

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang Penelitian

Nyeri saat menstruasi atau dismenorea merupakan nyeri atau kram perut yang sering dirasakan saat wanita mengalami menstruasi. Nyeri ini seringkali dialami oleh wanita pada usia remaja hingga dewasa pada masa awal terjadinya menstruasi. Di Amerika Serikat, dismenorea dialami oleh 30% - 50% wanita usia reproduksi. Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Mahmudiono pada tahun 2011, menerangkan bahwa angka kejadian dismenorea primer pada remaja wanita yang berusia 14 – 19 tahun di Indonesia sekitar 54,89% (Mahmudiono, 2011). Penelitian oleh Lestari (2013) juga menyebutkan bahwa angka kejadian cukup banyak terjadi di Indonesia yaitu sebesar 64.25 % yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36 % dismenorea sekunder (Lestari, 2013).

Banyak dari wanita yang mengalami nyeri menstruasi tersebut mengeluhkan berkurangnya kualitas hidup mereka. Banyaknya siswa atau mahasiswa yang tidak datang ke sekolah atau kuliah, serta wanita dewasa yang harus mengambil cuti ditempat kerja dikarenakan nyeri yang sangat mengganggu pada saat menstruasi (Ernawati *et al*, 2010). Oleh karena itu, dibutuhkan tindakan khusus terhadap keluhan-keluhan tersebut agar dapat meningkatkan kualitas hidup dari wanita remaja hingga wanita dewasa khususnya yang sering mengalami nyeri saat menstruasi.

Menstruasi merupakan hal yang alamiah terjadi pada perempuan 10 sampai 16 tahun (Puji, 2009). Banyak dari wanita yang mengalami dismenorea atau gangguan lain saat menstruasi memilih untuk tidak memberikan terapi atau tindakan apa-apa dalam mengatasi nyeri tersebut. Namun juga tidak sedikit dari wanita-wanita yang memilih melakukan terapi mandiri untuk mengurangi nyeri saat menstruasi, baik menggunakan obat atau sekedar hanya melakukan kompres menggunakan air hangat (Bonde dan Moningka, 2014).

Tidak banyak dari wanita yang mengalami nyeri saat menstruasi mengetahui terapi atau tindakan apa yang dapat mereka lakukan saat mengalami hal tersebut. Padahal ada beberapa cara yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri saat menstruasi, salah satunya adalah dengan mengonsumsi suplemen kalsium. Kalsium merupakan salah satu mineral yang diperlukan oleh tubuh untuk melakukan kontraksi otot. Apabila otot khususnya otot organ reproduksi pada wanita yang sedang menstruasi tidak berkontraksi maka otot tersebut akan menjadi kendur dan dengan mudah akan mengalami kram (Mahmudiono, 2011).

Penelitian ini merupakan penelitian eksperimental yang memberikan perlakuan pada satu kelompok. Perlakuan yang diberikan adalah berupa pemberian suplemen kombinasi kalsium, vitamin B6, vitamin D, dan vitamin C dalam bentuk tablet *efferverscents* Protecal Solid<sup>®</sup> yang diminum dengan cara dilarutkan di dalam air sebanyak 1 kali sehari 1 tablet. Pemberian tablet dalam bentuk *efferverscents* dikarenakan banyak dari responden yang tidak dapat mengonsumsi atau menelan tablet, sehingga ditakutkan apabila memberikan tablet

yang diminum dengan cara ditelan dapat mengurangi kenyamanan dari responden yang nantinya akan berakibat pada tidak diminumnya tablet tersebut.

Penelitian yang dilakukan oleh Fen Tih *et al* (2017) membuktikan bahwa pemberian suplemen kalsium pada wanita yang berusia 19-23 tahun yang mengalami dismenorea dapat mengurangi skala nyeri pada siklus menstruasi berikutnya. Hal tersebut dikarenakan kalsium dapat menurunkan kontraksi yang terjadi pada otot uterus. Pada penelitian yang sama oleh Fen Tih *et al* (2017) juga menyebutkan bahwa pemberian magnesium pada wanita yang mengalami nyeri dismenorea dapat mengurangi gejala sindrom premenstruasi dikarenakan magnesium memiliki efek relaksasi terhadap stimulasi di neuromuskular.

Selain kalsium, vitamin B6 dan vitamin D juga memiliki efek terhadap sindrom premenstruasi. Seperti pada penelitian yang dilakukan oleh Soviana dan Putri (2017) yang mendapatkan hasil bahwa konsumsi vitamin B6 yang cukup dan sesuai dengan kebutuhan dapat membantu mengurangi sindrom premenstruasi. Dalam penelitian yang dilakukan Moini *et al* (2016) juga menyebutkan bahwa konsumsi vitamin D selama 8 minggu pada wanita yang kurang asupan vitamin D dapat membantu menurunkan intensitas nyeri serta mengurangi konsumsi obat-obatan NSAIDs (*Non Steroid Anti Inflammatory Drugs*) pada wanita yang mengalami nyeri dismenorea primer.

