

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Nyeri haid atau *dismenore* adalah masalah kesehatan yang umum dihadapi oleh wanita, terutama selama masa reproduksi yang dapat mempengaruhi kenyamanan dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Moradi et al., 2024). *Dismenore* dapat dideskripsikan sebagai rasa kram yang hebat di daerah uterus atau bisa dirasakan pada bagian perut bawah selama menstruasi yang timbul akibat ketidakseimbangan hormon *progesterone* (Oktaviani & Dewi, 2021). *Dismenore* terjadi pada hari pertama, kedua bahkan sampai beberapa hari selama menstruasi. Remaja putri yang mengalami *dismenore* merasakan rasa nyeri atau kram pada bagian perut bawah yang sering disertai gejala biologis lainnya termasuk kelelahan, sakit punggung, mual, pusing, berkeringat, berpengaruh terhadap emosional, bahkan sampai pingsan, dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan mengharuskan untuk beristirahat (Realita et al., 2022).

Data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020 menyatakan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami *dismenore*, 10-15% diantaranya mengalami *dismenore* berat (WHO, 2020). Tahun 2021 WHO menyatakan prevalensi *dismenore* berkisar antara 1,7% sampai 97% pada 106 studi dengan jumlah responden 125.249 wanita (WHO, 2021). Hal ini menunjukkan adanya peningkatan prevalensi dismenore antara tahun 2020 dan 2021. Di Amerika kejadian *dismenore* sekitar 60% dan di Swedia sebesar 72% (Pattiiha et al., 2021). Di Indonesia sendiri angka kejadian *dismenore* pada wanita yang berusia 14-19

tahun sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenore primer* dan 9,36% *dismenore sekunder* (Halim et al., 2023). Sedangkan dari data SDKI prevalensi kejadian *dismenore* di Deli Serdang tahun 2022 mencapai 60-70% (SDKI, 2022).

Berbagai metode telah dicoba untuk mengurangi *dismenore*, mulai dari metode farmakologi yaitu menggunakan obat analgesik yang berfungsi sebagai penghilang rasa sakit dan nonfarmakologi yang salah satunya yaitu dengan air kelapa yang dikenal sebagai minuman alami dengan kandungan elektrolit yang tinggi dan sifat anti inflamasi (Ariyanti et al., 2022).

Berdasarkan survei pendahuluan yang dilakukan peneliti di SMPN 1 Galang, didapatkan 36 dari 47 atau 76,60% siswi mengalami *dismenore*. Di tengah pencarian solusi untuk mengatasi nyeri haid, fenomena penggunaan bahan air kelapa ternyata menjadi budaya sebagian masyarakat daerah Galang. Terlebih lagi wanita sekarang menghindari banyak mengonsumsi obat-obatan kimia yang dirasa memiliki banyak efek samping. Selain tidak mengandung bahan kimia, air kelapa mudah didapatkan dan harganya pun terjangkau.

Penelitian yang dilakukan oleh Realita, et al (2022) menunjukkan ada pengaruh air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid (Realita et al., 2022). Selain itu penelitian Retno, et al (2021) dengan menggunakan dosis 250 ml air kelapa menunjukkan terdapat pengaruh yang signifikan konsumsi air kelapa muda terhadap *dismenore* pada remaja putri di Desa Srinanti (Retno et al., 2021). Sejalan juga dengan penelitian Pattiha, et al (2021) yang menggunakan dosis 250 ml dan 150 ml air kelapa diberikan dua kali sehari menunjukkan adanya pengaruh pemberian air kelapa dengan penurunan *dismenore* (Pattiha et al., 2021). Serta

penelitian Ciela (2022) dengan menggunakan dosis 250 ml untuk kelompok intervensi dan 150 ml untuk kelompok kontrol menunjukkan air kelapa muda lebih berpengaruh pada kelompok perlakuan dibandingkan dengan kelompok kontrol (Ciela, 2022).

Berdasarkan data U.S Department Of Agriculture (USDA) dalam 100 gram air kelapa mengandung air 95%, energi 19 kcal, karbohidrat 3,71 gram, serat 1,1 gram, gula 2,61 gram, protein 0,72 gram, lipid 0,2 gram, abu 0,39 gram. Terdapat juga mineral yaitu *kalsium, besi, magnesium, kalium, natrium, seng, tembaga, mangan* dan *selenium*. Vitamin berupa *vitamin c, riboflavin, niacin, thiamin, asam pantonat, vitamin B6, folat total*, dan *choline*. Asam amino berupa *tryptophan, threonine, isoleucine, leucine, histidine, lysine, tyrosine, valine, agnine, aspartic acid, glutamic acid, glycine, methionine, cystine, phenylalanine, alamine, proline* dan *serine* (U.S Department Of Agriculture, 2019).

