

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Berdasarkan data dari WHO, terdapat sekitar 1,2 miliar remaja di seluruh dunia yang mencakup sekitar 18% dari total populasi. Masa remaja merupakan fase penting dalam perkembangan intelektual, psikologis, dan fisik yang berlangsung dengan pesat. Pada tahun 2021, Dana Anak-Anak Perserikatan Bangsa-Bangsa (UNICEF) memperkirakan jumlah remaja di dunia mencapai 1,2 miliar atau sekitar satu perlima dari total populasi (Dewi & Chasanah, 2023).

Perkembangan folikel ovarium primordial yang menghasilkan hormon estrogen pada masa remaja berpengaruh terhadap organ reproduksi. Salah satu tanda yang muncul adalah menstruasi, yaitu proses keluarnya darah sebagai bagian dari ciri perkembangan seks sekunder yang dipengaruhi oleh perubahan hormon ini (Zuraida & Keta, 2020).

Salah satu perubahan fisiologis tubuh yang dipengaruhi oleh hormon reproduksi adalah menstruasi. Siklus menstruasi selama 28 hari merupakan hal yang umum terjadi pada remaja putri. Namun, siklus menstruasi remaja putri tidak selalu sama, banyak dari mereka yang menderita berbagai kondisi seperti *oligomenorea*, *polimenorea*, dan *amenorea*. Beberapa remaja putri mengeluhkan pendarahan yang tidak normal, *dismenorea*, atau menstruasi yang tidak teratur (Nurhayati & Yuliwati, 2023).

*Scientific Reports* memperkirakan pada populasi remaja Italia, prevalensi *dismenorea* sebesar 6,2%, *polimenore* sebesar 3%, *oligomenorea* sebesar 3,4%, *hipomenorea* sebesar 3,2%, *menoragia* sebesar 19% dan siklus menstruasi tidak

teratur sebesar 9%. Remaja di India mengalami siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 30,48% dan nyeri menstruasi sebanyak 56,15%. Jurnal “*Influence of lifestyle factors with the outcome of menstrual disorders among adolescents and young women in West Bengal, India*” mengatakan bahwa prevalensi gangguan menstruasi (PCOS) sebesar 28,78% dikalangan remaja putri (Dhar *et al.*, 2023).

Sekitar 50% orang di seluruh dunia menderita *dismenorea*, dengan 10% hingga 15% mengalami kasus sedang. Menurut perkiraan berkisar antara 67% hingga 90%, frekuensinya lebih tinggi di kalangan wanita muda. Nyeri menstruasi umum terjadi 45–97% di Eropa, 52–90% di Amerika, 44–95% di Afrika, dan 45–90% di Asia (WHO, 2021).

Di Indonesia prevalensi *dismenorea* remaja sebesar 64,52%, dengan 54,89% kasus terjadi pada wanita yang belum pernah hamil dan 9,36% kasus termasuk kelainan anatomi genital. Pada tahun 2023, 87,5% wanita di Provinsi DKI Jakarta mengalami *dismenorea* primer, dengan keluhan nyeri ringan sebesar 20,48%, nyeri sedang sebesar 64,76%, dan nyeri berat sebesar 14,76% (Miyatun & Irawati, 2024).

Remaja yang mengalami nyeri saat menstruasi akibat masalah siklus menstruasi mendapati bahwa aktivitas sehari-hari mereka terganggu. Remaja yang merasa tidak nyaman selama menstruasi akan sering bolos kelas, yang akan mengganggu kemampuan mereka untuk belajar. Remaja yang merasa tidak nyaman selama menstruasi mengalami kesulitan berkonsentrasi di kelas dan kehilangan minat dalam belajar. yang berdampak negatif pada kualitas hidup mereka. Selain berdampak besar pada kesehatan dan kualitas hidup masyarakat, keadaan ini juga

dapat berdampak pada ekonomi dunia. Jika ketidaknyamanan saat menstruasi tidak segera diatasi, hal itu dapat menyebabkan kemandulan (Yuliani *et al.*, 2023).

