

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Angka kejadian nyeri haid atau dismenore di dunia sangat tinggi. Menurut sebuah penelitian epidemiologi, kejadian nyeri haid di Amerika Serikat diperkirakan sekitar 45-90%. Studi longitudinal dari Swedia melaporkan dismenore pada 90% wanita yang berusia kurang dari 19 tahun dan 67% wanita yang berusia 24 tahun (Anugroho & Wulandari, 2011).

Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore sekunder (Info Sehat, 2008).

Sekitar 1 miliar manusia atau setiap 1 diantara 6 penduduk dunia adalah remaja. Sebanyak 85% diantaranya hidup di negara berkembang. Di Indonesia jumlah remaja dan kaum muda berkembang sangat cepat, antara tahun 1970 dan 2000, kelompok umur 15-24 jumlahnya meningkat dari 21 juta menjadi 43 juta atau dari 18% menjadi 21% dan total jumlah populasi penduduk Indonesia (Kusmiran, 2011).

Remaja merupakan suatu masa kehidupan individu dimana terjadi eksplorasi psikologis untuk menentukan identitas diri. Pada masa transisi dari masa anak-anak ke masa remaja, individu mulai mengembangkan ciri-ciri abstrak dan konsep diri menjadi lebih berbeda. Remaja mulai memandang diri dengan penilaian dan standar pribadi. Tetapi kurang dalam

interpersi perbandingan sosial. Remaja mempunyai sifat yang unik, salah satunya adalah sikap ingin meniru sesuatu hal yang dilihat, kepada keadaan, serta lingkungan disekitarnya. Di samping itu, remaja mempunyai kebutuhan akan kesehatan seksual, dimana pemenuhan kebutuhan kesehatan seksual tersebut sangat bervariasi (Kusmiran, 2011).

Nyeri haid yang datang pertama kali yang sebenarnya merupakan puncak dari serangkaian perubahan yang terjadi pada seorang remaja putri sedang menginjak dewasa, dan sebagai tanda sudah mampu hamil. Namun perlu diingat bahwa jiwa remaja masih belum stabil dan mampu mandiri secara ekonomi maupun sosial. Meskipun demikian, banyak wanita mengalami ketidaknyamanan fisik selama beberapa hari sebelum periode menstruasi mereka datang. Kira-kira setengah dari seluruh wanita menderita dismenore atau menstruasi yang menyakitkan. Hal ini khususnya sering terjadi di awal masa-masa dewasa. Gejala-gejala dari gangguan menstruasi dapat berupa payudara yang melunak, puting susu yang nyeri, bengkak, dan mudah tersinggung. Beberapa wanita mengalami gangguan yang cukup berat seperti kram yang di sebabkan oleh kontraksi otot-otot halus rahim, sakit kepala, sakit pada bagian tengah perut, gelisah, letih, hidung tersumbat, dan ingin menangis (Maulana, 2009).

Bagi sebagian wanita, menstruasi dapat membuat rasa cemas karena disertai rasa nyeri ketika menstruasi tiba. Kondisi ini dikenal dengan nyeri menstruasi atau dismenore, yaitu nyeri menstruasi yang memaksa wanita

untuk istirahat atau berakibat pada menurunnya kinerja dan berkurangnya aktifitas sehari-hari (bahkan, kadang bisa membuat lemas tidak berdaya) (Proverawati dkk, 2009). Untuk dapat mengatasi nyeri saat haid dapat dilakukan dengan intervensi keperawatan non farmakologis yaitu dengan pemanfaatan bahan herbal.

Air kelapa dikatakan dapat mengurangi rasa nyeri saat haid. Air kelapa mengandung elektrolit dan mineral. Cairan dan darah yang keluar dapat digantikan oleh elektrolit dan asam folat yang terkandung dalam air kelapa. Elektrolit bermanfaat untuk mencegah dehidrasi. Asam folat membantu dalam proses produksi sel darah merah. Nyeri haid diakibatkan oleh ketidakseimbangan kadar prostaglandin. Keluhan rasa nyeri saat menstruasi dapat di sebabkan karena adanya hiperkontraktilitas rahim yang disebabkan oleh prostaglandin. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam air kelapa yang merangsang produksi progesteron dalam jumlah yang stabil. Kadar progesteron yang cukup akan memperlancar proses peluruhan endometrium dan nyeri yang timbul akan segera berlalu (Meilaty, 2011).

Nilai kalori rata-rata yang terdapat pada air kelapa berkisar 17 kalori per 100 gram. Air kelapa hijau, dibandingkan dengan jenis kelapa lain banyak mengandung tanin atau antidotum (anti racun) yang paling tinggi (Meilaty, 2011).

Berdasarkan pada permasalahan-permasalahan di atas penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang “penatalaksanaan pemberian air kelapa hijau untuk mengurangi nyeri *dismenore*”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah sebagai berikut : “Apakah Asuhan Pada Remaja Dengan Penatalaksanaan Pemberian Air Kelapa Hijau B dapat Mengurangi Nyeri *Dismenore* ?”

C. Tujuan Asuhan

Untuk Mengetahui Manfaat Air Kelapa Hijau Untuk Mengurangi Nyeri *Dismenore*.

D. Manfaat Asuhan

1. Manfaat Teoritis

Menambah informasi dan wawasan bagi pengembangan ilmu kebidanan khususnya Ilmu Kesehatan Reproduksi.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Klien

Sebagai informasi dan motivasi bagi klien, bahwa perhatian pemeriksaan dan pemantauan kesehatan sangat penting khususnya asuhan kebidanan pada kesehatan reproduksi.

b. Bagi Bidan Praktik Mandiri

Sebagai masukan untuk dapat meningkatkan mutu pelayanan kebidanan terutama asuhan pada kesehatan reproduksi.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan dapat menjadi bahan referensi atau kepustakaan dan dapat dijadikan sebagai acuan untuk laporan kasus magang selanjutnya. Selain itu dalam rangka meningkatkan kualitas mutu peserta didik pada saat melakukan asuhan kebidanan di lapangan, alangkah baiknya apabila pembimbing meluangkan waktu untuk turut mendampingi mahasiswa dalam melakukan setiap asuhan yang diberikan pada klien dan memberikan informasi yang dapat dijadikan pemikiran dalam meningkatkan dan mengembangkan materi perkuliahan di masa yang akan datang khususnya penatalaksanaan pemberian air kelapa hijau untuk menurunkan nyeri disminore.

d. Bagi Profesi Ikatan Bidan Indonesia

Hasil asuhan ini diharapkan dapat menjadi bahan masukan khususnya bagi profesi kebidanan agar meningkatkan mutu kualitas pelayanan pemberian air kelapa hijau untuk menurunkan nyeri disminore.

e. Bagi Pemberi Asuhan

Mendapat pengalaman yang berharga sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan wawasan mengenai penatalaksanaan pemberian air kelapa hijau untuk mengurangi nyeri disminore.