyeri dismenore.

1.2 Rumusan Masalah

Adapun rumusan masalah dari penelitian ini adalah:

1. Apakah pemberian tanaman herbal jahe (*Zingiber officinale*) berpengaruh dalam membantu mengurangi nyeri pada saat menstruasi?
2. Apakah pemberian tanaman herbal adas (*Foeniculum vulgare*) berpengaruh dalam membantu mengurangi nyeri pada saat menstruasi?

3. Bagaimanakah perbandingan potensi tanaman herbal jahe (*Zingiber officinale*) dan adas (*Foeniculum vulgare*) terhadap nyeri menstruasi?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengidentifikasi dan mendapatkan kesimpulan mengenai perbandingan perbedaan tingkat nyeri menstruasi setelah mendapatkan intervensi tanaman herbal jahe (*Zingiber officinale*) dan adas (*Foeniculum vulgare*).

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Memberikan kesimpulan mengenai potensi pemberian jahe (*Zingiber officinale*) terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi.
2. Memberikan kesimpulan mengenai potensi pemberian adas (*Foeniculum vulgare*) terhadap penurunan intensitas nyeri menstruasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Akademis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi dan pengetahuan mengenai perbedaan potensi pemberian jahe (*Zingiber officinale*) dan adas (*Foeniculum vulgare*) dalam mengatasi nyeri dismenore

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi penelitian lebih lanjut mengenai potensi pemberian jahe (*Zingiber officinale*) dan adas (*Foeniculum vulgare*) dalam mengatasi nyeri menstruasi.
2. Penelitian ini diharapkan dapat memberikan bukti ilmiah kepada masyarakat terkait potensi pemberian jahe (*Zingiber officinale*) atau adas (*Foeniculum vulgare*) dalam mengatasi nyeri menstruasi.