

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Dismenorea adalah rasa nyeri pada perut bagian bawah yang dapat berlangsung beberapa waktu sebelum menstruasi dimulai atau selama periode menstruasi berlangsung.¹ Kondisi ini disebabkan karena adanya peningkatan kadar prostaglandin yang dipicu oleh penurunan hormon estrogen dan progesteron. Kondisi tersebut menyebabkan endometrium mengalami pembengkakan dan peluruhan karena tidak terjadi pembuahan. Peningkatan prostaglandin akan merangsang kontraksi otot uterus yang lebih kuat sehingga menimbulkan rasa nyeri.²

Dismenorea merupakan hal yang paling sering dialami oleh perempuan. Hal ini tercermin dari tingginya angka kejadian dismenorea yang dilaporkan dengan prevalensi yang umumnya berada di atas 50%.³ *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2020 melaporkan bahwa jumlah kasus dismenorea sangat tinggi di seluruh dunia, angka kejadiannya sekitar 1.769.425 perempuan atau setara dengan 90% dilaporkan mengalami nyeri menstruasi. Prevalensi dismenorea di beberapa negara juga menunjukkan angka yang tinggi, seperti di kalangan mahasiswi Irlandia prevalensinya 91,5%, di Amerika Serikat sekitar 60%, sementara di Swedia angka tersebut mencapai sekitar 72%.⁴ Prevalensi kejadian dismenorea pada wanita di Asia cukup tinggi, namun bervariasi di tiap wilayah yaitu 68,7% di Asia Timur, 74,8% di Asia Barat, dan 54% di Asia Tengah. Prevalensi dismenorea di kawasan Asia Tenggara juga cukup besar, khususnya di Malaysia sebesar 69,4% dan Thailand mencapai 84,2%.⁵

Prevalensi dismenorea di Indonesia mencapai 64,25% dengan tertinggi usia 17-24 tahun yang terdiri dari 54,89% mengalami dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder.³ Kementerian Kesehatan Republik Indonesia pada tahun 2021, bekerjasama dengan Burnet Institute melakukan penelitian terkait kejadian dismenorea di Indonesia. Hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebesar 93,2% perempuan mengalami dismenorea.⁵ Penelitian di Sumatera Barat menunjukkan bahwa prevalensi dismenorea mencapai 57,3% dengan

distribusi tingkat nyeri berupa 9% nyeri berat, 39% nyeri sedang, dan 52% nyeri ringan.^{6,7} Menurut hasil penelitian yang dilakukan pada mahasiswi Kebidanan di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas, angka kejadian dismenorea pada mahasiswi Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas mencapai 78,8%.⁸

Berdasarkan jenisnya dismenorea dibedakan menjadi dua jenis, yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer merupakan nyeri perut bagian bawah yang terjadi saat menstruasi tanpa disertai adanya penyakit ginekologi. Kondisi ini umumnya dialami oleh perempuan rentang usia 15-25 tahun. Sedangkan dismenorea sekunder merupakan nyeri perut bagian bawah saat menstruasi yang berkaitan dengan adanya kelainan atau penyakit ginekologis seperti endometritis dan adenomiosis. Dismenorea sekunder lebih sering terjadi pada perempuan usia diatas 30 tahun dengan intensitas nyeri yang cenderung lebih berat dan berlangsung lebih lama dibandingkan dengan dismenorea primer.⁹

Dismenorea primer disebabkan oleh peningkatan prostaglandin sehingga memicu kontraksi uterus dan menimbulkan nyeri.¹⁰ Kondisi ini berdampak negatif pada kualitas hidup dan fungsi sehari-hari. Seseorang yang mengalami dismenorea cenderung mengalami gangguan konsentrasi serta ketidakstabilan emosi, yang pada akhirnya berpengaruh terhadap penurunan kualitas hidup individu yang mengalaminya.¹¹ Dismenorea primer ditandai dengan nyeri kram perut bagian bawah yang bisa menjalar ke punggung bawah dan paha, serta sering disertai mual, muntah, sakit kepala, diare, dan kelelahan. Gejala ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup penderitanya terutama jika tidak ditangani secara optimal.¹²

Dismenorea primer paling sering terjadi pada wanita dewasa muda.¹² Setiap wanita yang mengalami dismenorea primer dapat menunjukkan keluhan yang berbeda-beda. Perbedaan tersebut dipengaruhi oleh berbagai faktor risiko yang berperan dalam terjadinya dismenorea primer. Beberapa faktor yang sering dikaitkan dengan kejadian dismenorea primer antara lain tingkat stres, usia menarche, aktivitas fisik, dan status gizi.¹³ Masing-masing faktor memiliki kontribusi yang berbeda terhadap kejadian dismenorea primer. Menurut Shintya

dan Tandungan (2023) stres memiliki hubungan yang lebih kuat dibandingkan faktor lain dan merupakan faktor yang paling sering berhubungan dengan dismenorea primer terutama pada mahasiswa yang banyak mengalami tekanan akademik yang tinggi selama masa perkuliahan.¹⁴ Stres dapat meningkatkan produksi prostaglandin sehingga memicu kontraksi uterus dan nyeri menstruasi. Sementara itu, usia menarche, aktivitas fisik, dan status gizi tetap berperan sebagai faktor yang memengaruhi kejadian dismenorea primer namun kekuatan hubungannya cenderung lebih lemah dan tidak sekuat faktor stres.¹⁵

