

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Masa remaja merupakan fase peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa, yang meliputi semua perkembangan yang berkaitan dengan persiapan menuju masa dewasa, perubahan perkembangan fisik, psikis, dan psikososial. Menurut WHO (*World Health Organization*), usia remaja adalah 10-19 tahun. Pertumbuhan dan perkembangan fisiologis, perilaku psikologis dan kematangan seksual terjadi pada masa ini. Salah satu tanda pubertas pada remaja adalah menstruasi (Fitriani, 2022)

Menstruasi merupakan tanda bahwa siklus subur telah dimulai. Menstruasi dimulai ketika lapisan dinding rahim luruh dan muncul sebagai darah menstruasi. Menstruasi pada wanita adalah perdarahan rahim yang disebabkan oleh perubahan hormonal yaitu estrogen dan progesteron. Menstruasi biasanya berlangsung 3-5 hari diikuti dengan keluarnya darah yang sedikit-sedikit selama 1-2 hari (Saparwati, 2016). Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda, ada wanita yang mengalami menstruasi tanpa keluhan, namun tidak sedikit juga wanita yang mengalami menstruasi dengan keluhan sehingga mengakibatkan rasa ketidaknyamanan. Selama atau sebelum menstruasi, wanita seringkali mengalami rasa tidak nyaman di perut bagian bawah. Namun, jika rasa tidak nyaman itu mengganggu, ia harus meninggalkan pekerjaannya dan terpaksa beristirahat atau berobat. Kondisi ini disebut nyeri menstruasi (*dismenore*) (Februanti, 2017).

Nyeri menstruasi atau *dismenore* adalah kondisi yang dialami oleh hampir seluruh wanita di segala usia, namun kebanyakan wanita yang mengalaminya adalah remaja yang baru mulai menstruasi. Gejala umum saat *dismenore* adalah nyeri pada perut bagian bawah yang menyebar ke pinggang, biasanya dimulai 2-3 hari sebelum menstruasi, 1-2 hari saat menstruasi, dengan karakteristik nyeri seperti nyeri ulu hati, mual, ngilu atau tertusuk-tusuk (Gant dan Cunningham, 2016) dalam (Simanjuntak, 2021). *Dismenore* juga kadang disertai dengan mual, muntah, diare dan kram bahkan sampai pingsan, kondisi ini menyebabkan penderita mengalami keterbatasan aktivitas untuk sementara (Tobergte & Curtis, 2013)

Prevalensi nyeri pada wanita menstruasi di seluruh dunia ditemukan cukup tinggi, dengan rata-rata lebih dari 50% wanita di masing-masing negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika sekitar 60%, Swedia sekitar 72%, dan Indonesia sekitar 55% (Febriansyah, 2020). Berdasarkan data hasil penelitian, angka kejadian *dismenore* di Jawa Barat juga cukup tinggi yaitu sekitar 54,9% yang terdiri dari 24,5% mengalami *dismenore* ringan, 21,28% mengalami *dismenore* sedang, dan 9,36% mengalami *dismenore* berat (Andriyani et al., 2017). Menurut Sari, (2020) *dismenore* merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi 89,5%, diikuti oleh ketidak-teraturan menstruasi 31,2%, serta menstruasi dengan durasi lama sekitar 5,3%. Dalam studi lain ditemukan bahwa *dismenore* merupakan penyebab utama remaja tidak sekolah (Agustina, 2019).

Fakta bahwa prevalensi di Indonesia yang tinggi tidak membuat penderita dengan nyeri menstruasi pergi untuk berobat. Diperkirakan jumlah penderita yang datang berobat hanya 12%, karena wanita menganggap nyeri tersebut sebagai hal

yang wajar, namun jika tidak mendapatkan pemeriksaan lebih lanjut maka akan menyebabkan kelainan organik pada penderitanya (Wulandari, 2017) dalam (Shafieian, 2020). Nyeri menstruasi yang tidak ditangani dapat menyebabkan depresi, kemandulan, penurunan fungsi seksual, penurunan kualitas hidup akibat kurangnya aktivitas sehari-hari, hingga menyebabkan kematian.

Ada beberapa cara untuk meredakan gejala *dismenore* yaitu dengan cara pengobatan farmakologi dan non-farmakologi. Pengobatan farmakologi untuk mengurangi nyeri saat menstruasi yaitu dengan menggunakan obat analgetik golongan *Non Steroid Anti Inflamasi Drug* (NSAID), seperti *paracetamol* atau *asetamenofen*, *ibuprofen*, dan pereda nyeri lainnya. Sedangkan pengobatan non-farmakologi lebih aman digunakan karena tidak menimbulkan efek samping seperti kompres hangat atau mandi air hangat, pijat, olahraga, tidur yang cukup, hipnoterapi, distraksi seperti mendengarkan musik dan relaksasi seperti yoga dan teknik nafas dalam (Meinika, 2021).