Sinaga (2012) mengemukakan bahwa terdapat hubungan antara penggunaan suplemen kalsium terhadap wanita yang mengalami nyeri menstruasi. Didalam hadist disebutkan bahwa Allah sudah menyiapkan obat bagi setiap penyakit. Hal

ini juga berlaku terhadap nyeri yang disebabkan oleh menstruasi atau dismenorea.

Dari Ibnu Mas'ud, bahwa Rasulullah bersabda:

إِنَّ اللَّهَ لَمْ يَنْزِلْ دَاءً إِلَّا أَنْزَلَ لَهُ شِفَاءً، عَلِمَهُ مَنْ عَلِمَهُ وَجَهَلَهُ مَنْ جَهَلَهُ

*“Sesungguhnya Allah tidaklah menurunkan sebuah penyakit melainkan menurunkan pula obatnya. Obat itu diketahui oleh orang yang bisa mengetahuinya dan tidak diketahui oleh orang yang tidak bisa mengetahuinya.”*

(HR. Ahmad, Ibnu Majah, dan Al-Hakim, beliau menshahihkannya dan disepakati oleh Adz-Dzahabi. Al-Bushiri menshahihkan hadits ini dalam Zawa'id-nya).

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan (FKIK) Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (UMY). FKIK memiliki 4 program studi sarjana yaitu Kedokteran Umum, Ilmu Keperawatan, Kedokteran Gigi, dan Ilmu Farmasi. Pada studi pendahuluan yang sudah dilakukan peneliti, diketahui total mahasiswa aktif yang ada di FKIK mulai dari tahun masuk 2014 hingga tahun 2017 adalah 1.985 orang. Dengan rincian yaitu mahasiswa sebanyak 578 orang dan mahasiswi sebanyak 1.407 orang.

## **B. Perumusan Masalah**

1. Apakah pemberian suplemen kombinasi kalsium pada mahasiswi yang mengalami dismenorea dapat berpengaruh pada berkurangnya tingkat nyeri yang dialami oleh mahasiswi di FKIK UMY?
2. Bagaimanakah pengaruh pemberian suplemen kombinasi kalsium pada peningkatan kualitas hidup mahasiswi yang mengalami dismenorea di FKIK UMY?

### C. Keaslian Penelitian

Penelitian ini merupakan murni dilakukan oleh peneliti tanpa adanya plagiarisme. Didasari pada penelitian yang sudah ada sebelumnya yaitu

**Tabel 1.** Keaslian Penelitian

No	Nama Penulis	Tahun	Judul	Hasil
1	Fen Tih <i>et al.</i>	2017	Efek Konsumsi Suplemen Kalsium dan Magnesium terhadap Dismenorea Primer dan Sindrom Premenstruasi pada Perempuan Usia 19–23 Tahun	- Konsumsi kalsium menurunkan skor skala VAS rata-rata pada dismenorea dari 6,97 menjadi 3,80 ( $p=0,000$ ) dan skor total gejala sindrom premenstrual rata-rata dari 15,07 menjadi 10,80 ( $p=0,000$ ). - Konsumsi magnesium mengurangi skor skala VAS rata-rata pada dismenorea dari 7 menjadi 4 ( $p=0,000$ ) dan skor total gejala sindrom premenstrual rata-rata dari 12,27 menjadi 9,87 ( $p=0,001$ ).
2	Fitrani BR Sinaga	2012	Hubungan Asupan Kalsium Dengan Tingkat Dismenorea Pada Remaja Putri Vegan Di Vihara Maitreya Medan Tahun 2011	- Ada hubungan antara asupan kalsium dengan tingkat dismenorea. Sebagian besar remaja putri vegan memiliki pola makan miskin kalsium (77,5%) dengan dismenorea ringan (45%) dan sedang (22,5%) lebih banyak dibandingkan remaja putri vegan yang tidak mengalami dismenorea (10%), sedangkan remaja putri vegan yang memiliki pola makan kaya kalsium (22,5%) yang tidak mengalami dismenorea (12,5%) lebih banyak dibandingkan remaja putri vegan yang mengalami dismenorea ringan (7,5%) dan sedang (2,5%).

#### **D. Tujuan Penelitian**

1. Untuk mengetahui pengaruh pemberian suplemen kombinasi kalsium terhadap penurunan tingkat nyeri dismenorea yang dialami oleh mahasiswa di FKIK UMY.
2. Untuk mengetahui pengaruh pemberian suplemen kombinasi kalsium terhadap peningkatan kualitas hidup mahasiswa yang mengalami nyeri dismenorea di FKIK UMY.

#### **E. Manfaat Penelitian**

1. Manfaat untuk masyarakat
  - a. Dapat memberikan info kepada wanita-wanita yang umumnya belum mengetahui bagaimana cara mengurangi nyeri pada saat menstruasi serta secara mandiri dapat meningkatkan kualitas hidupnya.
2. Manfaat untuk peneliti
  - a. Peneliti dapat mengetahui dan memahami bagaimana cara menanggulangi nyeri dismenorea yang dialami oleh wanita remaja.