

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi adalah siklus fisiologis dimana terjadi pengeluaran darah dan jaringan mukosa melalui vagina dari uterus dibawah kendali hormonal dan berulang tanpa adanya kehamilan selama periode reproduktif.¹ Lamanya menstruasi adalah sekitar 3-5 hari dengan jumlah darah yang dikeluarkan ialah antara 30-50 ml.² Siklus menstruasi adalah waktu yang menggambarkan jarak antara hari pertama menstruasi dengan hari pertama menstruasi berikutnya.³ Panjangnya siklus menstruasi ini bervariasi pada setiap wanita namun rata-rata adalah selama 28 hari dari tanggal pertama satu periode ke periode berikutnya.⁴

Gangguan menstruasi adalah masalah fisik atau mental yang mempengaruhi siklus menstruasi, menimbulkan nyeri, menyebabkan perdarahan tidak biasa yang lebih banyak atau sedikit, terlambatnya menarche atau hilangnya siklus menstruasi tertentu.⁵ Gangguan siklus menstruasi terdiri atas amenorea, polimenorea, dan *oligomenorrhea*. Amenorea merupakan keadaan dimana tidak adanya menstruasi selama minimal 3 bulan berturut-turut. Amenorea sendiri dibagi menjadi 2, yaitu amenorea primer dan sekunder. Amenorea primer ialah kondisi dimana seorang perempuan berumur 18 tahun atau lebih tidak pernah menstruasi, biasanya dihubungkan dengan kelainan kongenital dan genetik. Amenorea sekunder adalah kondisi dimana seseorang pernah mendapatkan menstruasi, tetapi kemudian berhenti, biasanya merujuk pada gangguan gizi, gangguan metabolisme, tumor, penyakit infeksi, dan lain-lain.⁶ Polimenorea adalah panjang siklus haid yang memendek dari panjang siklus haid klasik, yaitu kurang dari 21 hari per siklusnya, sementara volume perdarahannya kurang lebih sama atau lebih banyak dari volume perdarahan haid biasanya, sedangkan Oligomenorea adalah panjang siklus menstruasi yang memanjang dari panjang siklus menstruasi klasik, yaitu lebih dari 35 hari per siklusnya.⁷

Berdasarkan sebuah penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Cakir M *et al*, didapatkan prevalensi amenorea primer sebanyak 5,3% amenorea sekunder sebanyak 18,4%, oligomenorea sebanyak 50%, dan untuk polimenorea sebanyak 10,5%.⁸ Gangguan perdarahan pada menstruasi terdiri atas Menoragia dan Metroragia. Menoragia merupakan suatu kelainan dimana berlebihannya perdarahan saat menstruasi, yaitu lebih dari 80 ml,⁹ sedangkan Metroragia adalah terjadinya perdarahan diluar siklus menstruasi seharusnya. Siklus haid yang tidak teratur menandakan ovulasi yang abnormal. Ovulasi yang abnormal dapat menyebabkan infertilitas pada seorang wanita sehingga wanita tersebut akan sulit untuk hamil. Maka dari itu penting bagi kita untuk mempelajari faktor-faktor apa saja yang dapat menimbulkan gangguan menstruasi yang dapat mempengaruhi siklus dan perdarahan menstruasi. Siklus menstruasi sendiri mempunyai faktor-faktor resiko yang dapat mempengaruhinya, diantaranya adalah memiliki IMT rendah atau tinggi, aktivitas fisik, usia menarke, stres, dan lain-lain.¹⁰

Salah satu faktor yang mempengaruhi menstruasi adalah stres. Menurut American Psychological Association, stres adalah sebuah perasaan emosional yang mengganggu bersamaan dengan perubahan biologis, psikologis, dan perilaku pada seseorang.¹¹ Berdasarkan sebuah penelitian yang dilakukan pada siswi kelas XII SMK Batik I Surakarta didapatkan bahwa stres dapat mempengaruhi siklus menstruasi. Saat stres, hipotalamus merespon pelepasan *corticotrophin releasing hormone* (CRH), yang akan merangsang hipofisis anterior untuk menyekresikan *adrenocorticotropic hormone* (ACTH). Hormon ini merangsang korteks adrenal untuk menyekresi kortisol. Sekresi kortisol yang meningkat akan mempengaruhi sekresi GnRH pada hipotalamus sehingga mempengaruhi siklus menstruasi.¹² Dari hasil penelitian didapatkan data bahwa dari 122 responden, terdapat 75 siswi (61,5%) dengan stres ringan dan 47 siswi (38,5%) mengalami stres sedang. Dari ke-75 siswi yang mengalami stres ringan, terdapat 40 orang (53,3%) siswi mengalami menstruasi yang tidak teratur. Sedangkan dari ke-47 siswi yang mengalami stres sedang, terdapat 42 orang (89,4%) siswi yang mengalami menstruasi tidak teratur.¹³

