

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan kesehatan reproduksi perempuan, di mana terjadi perubahan psikologis sekaligus transformasi fisik yang sangat nyata, kemajuan kognitif dan emosional, serta kematangan sistem reproduksi dan seksual (Rohani et al.,2025). Pada dasarnya, sebagian besar remaja mendapatkan sebuah permasalahan ketika menstruasi datang, yaitu nyeri menstruasi atau dismenore. Didefinisikan sebagai sensasi nyeri atau kram pada perut bagian bawah, disertai gejala lain seperti pusing, kelelahan, serta gangguan tidur, yang terjadi tepat sebelum atau selama menstruasi (Saragih., 2024).

Secara fisik, dismenore sering disertai keluhan berupa mual, nyeri pinggang, sakit kepala, serta lemas. Secara psikologis, kondisi ini dapat menimbulkan perubahan suasana hati, kecemasan, penurunan motivasi, gangguan konsentrasi, serta perasaan tidak nyaman, yang berdampak pada penurunan konsentrasi belajar, dan keterbatasan mobilisasi. Dampak tersebut secara keseluruhan dapat menurunkan kualitas hidup pada remaja putri (Nurdahlia & Fitriani, 2021).

Remaja putri diharapkan mampu menjalankan aktivitas belajar dan rutinitas harian secara optimal sebagai bagian dari proses perkembangan diri dan pencapaian prestasi akademik. Kemampuan tersebut penting untuk mendukung keberhasilan proses pembelajaran, pembentukan kedisiplinan, serta

pengembangan potensi diri secara menyeluruh. Namun, dalam praktiknya, berbagai keluhan yang muncul selama menstruasi salah satunya dismenore, seringkali menjadi hambatan yang dapat mengganggu konsentrasi, menurunkan produktivitas, serta membatasi keterlibatan remaja putri dalam aktivitas akademik ataupun kegiatan sehari-hari. (Khoilil Abidda, 2025).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2020, jumlah kejadian dismenore 90% wanita yang mengalami dismenore. Menurut Agustin pada tahun 2020 dalam Khoilil Abidda tahun 2025, angka kejadian dismenore yang terjadi di beberapa negara lumayan besar seperti yang terjadi di Amerika Serikat, prevalensi nyeri haid diperkirakan 45-90%. Insiden nyeri haid pada remaja dilaporkan sekitar 92%. Swedia melaporkan nyeri haid pada 90% perempuan yang berusia kurang dari 19 tahun dan 67% perempuan yang berusia 24 tahun (Khoilil Abidda, 2025). Sedangkan prevalensi dismenore di Indonesia adalah 64,25%, di mana 54, 89% mengalami dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Gati, 2023). Prevalensi dismenore di Jawa Barat cukup tinggi, yaitu sebanyak 54,9% wanita mengalami dismenore dengan 24,5% mengalami dismenore ringan, 21,28% mengalami dismenore sedang dan 9,36% mengalami dismenore berat (Anggari et al., 2024).

Dismenore dapat mengganggu aktivitas pembelajaran serta rutinitas sehari-hari remaja putri. Saat mengalaminya remaja putri sering kesulitan berkonsentrasi akibat ketidaknyamanan fisik yang dirasakan. Dismenore juga memengaruhi aspek psikologis, seperti munculnya konflik emosional, ketegangan, dan kegelisahan, yang pada akhirnya menimbulkan perasaan tidak

nyaman (Kusuma et al.,2023).Sebanyak 7 dari 10 remaja putri yang mengalami dismenore melaporkan gangguan konsentrasi selama proses pembelajaran. Dampak lainnya mencakup terganggunya rasa nyaman, penurunan aktivitas, gangguan pola tidur, hilangnya selera makan, serta kesulitan fokus pada pekerjaan dan belajar (Anggari et al., 2024).

Dismenore merupakan masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami oleh remaja putri. Meskipun umum terjadi, pemahaman tentang kondisi ini masih terbatas, termasuk cara mengurangi intensitas nyeri. Dismenore terbagi menjadi dua jenis yaitu primer dan sekunder. Dismenore primer adalah nyeri menstruasi tanpa penyebab patologis jelas, muncul sejak menstruasi pertama akibat faktor intrinsik uterus dan ketidakseimbangan hormon steroid ovarium terutama produksi prostaglandin berlebih pada fase sekresi yang memicu kontraksi otot polos endometrium. Dismenore sekunder disebabkan oleh kelainan ginekologi seperti endometriosis atau fibroid uterus (Kuminah et al., 2023).