Menurut Maharani et al., (2016), ada salah satu penatalaksanaan *dismenore* secara non-farmakologi yaitu dengan penggunaan aromaterapi. Aromaterapi dapat digunakan sebagai obat alternatif untuk mengurangi rasa nyeri. Ketika aromaterapi atau minyak esensial dihirup, sel-sel reseptor penciuman dirangsang dan impuls ditransmisikan ke pusat emosional otak, yaitu sistem limbik. Selain meningkatkan sirkulasi darah, aromaterapi dapat memberikan efek relaksasi dan menenangkan. Aromaterapi merupakan pengobatan *dismenore* yang murah dan aman untuk digunakan.

Aromaterapi merupakan terapi komplementer dalam keperawatan yang menggunakan aroma minyak esensial yang berasal dari tumbuh-tumbuhan dan dapat dikombinasikan dengan *base oil* atau minyak campuran obat yang dapat dihirup atau dioleskan pada saat pemijatan. Aromaterapi digunakan untuk mengobati masalah pernapasan, rasa nyeri, gangguan berkemih, gangguan kelamin, juga masalah mental dan emosional. Hal ini dikarenakan aromaterapi dapat memberikan sensasi yang menenangkan pikiran dan otak serta stres yang dirasakan (Siti Safaah, et al., 2019).

Penelitian ini menggunakan teknik non farmakologi berupa aromaterapi *peppermint* untuk mengurangi nyeri saat menstruasi. *Peppermint* memiliki manfaat sebagai analgetik, antibakteri, antikarsinogen, anti-inflamasi, antiparasit, antikonvulsan, antitumor, dan antivirus (Ali, et al., 2015) dalam (Masan, 2022). Menurut Rizk, (2013), *peppermint* memiliki efek analgetik (peredam nyeri) yang kuat, yang sebagian dimediasi oleh aktivitas reseptor kappa-opioid, yang membantu memblokir transmisi sinyal nyeri. Aroma yang dihirup memiliki efek paling cepat, yaitu sel-sel dirangsang dan impuls ditransmisikan ke pusat emosional otak yang menyebabkan rasa nyeri berkurang. Berdasarkan penelitian, aromaterapi *peppermint* efektif untuk mengurangi intensitas nyeri, mempersingkat durasi nyeri, mengurangi stres dan membuat lebih rileks dan tenang (Nurcahyati, 2019).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti pada tanggal 14 Februari 2023 terdapat 155 siswi yang sering mengalami *dismenore* saat menstruasi dan didapatkan data bahwa belum pernah ada yang melakukan penanganan dengan menggunakan aromaterapi. Sehubungan dengan kejadian

tersebut, maka peneliti tertarik untuk mengambil judul penelitian “Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran” untuk mengetahui apakah skala nyeri pada siswi yang mengalami *dismenore* dapat ditangani dengan pemberian aromaterapi *peppermint* yang diberikan secara inhalasi atau dihirup.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan identifikasi masalah di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini “Apakah Ada Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui skala nyeri *dismenore* sebelum pemberian aromaterapi *peppermint* pada siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran.
- b. Mengetahui skala nyeri *dismenore* setelah pemberian aromaterapi *peppermint* pada siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran.

- c. Mengetahui apakah ada pengaruh pemberian aromaterapi *peppermint* terhadap penurunan skala nyeri *dismenore* pada siswi SMP Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya dan wawasan tentang "Pengaruh Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* Pada Siswi Smp Negeri 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran"

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Institusi Kesehatan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan bagi institusi kesehatan dalam upaya menyebarkan informasi tentang Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMPN 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran.

- b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan referensi tentang Pemberian Aromaterapi *Peppermint* Terhadap Penurunan Skala Nyeri *Dismenore* Pada Siswi SMPN 1 Cijulang Kabupaten Pangandaran.

- c. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai referensi untuk mengembangkan penelitian selanjutnya tentang Pemberian Aromaterapi

Peppermint Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenore Pada Siswi SMPN

