

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi adalah pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan. Menstruasi yang pertama disebut *menarche* paling sering terjadi pada usia 10 dan 16 tahun. Tergantung pada bagian faktor, termasuk kesehatan wanita, status nutrisi dan berat tubuh relatif terhadap tinggi tubuh. Menstruasi berlangsung kira-kira sekali sebulan sampai wanita mencapai usia 45-50 tahun (Kinanti, 2009). Menstruasi merupakan pertanda masa produktif pada kehidupan seorang perempuan. Siklus menstruasi berkisar antara 21-40 hari. Hanya 10-15% perempuan yang memiliki siklus 28 hari (Iluni, 2008)

Biasanya dismenore primer dimulai 24 jam sebelum haid datang dan berlangsung sampai 12 jam pertama dari masa haid. Sesudah itu rasa tidak enak tadi hilang. Barangkali 50% dari kaum perempuan pernah mengeluh karena sakit waktu haid pada masa remaja (Jones, 2009).

Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 10 sampai 19 tahun. Menurut Kementerian Kesehatan RI tahun (2010), batas usia remaja adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin. Namun jika pada usia remaja seseorang sudah menikah, maka ia tergolong dalam dewasa atau bukan lagi remaja (Admin, 2008).

Masa remaja, usia diantara masa anak-anak dan dewasa, yang secara biologis yaitu antara umur 10 sampai 19 tahun. Peristiwa yang terpenting yang terjadi pada gadis remaja ialah datang haid yang pertama kali, biasanya sekitar umur 10 sampai 16 tahun. Saat haid yang pertama ini datang dinamakan *menarche* (Jones, 2009).

Penyebab terjadinya rasa sakit belum diketahui hingga sekarang tetapi teori yang masuk ialah kekejangan pada otot rahim yang menyebabkan aliran darah tidak lancar, 50% dari kaum wanita pernah mengeluh karena sakit pada waktu haid pada masa remaja biasanya gangguan ini mencapai puncaknya pada umur 17-25 tahun dan pengobatan telah dilakukan dari dulu sampai sekarang (Jones, 2009).

Jahe (*Zingiber officinale*) merupakan jenis rimpang yang mudah ditemukan di Indonesia. Kita dapat menemukannya dalam bentuk segar maupun hasil olahannya. Jahe banyak dimanfaatkan dalam pembuatan jamu, obat-obatan, bumbu masakan, bahan baku minuman dan makanan serta industri minyak wangi karena aromanya yang spesifik dan kandungan tertentu di dalamnya yang sangat bermanfaat untuk kesehatan (Anita, 2014).

Jahe mengandung zat yang dapat menghentikan kerja prostaglandin yang menyebabkan rasa sakit dan peradangan pembuluh darah, sehingga nyeri yang dialami akibat menstruasi menjadi lebih ringan setelah minum jahe. Dijelaskan pula bahwa beberapa komponen yang terdapat dalam jahe terdiri dari glingerol, shogaol dan zingerone. Komponen-komponen ini memberi efek farmakologi dan fisiologi seperti antioksidan, antiinflamasi, analgesik,

antikarsinogenik, non-toksik, dan non-mutagenik meskipun pada konsentrasi tinggi. Artinya, jahe mengandung zat yang berkhasiat menghilangkan rasa sakit dan mual saat menstruasi (Arfiana, 2014).

Didalam pemberian wedang jahe (*Zingibers Officinale*) tidak ada dampak yang merugikan setelah diminum, namun mampu menurunkan intensitas dismenore. Penatalaksanaan pemberian wedang jahe adalah terapi non-farmakologis yang diberikan untuk menurunkan tingkat nyeri pada dismenore yang berbentuk serbuk yang berisi 250 mg serbuk jahe yang diencerkan dengan 200 ml air hangat yang diminum 3 kali sehari selama 3 hari sebelum menstruasi sampai hari pertama menstruasi.

Menurut (Ozgoli, 2009) jahe sama efektifnya dengan asam mefenamat dan ibuprofen dalam menghilangkan rasa sakit dismenore, penelitian lain lebih lanjut mengenai efek jahe yang berhubungan dengan dismenore, efikasi (efektifitas) dan keamanan berbagai dosis dan jangka waktu pengobatan jahe dijamin.

Hal ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan oleh (Tanjung, 2014) bahwa ada pengaruh yang signifikan terapi ekstrak jahe dalam menurunkan dismenore primer dengan nilai rata-rata 4,711 dengan Value=0,000. (Hillard, 2007) menjelaskan bahwa nyeri menstruasi terjadi karena pelepasan prostaglandin (PG) F₂, yang merupakan siklus Cyclooxygenase (COX) yang dapat mengakibatkan hipertonus dan vasokonstriksi pada miometrium sehingga terjadi iskemi.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka penulis merumuskan masalah dalam melaksanakan asuhan “Apakah penatalaksanaan wedang jahe (*Zingibers Officinale*) dapat menurunkan intensitas dismenore pada remaja putri”.

C. Tujuan Asuhan

Tujuan dilaksanakannya asuhan ini melaksanakan pemberian wedang jahe serbuk untuk menurunkan intensitas dismenore pada remaja putri.

D. Manfaat Asuhan

1. Manfaat Teoritis

Asuhan ini diharapkan sebagai bahan masukan dalam rangka mengembangkan Ilmu Kebidanan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Ilmu Kebidanan hasil asuhan ini diharapkan mampu menjadi salah satu contoh intervensi mandiri tenaga medis dalam penatalaksanaan menggunakan wedang jahe serbuk untuk menurunkan intensitas dismenore.

b. Bagi Profesi IBI

Hasil asuhan ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan khususnya bagi profesi kebidanan agar meningkatkan mutu kualitas pelayanan dan penatalaksanaan wedang jahe dapat menjadi alternatif sebagai upaya untuk mempercepat penurunan intensitas dismenore.

c. Bagi Pemberi Asuhan

Mendapatkan pengalaman yang berharga sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai penatalaksanaan wedang jahe terhadap intensitas dismenore pada remaja putri.

d. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan sebagai bahan informasi serta salah satu rujukan dalam pembelajaran khususnya penatalaksanaan wedang jahe serbuk terhadap intensitas dismenore pada remaja putri.

