

# BAB 1 PENDAHULUAN

## 1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan peristiwa alami yang dialami oleh setiap wanita pada usia reproduksi. Menstruasi menandakan kematangan sistem reproduksi dan juga dianggap sebagai indikator kesehatan yang penting bagi wanita. Gangguan menstruasi sering menyebabkan kekhawatiran di kalangan wanita karena sering dikaitkan dengan berbagai penyakit dan kondisi medis.<sup>1</sup>

Gangguan menstruasi diantaranya yaitu gangguan lama dan jumlah darah menstruasi, gangguan siklus menstruasi, gangguan perdarahan diluar siklus menstruasi, dan gangguan lain terkait menstruasi, seperti nyeri haid. Gangguan siklus menstruasi terbagi menjadi tiga, yaitu polimenorea, oligomenorea, dan amenorea.<sup>2</sup>

Oligomenorea adalah kondisi ketika siklus menstruasi memanjang lebih dari 35 hari.<sup>3</sup> Penderita oligomenorea memiliki siklus menstruasi yang lebih sedikit dari biasanya, hanya sekitar 4-9 siklus menstruasi setiap tahunnya.<sup>4</sup>

Berdasarkan data dari Badan Kesehatan Dunia didapatkan angka kejadian gangguan siklus menstruasi oligomenorea sebanyak 15,8%.<sup>5</sup> Prevalensi di Indonesia, perempuan berusia 10-59 tahun melaporkan pernah mengalami gangguan masalah menstruasi dalam hidupnya sebanyak 68%. Gangguan masalah menstruasi yang dialami seperti oligomenorea 10,7%, amenorea primer 5,3%, amenorea sekunder 18,4%, dan polimenorea 10,5 %.<sup>6</sup> Di Sumatera Barat berdasarkan hasil Riset Kesehatan Dasar 2010, prevalensi gangguan siklus menstruasi sebanyak 19,1%.<sup>7</sup> Berdasarkan penelitian Tusa'diyah terhadap mahasiswi S1 Kedokteran Universitas Andalas Kota Padang pada tahun 2018 dilaporkan prevalensi kejadian oligomenorea sebanyak 16,9%.<sup>8</sup>

Oligomenorea disebabkan oleh gangguan keseimbangan hormonal di aksis hipotalamus, hipofisis, ovarium.<sup>2</sup> Gangguan keseimbangan hormonal ini dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, antara lain stres, status gizi, aktifitas fisik berlebih, diabetes, gangguan fungsi tiroid, sindrom ovarium polikistik (PCOS), atau penggunaan obat-obatan.<sup>2,4</sup>

Mahasiswa adalah seseorang yang sedang dalam proses menimba ilmu ataupun belajar dan terdaftar sedang menjalani pendidikan pada salah satu bentuk

perguruan tinggi.<sup>9</sup> Seorang mahasiswa digolongkan pada tahap perkembangan yang usianya 18 sampai 25 tahun. Fase ini dapat dikategorikan sebagai masa remaja akhir hingga dewasa awal.<sup>10</sup> Sekitar tujuh puluh lima persen wanita pada tahap remaja akhir mengalami gangguan yang terkait dengan menstruasi.<sup>11</sup>

Mahasiswa kedokteran adalah kategori populasi akademis dengan tingkat stres yang tinggi.<sup>12</sup> Stres disebabkan oleh adanya stresor yaitu peristiwa pribadi dan lingkungan yang menyebabkan tekanan secara psikologis. Dimana perguruan tinggi sering dianggap sebagai lingkungan yang menegangkan bagi mahasiswa. Ditambah dengan adanya pelatihan medis semakin menambah tekanan di lingkungan yang sudah penuh tekanan.<sup>13</sup> Berdasarkan penelitian Hediatty, dkk. (2023) pada mahasiswa Kedokteran Universitas Jambi didapatkan tingkat stres mahasiswa kedokteran 9,9% stres ringan, 52,6% stres sedang, 35,1% stres berat dan 2,4% stres sangat berat.<sup>14</sup>

Saat terjadi kenaikan tingkat stres, tubuh memiliki mekanisme yang kuat untuk mengatasinya, yaitu dengan produksi hormon kortisol. Sekresi hormon kortisol yang terlalu berlebihan menyebabkan ketidakseimbangan hormonal termasuk hormon reproduksi dan menyebabkan siklus menstruasi menjadi tidak teratur.<sup>15</sup> Berdasarkan penelitian oleh Islamy, dkk. (2019) pada mahasiswi tingkat III STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung, menunjukkan bahwa mahasiswi yang mengalami stres berisiko 4,7 kali untuk mengalami siklus menstruasi tidak teratur.<sup>16</sup>