Penatalaksanaan dismenore atau nyeri haid mencakup obat pereda nyeri (jika diperlukan), konsumsi air putih yang cukup, kompres hangat pada area nyeri, olahraga ringan, serta asupan sayur dan buah yang memadai. Tren "*Back to Nature*" di masyarakat Indonesia semakin populer untuk mengurangi nyeri dismenore melalui pemanfaatan tumbuhan obat, termasuk dalam sediaan ekstrak jahe merah yang terbukti efektif pada remaja putri (Almufaridin,2025). Jahe merah merupakan tanaman obat yang kaya akan senyawa bioaktif gingerol dan shogaol yang berfungsi memblokir sintesis prostaglandin

penyebab utama kontraksi uterus berlebih pada dismenore (Anggari et al., 2024).

Berdasarkan penelitian Nurdahlia & Fitriani (2021) di Poltekkes Kemenkes Aceh, ekstrak jahe merah (*Zingiber officinale var. rubrum*) dalam bentuk seduhan atau serbuk terbukti efektif menurunkan intensitas nyeri dismenore primer secara signifikan pada remaja putri. Dengan demikian sediaan jahe merah (*Zingiber officinale var. rubrum*) bisa dalam sediaan seduhan, rebusan jahe merah dan dalam bentuk ekstrak yang dikemas kedalam suatu sediaan celupan jahe merah. Keunggulannya mencakup kemudahan praktis, biaya terjangkau, kepatuhan pasien tinggi, serta efek samping minimal, serta efek *onset* cepat (penurunan nyeri terasa dalam 30-60 menit) dengan durasi tahan hingga 6 jam, menjadikannya solusi herbal untuk manajemen dismenore primer (Karomah & Yuliani, 2022).

Di antara berbagai metode tersebut, pemberian air celupan jahe merah yang dikonsumsi secara langsung dipandang memiliki potensi keunggulan secara farmakokinetik, karena memungkinkan penyerapan cepat senyawa bioaktif gingerol, shogaol, dan zingeron langsung melalui mukosa gastrointestinal ke dalam sirkulasi sistemik. Sehingga mencapai konsentrasi terapeutik optimal di jaringan uterus untuk menekan sintesis prostaglandin  $F2\alpha$  secara efektif (Nurlaily, A., & Sari, R.2024).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan pada salah satu MTsN di Kabupaten Tasikmalaya yaitu MTsN 9 Tasikmalaya terhadap 106 orang siswi, remaja putri yang mengalami dismenore sebanyak 91,3% dengan sebaran 32,9% nyeri

ringan, 51,8% nyeri sedang, dan 15,3% nyeri berat. Selain itu pada tanggal 7 Januari 2026 peneliti melakukan wawancara terhadap 18 orang siswi yang bersedia diwawancarai mengenai cara mengatasi dismenore selama menstruasi. Saat mengalami dismenore penanganan yang dilakukan ketika nyeri dengan minum obat anti nyeri seperti paracetamol, dikarenakan dengan mengkonsumsi obat anti nyeri efektif meredakan nyeri dengan cepat di bandingkan penanganan yang lain seperti kompres hangat.

Sejalan dengan itu, terjadi peningkatan kasus dismenore sebesar 32,6% pada remaja putri di MTsN 9 Tasikmalaya pada tahun 2025 dibandingkan tahun 2024. Berdasarkan data kunjungan Unit Kesehatan Sekolah (UKS) di MTsN 9 Tasikmalaya pada tahun 2025, tercatat sebanyak 57 siswi melakukan kunjungan dengan keluhan dismenore. Jumlah kunjungan tersebut terjadi secara berkelanjutan sepanjang tahun, dengan peningkatan yang cukup signifikan pada bulan Agustus dengan jumlah 16 orang dan November 13 orang. Kondisi ini menunjukkan bahwa dismenore masih menjadi masalah kesehatan yang cukup dominan dan berpotensi mengganggu konsentrasi serta aktivitas belajar siswi di Sekolah.