Stres adalah suatu kondisi yang disebabkan oleh terdapatnya ketidaksesuaian antara situasi yang diinginkan dengan keadaan biologis, psikologis atau sistem sosial pada seorang individu.¹⁴ Stres yang sering dirasakan oleh mahasiswa adalah stres akademik. Stres akademik dapat menimbulkan tekanan persepsi dan penilaian pada seorang individu akibat *stressor* akademik, yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi.¹⁵ Stres akademik ini muncul karena kurang siapnya individu dalam menghadapi tuntutan akademik di kampusnya sehingga siswa tersebut tidak mampu mengerjakan tugas dan menghadapi tekanan yang ada. Hal ini merupakan salah satu faktor resiko yang membuat kehidupan sosial dan kesehatan mahasiswa menurun, sehingga pada akhirnya dapat menimbulkan stres psikologi.¹⁶ Menurut Sudrajat, proses belajar di perguruan tinggi merupakan suatu pekerjaan berat yang menuntut upaya yang tidak sedikit. Banyak kegiatan belajar yang harus dijalani oleh mahasiswa, seperti menyesuaikan cara belajar, pengaturan cara belajar, pengaturan waktu belajar, mengikuti kuliah secara teratur, memilih mata kuliah yang cocok, mempelajari buku-buku yang pada umumnya ditulis dalam bahasa asing, mengkaji bermacam teori dan penelitian, membuat laporan tertulis dan sebagainya.¹⁷

Dari sebuah penelitian yang dilakukan oleh Pathmanathan (2014) pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Sumatera Utara, menunjukkan bahwa dari 100 orang mahasiswa, terdapat 35 orang (35%) mengalami stres tingkat rendah, 61 orang (61%) mengalami stres tingkat sedang, dan 4 orang (4%) mengalami stres tingkat berat. Berdasarkan usia mahasiswa, kelompok usia 19 dan 20 tahun merupakan kelompok usia yang paling banyak mengalami stres.¹⁸ Penelitian lain yang dilakukan oleh Maulana (2015) pada mahasiswa kedokteran Universitas Kristen Maranatha didapatkan bahwa terdapat mahasiswa dengan stres tingkat ringan-sedang sebanyak 22,35%, mahasiswa dengan stres tingkat sedang-berat sebanyak 1,76%, dan mahasiswa dengan stres tingkat berat sekali/panik sebanyak 1,18%.¹⁹

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengambil judul "Hubungan Tingkat Stres Terhadap Gangguan Menstruasi Pada Mahasiswi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas Angkatan 2018".

Peneliti mengambil subyek penelitian mahasiswi fakultas kedokteran angkatan 2018 karena angkatan ini merupakan angkatan yang baru saja memasuki dunia perkuliahan di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.2 Rumusan Masalah

1. Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2018?
2. Bagaimana gambaran gangguan menstruasi pada mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2018?
3. Bagaimana hubungan antara tingkat stres terhadap gangguan menstruasi pada mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2018?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat stres terhadap gangguan menstruasi pada mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres yang dialami oleh mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2018.
2. Mengetahui distribusi frekuensi gangguan menstruasi pada mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2018.
3. Mengetahui hubungan antara tingkat stres terhadap gangguan menstruasi pada mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2018.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat bagi Akademis

Menambah pengetahuan, pengalaman, wawasan, dan dasar informasi ilmiah mengenai hubungan stres dengan gangguan menstruasi mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.

1.4.2 Manfaat bagi Masyarakat

Dapat memberikan informasi kepada masyarakat, khususnya wanita usia reproduktif tentang gambaran tentang tingkat stres terhadap gangguan menstruasi pada mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, sehingga dapat memahami dan mencegah stres pada mahasiswa agar dapat mengurangi terjadinya infertilitas pada wanita usia reproduktif.

1.4.3 Manfaat bagi Institusi Pendidikan

Memberikan informasi terkait gambaran stres terhadap siklus dan pola perdarahan menstruasi mahasiswi pendidikan dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam bidang pendidikan untuk meminimalisasi terjadinya stres pada mahasiswa dalam upaya peningkatan kualitas pendidikan serta kesehatan mahasiswa.