1 Cijulang Kabupaten Pangandaran.

1.5 Keaslian Penelitian

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Penulis; Judul; Tahun	Metode (Desain, Sampel, Instrumen, Analisis)	Hasil Penelitian	Perbedaan
1.	<p>Penulis : (Kartikasari et al.,)</p> <p>Judul : <i>Effect Of Peppermint Aromatherapy On Menstruation Scale Of Pain In Fakultas Kedokteran Hang Tuah Surabaya Students (Msg)</i></p> <p>Tahun : 2020</p>	<p>Desain : Rancangan eksperimental <i>pretest-posttest control design group</i></p> <p>Sampel : Kelompok eksperimen berjumlah 21 orang, rata rata usia 20 tahun dan kelompok kontrol berjumlah 21 orang dengan usia rata-rata 21 tahun</p> <p>Instrumen : Menggunakan skala VAS (<i>Visual Analogue Scale</i>) untuk mengukur tingkat nyeri dan skala VMS (<i>Verbal Multidimensional Scoring System</i>) untuk mengukur keparahan dari kualitas nyeri</p> <p>Analisis : Data diolah menggunakan SPSS, uji <i>t-test</i></p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa pemberian aromaterapi <i>peppermint</i> dengan cara kompres hangat memiliki pengaruh yang bermakna terhadap penurunan skala nyeri mahasiswi dengan menggunakan skala VAS (<i>Visual Analogue Score</i>) dan VMS (<i>Visual Multidimensional Scoring System</i>). Efek aromaterapi <i>peppermint</i> dengan metode kompres hangat mampu meringankan gejala nyeri <i>dismenore</i>.</p>	<p>Judul penelitian, subjek penelitian, waktu penelitian, desain penelitian, populasi, sampel, instrumen, dan cara pemberian intervensi</p>

		digunakan untuk membandingkan rerata data kuantitatif. Uji <i>wilcoxon</i> untuk membandingkan tingkat keparahan nyeri setiap kelompok, uji <i>mann-whitney u</i> juga digunakan dengan parameter yang sama.		
2.	<p>Penulis : (Suryaningsih et al.,)</p> <p>Judul : <i>The Effect Of Peppermint Aromatherape On Decreasing The Dismenore Discharge Scale In SMPN 4 Satu Atap Geger</i></p> <p>Tahun : 2020</p>	<p>Desain : <i>Quasy-experiment</i></p> <p>Sampel : Pada penelitian ini sampel yang diperoleh sebanyak 18 sampel dengan teknik <i>puposive sampling</i></p> <p>Instrumen : Penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengumpulkan data</p> <p>Analisis : Data di analisis menggunakan uji statistik, <i>normalitas, paired T test</i> dan <i>independent test</i></p>	Hasil penelitian menunjukkan adanya perbedaan skala nyeri <i>dismenore</i> antara sebelum dan sesudah diberikan aromaterapi <i>peppermint</i> di SMP 4 Satu Atap Geger	Judul penelitian, waktu penelitian, desain penelitian, populasi, jumlah sampel, dan instrumen penelitian
3.	<p>Penulis : (Vera Bulu Masan)</p> <p>Judul : Efektifitas Pemberian</p>	Desain : <i>Quasy experiment</i> dengan rancangan <i>nonequivalent control group design</i>	Hasil penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi <i>peppermint</i> efektif untuk menurunkan	Judul penelitian, subjek penelitian, waktu penelitian,

	<p>Aromaterapi <i>Peppermint</i> Terhadap Penurunan Nyeri <i>Dismenore</i> Pada Remaja Putri Di Asrama Putri SMA Regina Pacis Surakarta</p> <p>Tahun : 2022</p>	<p>Sampel : Responden berjumlah 34 orang yang dibagi menjadi dua kelompok perlakuan yaitu 17 responden kelompok eksperimen dan 17 responden kelompok kontrol</p> <p>Instrumen : Menggunakan skala nyeri NRS (<i>Numeric Rating Scale</i>)</p> <p>Analisis : Analisis data menggunakan uji <i>wilcoxon</i></p>	<p>nyeri <i>dismenore</i> pada remaja putri</p>	<p>desain penelitian, populasi dan sampel</p>
4.	<p>Penulis : (Fitria et al.,)</p> <p>Judul : Efektivitas Aromaterapi <i>Lavender</i> dan <i>Peppermint</i> Terhadap Skala Nyeri Haid Pada Remaja Putri</p> <p>Tahun : 2021</p>	<p>Desain : Desain penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah <i>quasi eksperimental with control group design</i>.</p> <p>Sampel : Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan <i>consecutive sampling</i> sebanyak 14 responden. 7 responden kelompok aromaterapi <i>lavender</i> dan 7 responden kelompok</p>	<p>Hasil penelitian menunjukkan bahwa aromaterapi <i>lavender</i> dan <i>peppermint</i> efektif dalam menurunkan skala nyeri haid, tetapi tidak ada perbedaan yang signifikan pada penurunan skala nyeri pada kelompok terapi <i>lavender</i> maupun <i>peppermint</i></p>	<p>Judul penelitian, subjek penelitian, waktu penelitian, desain penelitian, populasi dan sampel penelitian.</p>

		<p>aromaterapi <i>peppermint</i>.</p> <p>Instrumen : Instrumen yang digunakan adalah <i>Numeric Rating Scale (NRS)</i></p> <p>Analisis : Data di olah dengan uji <i>wilcoxon</i> dan uji <i>mann-whitney</i>.</p>		
--	--	---	--	--