Mahasiswa juga memiliki pola makan yang sebagian besar masih kurang tepat dan angka kecukupan gizi sebagian besar kurang. Beberapa penelitian menunjukkan bahwa mahasiswa memiliki pola makan dan kebiasaan makan yang tidak sehat, karena pengaruh beberapa faktor seperti kesibukan akademik, pilihan makanan yang terbatas di sekitar kampus, dan memilih makanan dengan harga yang terjangkau.<sup>17</sup> Penelitian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya pada tahun 2024, didapatkan sebanyak 30,3% memiliki status gizi *overweight*, 55% memiliki status gizi normal dan 14,6% memiliki status gizi *underweight*.<sup>18</sup>

Status gizi erat kaitannya dengan perkembangan manusia termasuk pertumbuhan, pubertas dan reproduksi.<sup>19</sup> Asupan gizi yang kurang atau berlebih

akan menyebabkan kecukupan gizi tidak baik sehingga dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi.<sup>20</sup> Berdasarkan penelitian oleh Islamy, dkk. (2019) pada mahasiswi tingkat III STIKes Utama Abdi Husada Tulungagung, menunjukkan bahwa mahasiswi yang memiliki status gizi tidak normal (overweight atau underweight) berisiko 2,8 kali untuk mengalami siklus menstruasi tidak teratur.<sup>16</sup>

Siklus menstruasi yang memanjang sering dianggap hal yang umum terjadi di kalangan wanita. Banyak wanita menganggap ketidakteraturan ini sebagai hal yang normal, tetapi dalam jangka panjang, hal ini dapat dikaitkan dengan berbagai kondisi medis.<sup>1</sup> Beberapa masalah kesehatan yang disebabkan oleh oligomenorea antara lain seperti infertilitas, kanker endometrium, osteoporosis, masalah kardiovaskuler hingga gangguan kesehatan mental.<sup>21</sup>

Berdasarkan beberapa penelitian diatas bahwa stres dan gizi berpengaruh terhadap gangguan siklus menstruasi pada wanita usia reproduksi. Stres menyebabkan produksi hormon kortisol meningkat sehingga mengganggu keseimbangan hormon reproduksi. Sedangkan asupan gizi yang kurang ataupun berlebih akan menyebabkan kecukupan gizi tidak baik sehingga dapat menjadikan gangguan selama siklus menstruasi. Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan stres dan status gizi dengan oligomenorea pada mahasiswi Program Sarjana Kedokteran Universitas Andalas tahun 2024.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan penjabaran latar belakang di atas, maka dirumuskan rumusan masalah, yaitu “Bagaimana hubungan stres dan status gizi dengan oligomenorea pada mahasiswi Program Sarjana Kedokteran Universitas Andalas tahun 2024?”

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan stres dan status gizi dengan oligomenorea pada mahasiswi Program Sarjana Kedokteran Universitas Andalas tahun 2024.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Pada penelitian ini, peneliti melakukan penelitian pada mahasiswi Program Sarjana Kedokteran Universitas Andalas tahun 2024 untuk:

1. Mengetahui tingkat kejadian oligomenorea pada mahasiswi Program Sarjana Kedokteran Universitas Andalas tahun 2024.
2. Mengetahui tingkat stres mahasiswi Program Sarjana Kedokteran Universitas Andalas tahun 2024.
3. Mengetahui status gizi mahasiswi Program Sarjana Kedokteran Universitas Andalas tahun 2024.
4. Mengetahui hubungan stres dengan oligomenorea pada mahasiswi Program Sarjana Kedokteran Universitas Andalas tahun 2024.
5. Mengetahui hubungan status gizi dengan oligomenorea pada mahasiswi Program Sarjana Kedokteran Universitas Andalas tahun 2024.

#### **1.4 Manfaat Penelitian**

##### **1.4.1 Manfaat terhadap Peneliti**

Menambah wawasan peneliti tentang hubungan stres dan status gizi dengan oligomenorea.

##### **1.4.2 Manfaat terhadap Ilmu Pengetahuan**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi ilmiah mengenai hubungan stres dan status gizi dengan oligomenorea.

##### **1.4.3 Manfaat terhadap Masyarakat**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi informasi dan dapat meningkatkan kesadaran setiap perempuan terhadap hubungan stres dan status gizi dengan oligomenorea.