Berdasarkan uraian tersebut di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Efektivitas Pemberian Air Celupan Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Dismenore Primer pada Remaja Putri di MTsN 9 Tasikmalaya”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah di jelaskan maka penulis tertarik untuk mengkaji permasalahan ini dalam bentuk penelitian mengenai “Apakah Terdapat Efektivitas Pemberian Air Celupan Jahe Merah Terhadap Intensitas Dismenore Primer pada Remaja Putri di MTsN 9 Tasikmalaya?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Efektivitas Pemberian Air Celupan Jahe Merah Terhadap Intensitas Dismenore Primer pada Remaja Putri di MTsN 9 Tasikmalaya

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi rata-rata skor nyeri dismenore sebelum pemberian air celupan jahe merah pada remaja putri.
- b. Mengidentifikasi rata-rata skor nyeri dismenore sesudah pemberian air celupan jahe merah pada remaja putri.
- c. Menganalisis efektivitas pemberian air celupan jahe merah terhadap intensitas dismenore primer berdasarkan uji perbedaan rata-rata skor dismenore sebelum dan sesudah pemberian air celupan jahe merah pada remaja putri.

## **D. Ruang Lingkup**

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti membatasi ruang lingkup penelitian sesuai judul mengenai Efektivitas Pemberian Air Celupan Jahe Merah terhadap Dismenore Primer pada Remaja Putri di MTsN 9 Tasikmalaya. Penelitian ini mempertimbangkan aspek etika melalui *informed consent* terhadap siswi yang akan di berikan intervensi serta menjaga kerahasiaan identitas dengan prinsip *beneficence dan non-maleficence*. Aspek komunikasi diterapkan dengan menjelaskan mengenai petunjuk seduhan dengan sederhana, serta sistematis. Pengembangan profesional dicapai melalui *implementasi evidence based midwifery practice* Keterampilan klinis diukur dengan *numeric rating scale pretest-posttest* dan standar operasional prosedur

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Aspek Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sumber bukti ilmiah tentang cara mengurangi rasa nyeri dismenore dengan mengkonsumsi air celupan jahe merah khususnya pada remaja putri.

### **2. Aspek Praktis**

#### **a. Bagi peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai pengalaman dalam menemukan *evidence based* pengaruh air celupan jahe merah terhadap intensitas dismenore primer serta sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan di institusi pendidikan sehingga menjadi informasi yang bermanfaat dan dijadikan sumber pembelajaran khususnya bagi mahasiswa kebidanan dalam ruang lingkup kesehatan reproduksi.

c. Bagi profesi

Penelitian ini diharapkan dapat membantu profesi bidan dalam penatalaksanaan nyeri non-farmakologi pada pasien yang mengalami dismenore.

d. Bagi klien

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan alternatif pilihan untuk mengurangi dismenore, sehingga remaja putri dapat melakukan aktifitas sehari-hari dengan baik.

#### F. Keaslian Penelitian

Penelitian yang berhubungan dengan Efektivitas Pemberian Air Celupan Jahe Merah Terhadap Dismenore Primer pada Remaja Putri di MTsN 9 Tasikmalaya yang telah dilakukan sebelumnya oleh:

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian

No	Judul Penelitian, Penulis, Tahun	Metode	Hasil	Persamaan Perbedaan
1.	Efektivitas Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Intensitas Dismenore Pada Remaja	<i>Quasi eksperimental</i> dengan desain penelitian <i>one</i>	Hasil penelitian menunjukkan penurunan intensitas nyeri dismenore pada	Pada penelitian ini menggunakan air rebusan jahe merah sebagai terapi nonfarmakologi

Putri Di SMKS 1 Taman Siswa Pematang Siantar	<i>group pretest-posttest</i>	kedua kelompok, dengan penurunan lebih besar pada kelompok perlakuan (2,90 menjadi 1,80) dibandingkan kelompok kontrol (2,90 menjadi 2,12). Dengan demikian, rebusan air jahe merah efektif menurunkan intensitas nyeri dismenore.	untuk penurunan intensitas dismenore pada remaja putri. Sedangkan penelitian yang dilakukan peneliti mengenai pemberian air celupan jahe merah terhadap intensitas dismenore primer pada remaja putri.
(Pasaribu et al., 2025)			
2. Efektivitas Pemberian Jahe Merah ( <i>Zingiber Officinale Var Rubrum Rhizoma</i> ) Dan Teh Rosella ( <i>Hibiscus Sabdariffa</i> ) Terhadap Kegawatan Dismenore	<i>Quasy Experimen dengan pendekatan nonrandomized pretest-posttes.</i>	Dari hasil penelitian yang dilakukan didapatkan bahwasannya pemberian jahe merah memberikan efektivitas signifikan skala nyeri pada kelompok	Pada penelitian ini meneliti terkait pemberian jahe merah dan teh rosella terhadap kegawatan Dismenore. Sedangkan objek penelitian yang peneliti lakukan secara spesifik pada dismenore
(Agustina et al.,2025)			