Mahasiswa merupakan kelompok yang rentan mengalami stres, terutama stres akademik yang timbul akibat tuntutan perkuliahan seperti beban tugas yang tinggi, jadwal akademik yang padat, tuntutan pencapaian prestasi, serta tekanan untuk menyelesaikan studi tepat waktu. Kondisi ini sering dialami oleh mahasiswa di bidang kesehatan, termasuk mahasiswa kebidanan yang tidak hanya dituntut untuk memahami teori tetapi juga menjalani praktik klinik.¹⁶ Stres akademik yang berkepanjangan dapat mengganggu konsentrasi, menurunkan motivasi belajar, serta berdampak pada penurunan produktivitas dan prestasi akademik mahasiswa.¹⁷

Secara fisiologis, stres dapat memengaruhi terjadinya dismenorea primer melalui gangguan keseimbangan sistem neuroendokrin. Kondisi stres akan mengaktifkan respon hipotalamus hipofisis adrenal yang menyebabkan peningkatan hormon stres seperti kortisol serta memengaruhi regulasi hormon reproduksi. Ketidakseimbangan hormonal tersebut dapat meningkatkan produksi prostaglandin pada endometrium yang memicu kontraksi uterus berlebihan dan menyebabkan nyeri menstruasi.¹⁸

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan oleh Lestari dan Kabuhung (2025) pada mahasiswi Sarjana Kebidanan menunjukkan bahwa tingkat stres berhubungan dengan meningkatnya keparahan dismenorea primer. Stres yang dialami mahasiswi dipengaruhi oleh tuntutan akademik yang tinggi, seperti beban tugas perkuliahan, keterbatasan waktu, yang berpotensi memperberat nyeri menstruasi.¹⁹ Temuan serupa juga dilaporkan oleh Serlina, dkk. (2024) pada mahasiswi Universitas Indonesia Maju, yang menunjukkan bahwa stres akademik berkaitan dengan meningkatnya nyeri dismenorea. Stres yang

berlangsung secara terus-menerus dapat memengaruhi kondisi psikologis dan keseimbangan hormon, sehingga berkontribusi terhadap peningkatan intensitas nyeri dismenorea. Hasil kedua penelitian tersebut memperkuat bahwa stres merupakan faktor penting yang berperan dalam kejadian dismenorea primer pada mahasiswi.²⁰ Sejumlah penelitian juga melaporkan bahwa 59-68% mahasiswa di program studi kesehatan atau ilmu kesehatan memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa dari bidang studi lain, seiring dengan tuntutan akademik yang kompleks dan beban praktik klinik.^{21, 22}

Berdasarkan survei awal yang telah dilakukan peneliti terhadap 20 orang mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas didapatkan sebanyak 70% mahasiswi mengalami stres akademik.

Program Studi Kebidanan merupakan satu satunya program studi dengan seluruh mahasiswa berjenis kelamin perempuan. Hal ini berbeda dengan Program Studi Pendidikan Dokter, Biomedis, dan Psikologi yang memiliki komposisi mahasiswa yang lebih heterogen. Kondisi tersebut menjadikan mahasiswi Program Studi Kebidanan sebagai kelompok yang relevan untuk diteliti, khususnya terkait permasalahan kesehatan reproduksi perempuan.

Berdasarkan uraian latar belakang tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti hubungan stres dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.2. Rumusan Masalah

Apakah terdapat hubungan antara stres akademik dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara stres akademik dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi karakteristik mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
2. Mengetahui distribusi frekuensi stres akademik pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
3. Mengetahui distribusi frekuensi dismenorea primer pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
4. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat nyeri dismenorea primer pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
5. Mengetahui hubungan antara stres akademik dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
6. Mengetahui hubungan antara stres akademik dengan tingkat nyeri dismenorea primer pada mahasiswi Program Studi Kebidanan Program Sarjana Departemen Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Terhadap peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memperluas pemahaman peneliti mengenai hubungan antara tingkat stres akademik dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswi. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi pengalaman akademik yang berharga bagi peneliti dalam meningkatkan kemampuan berpikir kritis, analisis data, serta keterampilan dalam melakukan penelitian dalam bidang kesehatan reproduksi.

1.4.2. Manfaat Terhadap Ilmu Pengetahuan

Penelitian ini diharapkan dapat menambah bukti ilmiah mengenai hubungan antara stres akademik dan kejadian dismenorea primer pada

mahasiswi, serta memperkaya kajian teoritis dan empiris yang telah ada. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi ilmiah bagi peneliti selanjutnya dan mendukung pengembangan penelitian terkait faktor psikologis yang berpengaruh terhadap kesehatan reproduksi perempuan.

1.4.3. Manfaat Terhadap Masyarakat

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan meningkatkan pemahaman masyarakat, khususnya perempuan usia produktif, mengenai hubungan antara stres akademik dengan kejadian dismenorea primer. Dengan meningkatnya pengetahuan masyarakat tentang dampak stres terhadap kesehatan reproduksi, diharapkan individu dapat lebih menyadari pentingnya pengelolaan stres dalam kehidupan sehari-hari. Selain itu, penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana edukasi bagi masyarakat dalam upaya menjaga kesehatan reproduksi secara optimal serta meningkatkan kualitas hidup perempuan.

