

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa perubahan dari anak-anak ke masa dewasa. Remaja akan mengalami perubahan fisik dan emosional. Pada perempuan, pubertas ditandai dengan terjadinya menstruasi. Pada saat menstruasi sering terjadi keluhan, khususnya pada perempuan usia produktif (Huzaimah, 2015). Menurut Purwati & Sarwinanti (2015), menstruasi merupakan peristiwa pengeluaran darah dari uterus atau meluruhnya dinding endometrium secara periodik karena tidak dibuahi. Menstruasi merupakan hal yang alami sehingga dapat dipastikan semua wanita yang normal akan mengalami menstruasi. Banyak wanita yang mengeluhkan masalah menstruasi, seperti nyeri saat sebelum dan selama menstruasi. Keluhan menstruasi yang sering dialami perempuan adalah nyeri haid.

Nyeri haid merupakan nyeri sebelum atau selama menstruasi. Produksi prostaglandin yang tidak seimbang pada saat menstruasi menyebabkan kontraksi uterus dan menyebabkan timbulnya nyeri. Nyeri menstruasi terjadi di perut bawah, biasanya dirasakan ketika mulai perdarahan (Reeder, Martin, & Koniak-griffin, 2012). Menurut Bonde & Moningka (2014), nyeri haid merupakan keluhan menstruasi dengan prevalensi 89% dan diikuti dengan ketidakteraturan menstruasi 31%. Gangguan menstruasi ini memerlukan penanganan yang seksama karena bila tidak tertangani dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari. Dampak dari nyeri haid dapat mengakibatkan tergangguya konsentrasi, mempengaruhi setengah dari semua remaja wanita saat ini dan mewakili yang terdepan penyebab absennya perguruan tinggi / sekolah. Remaja dengan nyeri haid juga mengalami penurunan prestasi belajar dari pada remaja yang tidak mengalami nyeri haid (Singh et al., 2008).

Menurut Siahaan, Ermiami, & Maryati (2012) timbulnya nyeri dipengaruhi oleh faktor psikologi, menarche, faktor endokrin, faktor hormon dan riwayat keluarga, kemudian faktor yang dapat mengurangi nyeri adalah dengan olahraga yang teratur, istirahat yang cukup, distraksi relaksasi, mendapat support keluarga, konsumsi makanan bergizi, konsumsi pereda nyeri secara farmakologi atau nonfarmakologi dan tidak ansietas. Menurut Bonde & Moningga (2014), cara yang dapat dilakukan untuk menurunkan nyeri haid secara farmakologis misalnya dengan pemberian obat-obatan golongan analgetik seperti asam mefenamat, antalgin, feminax atau secara non farmakologis yaitu salah satunya dengan pemberian air kelapa muda.

Air kelapa muda merupakan minuman yang paling sehat, kaya nutrisi, mengandung glukosa, vitamin, hormon, dan mineral, serta alami tanpa bahan pengawet, air kelapa muda mudah diserap oleh tubuh karena kandungan cairan yang isotonis dengan tubuh manusia, tak heran jika air kelapa dimanfaatkan sebagai obat tradisional, salah satunya dimanfaatkan untuk mengatasi nyeri haid. Kandungan air kelapa juga terdapat berbagai vitamin yang berfungsi untuk analgetik. Sehingga air kelapa mengandung unsur yang cukup lengkap (Huzaimah, 2015). Menurut (Sunnara & Isyandiary, 2011), kelapa (*Cococs nucifera L*) dikenal memiliki dua varietas utama, yaitu varietas dalam (*tall variety*) dan varietas genjah (*dwarf variety*). Persilangan pada varietas dalam terjadi beberapa perkembangan, yaitu pada tinggi batang dan warna, bentuk serta ukuran. Varietas dalam antara lain tenga, palu, bali, mapanget, sawarna, takome dan varietas genjah antara lain genjah hijau atau kelapa puyuh, genjah kuning atau kelapa gading dan genjah salak (eburnea).