Kandungan dalam air kelapa tersebut seperti mineral magnesium dapat membantu relaksasi otot dan mengurangi kram, sementara kalsium berperan dalam mengatur kontraksi otot. Keduanya juga memiliki sifat anti inflamasi yang dapat mengurangi produksi hormon *prostaglandin* yang mengurangi rasa nyeri dan peradangan. Vitamin C pada air kelapa juga berfungsi sebagai antioksidan yang memiliki efek mempercepat perbaikan jaringan yang rusak saat dinding *uterus endometrium* meluruh serta meningkatkan sirkulasi darah, sehingga membantu meredakan rasa tidak nyaman selama menstruasi (Retno et al., 2021).

Sebagai alternatif solusi untuk mengatasi *dismenore*, konsumsi air kelapa adalah pilihan yang tepat. Sebagai pembeda dari penelitian sebelumnya, penulis

memberikan penambahan waktu penelitian pemberian air kelapa menjadi 2 hari dan dibagi menjadi 2 kelompok dengan dosis 200 ml dan 250 ml agar didapatkan hasil yang lebih maksimal. Penulis juga memilih lokasi penelitian di SMPN 1 Galang dikarenakan penelitian menggunakan air kelapa untuk penurunan nyeri *dismenore* belum pernah dilakukan.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang diatas peneliti merumuskan masalah “Apakah terdapat pengaruh konsumsi air kelapa terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada remaja putri kelas VIII di SMPN 1 Galang?”.

C. Tujuan

C.1 Tujuan Umum

Mengetahui pengaruh konsumsi air kelapa terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada remaja putri kelas VIII di SMPN 1 Galang.

C.2 Tujuan Khusus

1. Mengidentifikasi remaja putri kelas VIII di SMPN 1 Galang yang mengalami *dismenore*.
2. Mengidentifikasi skala nyeri *dismenore* sebelum dilakukan pemberian air kelapa pada remaja putri kelas VIII di SMPN 1 Galang.
3. Mengidentifikasi skala nyeri *dismenore* sesudah dilakukan pemberian air kelapa pada remaja putri kelas VIII di SMPN 1 Galang.

4. Menganalisis pengaruh pemberian air kelapa terhadap penurunan nyeri *dismenore* pada remaja putri kelas VIII di SMPN 1 Galang.

D. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini mencakup ruang lingkup profesi kebidanan yaitu memformulasikan penyelesaian masalah kebidanan. Ruang lingkup penelitian ini adalah pelaksanaan kebidanan yang berfokus pada masalah nyeri *dismenore* pada remaja putri.

E. Manfaat Penelitian

E.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjelaskan pengaruh konsumsi air kelapa terhadap penurunan nyeri *dismenore*. Sehingga dapat dijadikan sebagai dasar dalam pengembangan ilmu kebidanan terkait dengan menurunkan tingkat nyeri *dismenore* secara non farmakologi dengan air kelapa.

E.2 Manfaat Praktisi

1. Manfaat Bagi Remaja Putri SMPN 1 Galang

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi alternatif bagi remaja putri yang mengalami nyeri *dismenore* khususnya untuk menurunkan tingkat nyeri *dismenore* dengan pengobatan secara non farmakologi.

2. Manfaat Bagi Institusi Pendidikan Poltekkes Kemenkes Medan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi tambahan bagi pendidikan dalam memberikan terapi non farmakologi melalui pemberian air kelapa untuk menurunkan tingkat nyeri *dismenore*.

3. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pemahaman tentang pengaruh terapi pemberian air kelapa terhadap penurunan nyeri *dismenore*.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian penelitian

No	Penulis (tahun)	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
1.	(Realita et al., 2022)	Pengaruh Konsumsi Air Kelapa Hijau Terhadap Penurunan Nyeri Haid	Metode penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan <i>Quasi Eksperimen</i> dengan rancangan <i>Non-randomized pretest and posttest design</i> . Penelitian ini dilakukan di Semarang	Hasil penelitian setelah diberikan terapi air kelapa hijau yang berubah menjadi tidak nyeri sebanyak 11 responden (57,9%). Sedikit nyeri sebanyak 7 responden (36,8%), dan agak mengganggu sebanyak 1 responden (5,3%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa didapatkan nilai p-value : ($p < 0,05$), yang berarti nilai p lebih kecil dari (α) 0,05, dengan demikian H_0 di tolak dan H_a diterima. Yang berarti ada pengaruh air kelapa hijau terhadap penurunan nyeri haid	Judul, lokasi, waktu, metode
2.	(Febry et al., 2023)	<i>Effect of Coconut Water</i>	Penelitian ini berupa <i>Quasi Eksperimen</i> dengan menggunakan <i>pre-test and post-test</i>	Hasil penelitian setelah dilakukan perlakuan <i>posttest</i> terjadi penurunan yaitu tidak nyeri sebanyak 4	Judul, lokasi, waktu, metode,