Baik metode farmakologi maupun non-farmakologi dapat digunakan untuk mengelola ketidaknyamanan saat menstruasi. Terapi farmakologis melibatkan konsumsi obat-obatan, sedangkan pendekatan nonfarmakologis meliputi penggunaan kompres hangat, saffron, mandi air hangat, pijat, dan berolahraga. Meskipun pendekatan farmakologi lebih berhasil daripada pendekatan nonfarmakologis dalam mengurangi dismenorea dan memiliki efek langsung, penggunaan obat-obatan secara terus-menerus dapat membahayakan kesehatan Anda, termasuk menyebabkan kerusakan pada hati dan ginjal. Salah satu metode non-farmakologi untuk meredakan nyeri haid yang tidak memiliki efek samping negatif adalah mengonsumsi air rendaman putik bunga saffron (Bamasri, 2021).

Menurut (Tastift *et al.*, 2022) Saffron banyak digunakan sebagai rempah-rempah, pewarna, dan untuk tujuan pengobatan yang aman dalam dosis terapeutik. Kandungan Saffron yang dapat meningkatkan kesehatan diantaranya, *crocin*, *crocetin*, *picrocrocin* dan *safranal*, yaitu antikanker, anti-alzheimer, anti-parkinson, peningkatan daya ingat dan kemampuan belajar, pengobatan gangguan kecemasan dan skizofrenia, anti-nosiseptif, anti-inflamasi, hepatoprotektif, antidiabetik, perlindungan degenerasi makula, antikoagulan, anti-penuaan kulit, pencerah kulit, antisolar dan sifat pelembab.

Berdasarkan penelitian sebelumnya, saffron dapat secara efektif mengurangi ketidaknyamanan yang terkait dengan *dismenorea* pada remaja putri. Hasil *Uji T Independen* menunjukkan nilai p sebesar 0,041 (nilai  $p < 0,05$ ) (Rusydi, 2022).

## 1.2 Rumusan Masalah

Banyak penelitian telah dilakukan untuk mengatasi permasalahan nyeri menstruasi pada remaja. Namun, guna mendukung efektivitas upaya pencegahan serta intervensi yang lebih optimal, diperlukan identifikasi yang lebih mendalam mengenai penyebab nyeri menstruasi pada remaja. Dengan memahami penyebab tersebut, diharapkan strategi penanganan nyeri menstruasi dapat dikembangkan secara lebih efektif dan efisien.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti ingin meneliti “Bagaimana Efektivitas Pemberian Air Rendaman Putrik Bunga Saffron Terhadap Penurunan Nyeri *Dismenorea* Pada Mahasiswi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta?”

## 1.3 Tujuan Penelitian

### 1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui efektivitas pemberian air rendaman putik bunga saffron terhadap nyeri *dismenorea* pada Mahasiswi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta.

### 1.3.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui tingkat skala nyeri *dismenorea* sebelum dan sesudah dilakukan intervensi berupa pemberian air rendaman putik bunga saffron pada Mahasiswi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta.
- 2) Untuk mengetahui efektivitas pemberian air rendaman putik bunga saffron terhadap nyeri *dismenorea* pada Mahasiswi S1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Nasional Jakarta.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Bagi Peneliti**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan tentang efektivitas air rendaman putik bunga saffron dalam meredakan nyeri menstruasi.

### **1.4.2 Bagi Instansi Terkait**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi tenaga kesehatan dalam memberikan edukasi serta rekomendasi terkait air rendaman putik bunga saffron sebagai alternatif alami dalam meredakan nyeri menstruasi.

### **1.4.3 Bagi Remaja Putri**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan tambahan informasi dan pengetahuan kepada remaja perempuan tentang cara meredakan tingkat nyeri menstruasi yang aman dan efektif.