Varietas kelapa muda yang digunakan adalah jenis kelapa genjah varietas eburnea. Kelapa genjah ukuran buahnya kecil dan warna kulit buahnya hijau (Sunnara & Isyandiary, 2011). Menurut Tulalo & Novarianto, (2014), bahwa kelapa telah teridentifikasi sesuai untuk minuman ringan/segar (kelapa muda) terutama kelapa Genjah varietas eburnea (cepat berbuah dan produksi buah

banyak). Kelapa Genjah pada umumnya berbuah pada umur 3-4 tahun setelah tanam dengan produksi buah yang beragam.

Air kelapa muda dapat diberikan pada saat haid hari pertama diminum 2 kali sehari 1 gelas (200cc), pagi dan sore, selama 3 hari berturut-turut. Menurut Huzaimah, (2015), bahwa air kelapa muda mengandung elektrolit, mineral, asam folat dan vitamin. Darah yang keluar dapat digantikan oleh asam folat. Asam folat membantu dalam proses pembentukan sel darah merah. Keluhan nyeri haid disebabkan karena adanya hiperkontraksi uterus dan ketidakseimbangan hormon progesteron dan prostaglandin. Vitamin dan mineral yang terkandung dalam air kelapa merangsang produksi progesteron dan prostaglandin dalam jumlah yang stabil. Kadar hormon yang cukup akan merangsang dan mempercepat proses peluruhan endometrium dan nyeri yang timbul akan segera berkurang. Rasa nyeri akan berkurang setelah keluar darah yang cukup banyak atau lancar.

Air merupakan salah satu komponen penting bagi tubuh karena fungsi sel tergantung pada lingkungan cair. Air menyusun 60-70 % dari seluruh tubuh. Terapi minum air kelapa muda bertujuan untuk menggantikan cairan yang hilang dan menurunkan nyeri haid. Penggunaan herbal therapy seperti air kelapa muda ini sangat efektif dalam membantu untuk meredakan nyeri yang timbul pada saat menstruasi. Penggunaan herbal therapy ini diharapkan pengeluaran darah haid akan lancar dan nyeri yang dirasakan akan segera berkurang (ningsih, 2011).

Dari hasil studi pendahuluan yang sudah dilakukan peneliti pada bulan juni 2017 jumlah remaja di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang berjumlah 200 remaja, peneliti melakukan observasi pada 5 remaja, hasil dari observasi tersebut menunjukkan bahwa sekitar 3 remaja yang mengalami nyeri haid pada saat menstruasi hari pertama dan 2 tidak mengalami nyeri haid. Pada 3 remaja yang mengalami nyeri haid pada saat menstruasi mengalami gangguan pada aktivitasnya, mereka tidak dapat berkonsentrasi dengan baik pada saat mengikuti pelajaran dikelas serta merasa lemah dan malas. Berdasarkan uraian latar belakang diatas maka peneliti tertarik ingin

mengetahui bagaimana dengan pemberian air kelapa muda apakah ada pengaruh terhadap penurunan nyeri haid pada remaja yang dilakukan di Rusunawa Putri Universitas Muhammadiyah Semarang. Dengan judul “Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Nyeri Haid remaja di Rusunawa Putri Universitas Muhammadiyah Semarang”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan masalah tersebut maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimanakah Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Nyeri Haid Remaja di Rusunawa Putri Universitas Muhammadiyah Semarang?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Nyeri Haid Remaja di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi tingkat nyeri haid sebelum diberikan air kelapa muda pada remaja di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang.
- b. Mengidentifikasi tingkat nyeri haid setelah diberikan air kelapa muda pada remaja di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang.
- c. Menganalisis perbedaan nyeri haid sebelum dan sesudah pemberian air kelapa muda pada remaja di Rusunawa Universitas Muhammadiyah Semarang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan memberi manfaat:

1. Bagi Pelayanan Kesehatan

Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan masukan dalam penatalaksanaan keperawatan penurunan nyeri haid pada remaja putri dengan pemberian air kelapa muda.

2. Manfaat Bagi Instansi Pendidikan

Sebagai informasi dan tambahan referensi kepustakaan tentang penanganan nyeri haid dengan pemberian air kelapa muda sehingga meningkatkan keterampilan terutama dibidang kesehatan.