Lanjutan keaslian penelitian

No	Penulis (tahun)	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
		<i>a Among Students at Senior High School 104 East Jakarta</i>	<i>with control group.</i> Dengan 30 partisipan pada grup eksperimen dan 15 partisipan pada grup kontrol. air kelapa hijau diberikan satu kali dalam sehari sebanyak 250 ml, dan pengukuran untuk post-test ditunggu setelah 2 jam dikonsumsi	responden (26,7%), nyeri ringan 8 responden (53.3%), nyeri sedang 2 orang (13.3) dan nyeri berat sebanyak 1 orang (6.7%) Bawa ada pengaruh air kelapa terhadap nyeri haid dengan nilai p sebesar 0.019 ($p < 0.05$), maka Ho ditolak dan Ha diterima	frekuensi intervensi yang diberikan
3.	(Pattiha et al., 2021)	Pengaruh Air kelapa Muda Hijau Terhadap Nyeri Dismenore Pada Remaja	Penelitian ini berupa <i>Quasi Eksperimen</i> dengan rancangan <i>Non-randomized one group pretest and posttest</i> . Populasi berjumlah 74 remaja di Dusun Ampere Kec Teluti Kab Maluku Tengah Prov Maluku. Sampel 30 orang responden dengan menggunakan teknik <i>purposive sampling</i> . Air kelapa muda hijau diberikan 2 kali 1 hari selama 3 hari dengan dosis 250 ml dan 150 ml	Hasil uji statistik dengan analisis data menggunakan Shapiro-Wilk dan Wilcoxon dengan kemaknaan ($p < 0.05$) dan nilai signifikan P-value 0.000 dengan demikian Ho ditolak, yang artinya dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian air kelapa muda hijau terhadap nyeri dismenore	Judul, lokasi, waktu, metode, dosis dan frekuensi intervensi yang diberikan
4.	(Retno et al., 2021)	Upaya Menurunkan Dismenorea pada Remaja Putri dengan Konsumsi Air Kelapa Muda di Desa Srinanti Kelurahan Gunung Gajah Kabupaten Lahat	Penelitian dengan pendekatan <i>one group pretest-posttest design</i> . Teknik pengambilan sampel <i>purposive sampling</i> sebanyak 30 orang. Dosis air kelapa yang diberikan sebanyak 250 mL setiap pagi dan sore selama tiga hari.	Hasil uji menunjukkan ada penurunan dismenorea yang signifikan ($P=0,0000 < 0,05$). Artinya remaja putri merasakan ada pengaruh konsumsi air kelapa muda terhadap penurunan dismenorea, atau ada penurunan rasa nyeri menstruasi sebelum dan sesudah konsumsi air kelapa muda	Judul, lokasi, waktu, frekuensi intervensi yang diberikan

Lanjutan keaslian penelitian

No	Penulis (tahun)	Judul	Metode	Hasil	Perbedaan
5.	(Cielo, 2022)	Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Nyeri Haid (<i>Dismenore</i>) Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 9 Madiun	Penelitian ini menggunakan desain penelitian Quasy Eksperimental Design dengan rancangan <i>Pre-Test Post-Test Non Equivalent Control Group Design</i> . Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>purposive sampling</i> dengan sampel sebanyak 32 responden, dibagi menjadi 2 kelompok. Air kelapa diberikan sebanyak 250 ml untuk kelompok intervensi dan 150 ml untuk kelompok kontrol, diberikan sebanyak 1 kali sehari selama 3 hari	Hasil Uji <i>Wilcoxon</i> pada kelompok perlakuan dan kelompok kontrol diperoleh nilai $p\text{-value} = 0,000$, ada pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan nyeri haid (<i>dismenore</i>). Hasil pada Uji <i>Mann Whitney</i> nilai $p\text{-value Pre-test dan Post-test}$ Perlakuan = 0,007 dan $p\text{-value Pre-test dan Post-test}$ Kontrol = $0,000 \leq \alpha$ (0,05), ada perbedaan pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan nyeri haid (<i>dismenore</i>) di SMPN 9 Madiun. Air kelapa muda lebih berpengaruh pada kelompok perlakuan dibandingkan dengan kelompok kontrol	Judul, lokasi, waktu, dosis dan frekuensi intervensi yang diberikan