

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa saat periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual ⁽²⁾. Perubahan yang terjadi pada masa remaja yaitu perubahan biologis, psikososial, dan kognitif serta masa remaja disebut juga masa perubahan menuju dewasa. Perubahan biologis yang terjadi pada remaja putri disebut masa puber salah satunya mengalami menstruasi ⁽³⁾.

Menurut WHO (World Health Organization) prevalensi remaja di dunia sebesar 18% dari total populasi dunia. Menurut data BKKBN tahun 2020, prevalensi remaja di Indonesia adalah 24% dari total penduduk Indonesia, menjadikan remaja sebagai fokus penting dalam pembangunan nasional ⁽¹⁾.

Menstruasi adalah sekresi pendarahan pada dinding rahim yang terjadi setiap bulan ⁽⁴⁾. Pengalaman menstruasi setiap perempuan berbeda-beda, dimana beberapa perempuan mendapatkan menstruasinya tanpa keluhan dan dari beberapa mereka mengalami menstruasinya disertai dengan keluhan. Kondisi remaja yang menstruasi akan mengalami ketidakstabilan dikarenakan faktor - faktor hormon yang mempengaruhi ⁽⁵⁾.

Menurut data World Health Organization (WHO) prevalensi dismenorea pada remaja sebesar 90% yang terdiri dari 75% - 80% dismenorea primer dan 10% - 15% mengalami dismenorea sekunder ⁽³⁾, sedangkan data dari Association of Southeast Asian Nations (ASEAN) prevalensi dismenorea primer di Malaysia

(69,4%), Thailand (84,2%), dan Indonesia (65%) ⁽⁶⁾. Prevalensi dismenorea di Indonesia tahun 2018 sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder ⁽⁷⁾.

Prevalensi dismenore pada remaja putri di Sumatera Utara menurut Ingka et al, sebesar 46.9% mengalami nyeri ringan dan 19,5% mengalami nyeri hebat yang didapatkan dari 113 responden remaja putri SMA Trisakti Medan tahun 2020 ⁽⁸⁾.

Dismenore adalah nyeri menstruasi yang terjadi di perut bagian bawah dan menyebar ke punggung, pinggang, panggul, paha atas, hingga betis ⁽⁵⁾. Penyebab dismenorea dibedakan menjadi dua jenis, yaitu dismenorea primer dan sekunder. Dismenorea primer adalah nyeri ketika menstruasi yang dirasakan remaja sejak menarche tanpa kelainan ginekologi. Dismenorea primer disebabkan oleh kontraksi rahim yang dirangsang prostaglandin. Dismenorea sekunder yaitu nyeri menstruasi disertai dengan kelainan ginekologi ⁽⁹⁾. Dismenorea sekunder disebabkan oleh kelainan yang terdapat dalam uterus dan saluran reproduksi ⁽¹⁰⁾.

Dismenorea primer dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain : faktor endokrin, kelainan organik, gangguan psikis, faktor konstitusi dan faktor alergi. Faktor endokrin yaitu peningkatan prostaglandin dan pelepasan PGF2a dari endometrium saat menstruasi sehingga uterus berkontraksi secara tidak teratur serta menimbulkan nyeri ⁽⁷⁾. Dismenorea sekunder dapat disebabkan oleh beberapa faktor antara lain : infeksi, Myoma submucosa, polyp corpus uteri, endometriosis, retroflexio uteri fixate, stenosis kanalis servikalis, dan tumor ovarium ⁽¹¹⁾.

Dismenore timbul akibat peningkatan kadar prostaglandin sehingga kontraktilitas dari otot uterus mengalami iskemi akibat dari efek vasokonstriksi yang dihasilkan oleh prostaglandin ⁽¹²⁾.

Dampak dismenorea pada remaja yaitu aktivitas belajar terganggu, tidak bersemangat, konsentrasi menjadi menurun dan sulit berkonsentrasi serta dapat menyebabkan siswi tidak masuk sekolah, rasa letih, sakit di daerah bawah pinggang, perasaan cemas dan tegang, pusing kepala, bingung, mual muntah, diare, kram perut dan sakit perut serta gangguan aktivitas ⁽¹³⁾. Permasalahan yang terjadi tersebut berefek pada kualitas hidup remaja putri yang mengalami dismenore atau nyeri haid ⁽¹⁴⁾.

Upaya untuk mengurangi nyeri dismenorea dapat dilakukan dengan terapi farmakologi dan non farmakologi. Terapi farmakologi dapat dilakukan dengan cara pemberian obat anti inflamasi nonsteroid (NSAIDs) sedangkan terapi non farmakologi dengan cara akupuntur, yoga, relaksasi, serta salah satunya meminum-minuman herbal yang berkhasiat untuk mengurangi nyeri saat menstruasi seperti minum jus alpukat ⁽¹⁵⁾.

Salah satu buah yang memiliki banyak manfaat bagi kesehatan adalah buah alpukat yang dapat mengurangi nyeri pada saat menstruasi. Kandungan nutrisi yang terdapat di dalam buah alpukat antara lain air, kalori, protein, lemak, karbohidrat, kalsium, magnesium, fosfor, vitamin B1, vitamin C ⁽¹⁶⁾. Kalsium yang terdapat di dalam buah alpukat dapat memberikan efek berkurangnya nyeri dalam tubuh sedangkan magnesium berfungsi untuk meringankan dismenorea atau rasa nyeri saat haid ⁽⁷⁾.