3. Manfaat Bagi Remaja

Sebagai bahan masukan dalam meningkatkan pengetahuan tentang air kelapa muda untuk penurunan nyeri haid.

4. Manfaat Bagi Peneliti

Dengan diadakan penelitian ini pemberian air kelapa muda dapat diaplikasikan pada remaja putri yang mengalami nyeri haid, karena air kelapa muda memiliki manfaat untuk mengurangi nyeri haid tanpa menggunakan obat. Hasil penelitian ini dapat menambah ilmu dan pengetahuan bagi peneliti, sehingga mampu mengetahui “adakah pengaruh pemberian air kelapa muda terhadap penurunan nyeri haid remaja di rusunawa putri universitas muhammadiyah semarang”.

E. Bidang Ilmu

Penelitian ini termasuk dalam bidang ilmu keperawatan maternitas

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Nama Peneliti	Judul Penelitian	Metode Penelitian	Variabel	Hasil Penelitian
1	Ida Untari (2010)	Air kelapa muda sebagai obat tradisional dan alamiah	Cross sectional	Independen air kelapa muda dalam dependen obat tradisional dan alamiah	air kelapa tidak menyembuhkan penyakit, tetapi air kelapa dapat membantu pasien sembuh lebih cepat

2	Dewi Hartinah (2016)	Pengaruh pemberian minuman kunir asam pada dismenore di Desa Mijen Kecamatan Kaliwungu Kabupaten Kudus	Quasy eksperimen dengan control group pre test – post test.	Independen minuman kunir asam dalam dependen dismenore	Mengonsumsi rebusan kunir asam dapat menurunkan intensitas nyeri dismenore.
3	Fitria M.P. Bonde (2013)	Pengaruh kompres panas terhadap penurunan derajat nyeri haid pada siswi SMA dan SMK Yadika Kopandakan II	Eksperimental dengan desain penelitian One group pra & post test design	Independen kompres panas dalam dependen derajat nyeri haid	Kompres hangat berpengaruh terhadap penurunan derajat nyeri haid
4	Septa Katmawanti (2014)	Pemanfaatan air kelapa (<i>cocos nucifera L.</i>) Untuk penanganan Rehidrasi	Metode eksperimen	Independen rehidrasi dalam dependen air kelapa	air kelapa (<i>Cocos nucifera L.</i>) yang bersifat mudah cerna dan dapat segera menggantikan energi dan cairan

5	Andi Nurul Rifqah Utami <i>et al</i> (2013)	Faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenorea pada Remaja putri di sman 1 kahu kabupaten bone	desain penelitian Kuantitatif dengan tehnik pengumpulan data menggunakan kuisisioner	Independen faktor yang berhubungan dalam dependen kejadian disminore	Variabel yang memiliki hubungan dengan kejadian dismenorea adalah riwayat keluarga. Sedangkan variabel yang tidak memiliki hubungan dengan kejadian dismenorea adalah usia menarche ,siklus menstruasi, lama menstruasi dan status gizi.
6	Sumino <i>et al</i> (2012)	Studi analisa pemanfaatan air kelapa sebagai intervensi Non farmakologi dalam mengurangi nyeri haid pada Remaja dalam sudut pandang keperawatan	Wawancara dan studi Literatur.	Independen air kelapa dalam dependen nyeri haid	Ada pengaruh pemberian Air kelapa untuk mengurangi nyeri haid.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian lain pada tabel keaslian penelitian diatas adalah perbedaan tempat, varietas bahan penelitian, dan waktu yang digunakan. Judul penelitian ini adalah “Pengaruh Pemberian Air Kelapa Muda Terhadap Penurunan Nyeri Haid remaja di Rusunawa Putri Universitas Muhammadiyah Semarang”. Variabel yang digunakan adalah variabel dependen Nyeri Haid dan variabel independent Air Kelapa Muda. Jenis penelitian ini adalah *pra eksperimental* dengan desain *one group pre-post test*.