		intervensi primer. Metode dengan p value : yang digunakan 0,001 (<0,05).		<i>Quasy Pre Experiment</i> dengan desain penelitian <i>one group Pretest-Posttest.</i>
3.	Efektivitas Pemberian Jus Wortel dan Jahe Merah Terkait Dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri  (Nurdahliana & Fitriani, 2021)	True Experimental dengan desain pretest-postest with control group.	Dari hasil penelitian yang dilakukan pada kelompok intervensi jus wortel menunjukkan rata rata penurunan intensitas dismenore primer dari 4.10 dan setelah diberikan jus wortel tersebut menurun menjadi 2.30. Sedangkan pada kelompok intervensi pemberian jus jahe merah	Pada penelitian ini meneliti terkait dengan pemberian jus wortel dan jahe merah terhadap dismenore primer pada remaja putri, sedangkan penelitian yang peneliti lakukan mengenai pemberian air celupan jahe merah terhadap dismenore primer pada remaja putri. . Metode yang digunakan <i>Quasy Pre Experiment</i> dengan desain penelitian <i>one group Pretest-Posttest.</i>

---

terhadap  
 intensitas  
 dismenore  
 primer dari 2.29  
 menjadi 1.70.  
 Dalam  
 penelitian ini Jus  
 jahe merah  
 mempunyai  
 efektifitas yang  
 lebih baik dalam  
 menurunkan  
 nyeri haid  
 (dismenore  
 primer)  
 dibandingkan  
 jus wortel.

---

4.	Efektivitas Pemberian Quasi Jahe Merah dan Teh Hijau Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Kota Bengkulu  (Sari,R.,2021)	eksperiment dengan rancangan penelitian two group pretest- posttest desain	Dari hasil Pada penelitian ini penelitian yang meneliti terkait dilakukan dengan efektivitas berdasarkan Pemberian Jahe nilai rata-rata Merah dan Teh dan standar Hijau Terhadap deviasi Penurunan Nyeri kelompok jahe Dismenore Primer merah lebih Pada Remaja Putri tinggi Di Kota Bengkulu. dibandingkan Sedangkan dengan penelitian yang kelompok teh peneliti lakukan hijau, dengan mengenai
----	---	---	--

---

				selisih rata-rata pemberian air (0,06) hal ini celupan jahe merah berarti jahe terhadap intensitas merah lebih dismenore primer berpengaruh pada remaja putri. dibandingkan Metode yang dengan teh hijau digunakan <i>Quasy</i> terhadap <i>Pre Experiment</i> penurunan nyeri dengan desain dismenore pada penelitian <i>one</i> remaja putri. <i>group Pretest-Posttest</i> .
5.	Pengaruh Pemberian <i>Quasi pra-</i> Seduhan Jahe Merah <i>eksperimental</i> Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di SMPN SATAP 1 Pagar Dewa Kabupaten Lampung Barat. (Rohani et al., 2025.)	dengan desain penelitian <i>one group pretest-posttest</i>	Dari hasil penelitian yang dilakukan bahwa terdapat pengaruh pemberian seduhan jahe merah terhadap nyeri haid yaitu diketahui rata-rata nyeri haid pada remaja sebelum diberikan jahe merah adalah 4,60 (nyeri sedang) dan sesudah diberikan jahe	Persamaan kedua penelitian terletak pada penggunaan jahe merah sebagai intervensi untuk menurunkan nyeri haid serta desain <i>one group pretest-posttest</i> . Perbedaannya, penelitian sebelumnya menggunakan seduhan jahe merah dengan metode <i>pra-</i> eksperimen, sedangkan penelitian ini

---

merah adalah menggunakan air  
2,85 (nyeri celupan jahe merah  
ringan). dengan metode  
quasi pre  
eksperimen,  
menekankan  
kepraktisan

---