Berdasarkan hasil penelitian Arimina Hartati Pontoh 2017 diperoleh pada remaja putri dengan dismenorea kelas XI di SMA Kartika Surabaya menunjukan bahwa setelah pemberian jus alpukat hampir setengahnya responden mengalami nyeri ringan ⁽⁹⁾.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Vonny tahun 2019 menunjukkan bahwa ada perbedaan rata-rata (mean) intensitas nyeri haid sebelum dan sesudah pemberian jus alpukat. Uji wilcoxon dengan p value = 0,001, artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian jus alpukat terhadap penurunan nyeri haid (dismenorea primer) pada remaja ⁽¹³⁾. Penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan Tompunuh,dkk (2021) yang menyimpulkan adanya pengaruh pemberian alpukat terhadap penurunan dismenore pada remaja putri ⁽¹⁷⁾.

Studi pendahuluan di Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan sebesar 73% mengalami dismenore, dimana dari 30 mahasiswi mengatakan mengalami nyeri saat menstruasi ditandai dengan sakit di perut bagian bawah dan menyebar ke punggung, pinggang, panggul, paha atas, hingga betis.

Berdasarkan data diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Efektivitas Pemberian Jus Alpukat (*Persea americana* Mill.) Terhadap Penurunan Tingkat Dismenore Primer Pada Mahasiswi Tingkat I Prodi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes RI Medan Tahun 2023”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah dijelaskan diatas maka peneliti tertarik untuk mengetahui “Apakah Pemberian Jus Alpukat (*Persea americana* Mill.) Efektif Terhadap Penurunan Tingkat Dismenore Primer Pada Mahasiswi Tingkat I Prodi Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes RI Medan Tahun 2023”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Efektifitas Pemberian Jus Alpukat (*Persea americana* Mill.) Terhadap Penurunan Tingkat Dismenore Primer Pada Mahasiswi Tingkat I Prodi Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes RI Medan Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui tingkat dismenore primer pada remaja sebelum diberikan jus alpukat (*Persea americana* Mill.) pada Mahasiswi Tingkat I Prodi Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes RI Medan Tahun 2023.
2. Mengetahui tingkat dismenore primer pada remaja sesudah diberikan jus alpukat (*Persea americana* Mill.) pada Mahasiswi Tingkat I Prodi Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes RI Medan Tahun 2023.
3. Menganalisis Pemberian Jus Alpukat (*Persea americana* Mill.) Efektif Terhadap Penurunan Tingkat Dismenore Primer Pada Mahasiswi Tingkat I Prodi Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes RI Medan Tahun 2023.

D. Manfaat

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi bagi perpustakaan di Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan dan sebagai salah satu pertimbangan dalam pengambilan keputusan penanganan masalah untuk menurunkan intensitas nyeri haid (dismenore) pada remaja putri.

2. Manfaat Praktis

Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan pengetahuan dan dijadikan upaya yang bisa dilakukan untuk menurunkan intensitas nyeri haid atau dismenore pada remaja putri.

3. Manfaat Bagi Peneliti

Peneliti mendapatkan pengalaman dalam melaksanakan penelitian terkait upaya untuk menurunkan intensitas nyeri haid atau dismenore pada remaja putri agar dapat diterapkan pada remaja putri yang mengalami dismenore.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian pengaruh jus alpukat terhadap penurunan tingkat dismenore pada remaja putri yang hampir serupa dengan penelitian ini :

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

No	Nama	Persamaan	Perbedaan	Hasil
1.	Tompunuh, dkk (2020)	Effect of Avocado Juice Administration on Dismenorrhea Reduction in Young Women in MTS Negeri 1 Bone Bolango	Metode penelitian yang digunakan adalah pre experimental design one group pretest posttest	Hasil uji statistik sampel uji t berpasangan diperoleh nilai $0,000 < 0,005$, dengan demikian H_a diterima dan H_0 ditolak artinya ada pengaruh pemberian jus alpukat terhadap penurunan Dismenorea. Kesimpulannya pemberian jus alpukat terbukti dapat menurunkan skala nyeri haid (dismenorrhea) pada remaja putri di MTS Negeri 1 Bone Bolango.
2.	Nur Sitiyaroh, S.SiT, M.Kes (2020)	Efektivitas Pemberian Jus Alpukat Terhadap Penurunan Dismenorea Pada Siswi SMA Negeri 25 Seapatan Tangerang Tahun 2020	SMA Negeri 25 Seapatan Tangerang Tahun 2020	Adanya perbedaan antara pemberian jus alpukat terhadap penurunan dismenorea Pada Siswi SMA Negeri 25 Seapatan Tangerang Tahun 2020
3.	Stella Vony (2019)	Efektivitas Pemberian Jus Alpukat Terhadap Penurunan Nyeri Haid Pada Dismenore Primer Pada Siswi SMA Spektrum Manado	Jenis penelitian yang digunakan adalah rancangan pre eksperimen (one group pre and posttest design).	Hasil uji tersebut lebih kecil dari level of significant 5% ($0,001 < 0,05$), artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian jus alpukat terhadap penurunan nyeri haid pada dismenore primer pada siswi SMA Spektrum Manado. Disarankan Pemberian minum jus alpukat lebih rutin diberikan atau dikonsumsi sehingga dapat menurunkan nyeri haid pada dismenore primer pada remaja putri.