

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan salah satu indikator kesehatan reproduksi seorang wanita yang melambangkan fungsi integral dan biologis wanita sepanjang siklus kehidupannya. Menstruasi didefinisikan sebagai proses alamiah yang dialami oleh setiap wanita usia reproduktif dimana terjadi peluruhan endometrium secara periodik di bawah pengaruh *Hypothalamus Pituitary ovarian axis (HPO-axis)*.¹

Menstruasi merupakan proses alamiah yang dialami oleh seorang perempuan mulai sejak menarche sampai dengan masa menopause. Penelitian yang dilakukan oleh Alison terhadap wanita yang tidak mengalami menstruasi post histerektomi merasa bahwa mereka kehilangan identitas sebagai perempuan.²

Menstruasi juga dijadikan indikator kesehatan reproduksi seorang wanita. Dimana menstruasi terjadi karena kerjasama organ di dalam tubuh seorang wanita mulai dari hipotalamus di otak dan kelenjar hipofisis anterior yang mengirimkan sinyal ke ovarium untuk menghasilkan hormon estrogen dan progesteron. Rasio hormon ini sangat berpengaruh terhadap pertumbuhan endometrium di rahim, yang akan meluruh saat fase menstruasi. Sehingga menstruasi dianggap sebagai jendela untuk menilai hubungan HPO axis dan fungsi organ reproduksi seorang perempuan.¹

Oleh karena pentingnya menstruasi bagi seorang perempuan maka ACOG merekomendasikan siklus menstruasi dimasukkan dalam vital sign seorang perempuan, dimana setiap wanita yang berobat ke dokter harus menanyakan mengenai siklus menstruasinya.³

Gangguan menstruasi merupakan masalah ginekologi yang sering dijumpai pada pasien di poliklinik rawat jalan, terutama remaja, dimana salah satu sumber kecemasan bagi wanita dan keluarganya. Hampir 40 % wanita mengalami gangguan menstruasi seperti hipermenore/hipomenore, menstruasi yang tidak teratur, amenorea, oligomenorea, polimenorea, *prolong menstrual bleeding*, *shortened menstrual bleeding*, dismenore dan sindrom premenstruasi. Penelitian yang dilakukan oleh Rigon terhadap 4.892 perempuan berusia 18-21 tahun didapatkan hampir keseluruhan mengalami gangguan menstruasi baik interval, jumlah, durasi, nyeri dan keluhan premenstrual sindrom.⁴

Penelitian lain yang dilakukan di RS di Manado juga mendapatkan data serupa bahwa gangguan menstruasi merupakan kasus ginekologi terbanyak peringkat ke tiga setelah mioma dan tumor ovarium. Penelitian di RS Denpasar juga mendapatkan data gangguan menstruasi merupakan peringkat ke 2 terbanyak kasus ginekologi (38,78%) setelah leukorea (53,06%). Gangguan menstruasi harus dijadikan perhatian khusus oleh dokter khususnya spesialis obstetri dan ginekologi karena gangguan menstruasi yang diidentifikasi sejak dini dapat mencegah potensi permasalahan reproduksi di saat dewasa.^{5,6}

Menurut WHO penyebab gangguan menstruasi pada perempuan muda salah satunya adalah stres. Stres didefinisikan sebagai respon nonspesifik tubuh atau reaksi terhadap rangsangan, atau terhadap kejadian yang mengganggu dalam lingkungan. Van Harrison menyatakan bahwa stres muncul dari konflik yang dirasakan antara apa yang diharapkan dengan kemampuan individu untuk memenuhi kebutuhan tersebut. Menurut World Health Organization (WHO), prevalensi kejadian stres cukup tinggi dimana hampir 350 juta penduduk dunia mengalami stres dan stres merupakan penyakit dengan peringkat ke-4 dunia. Stres menimbulkan berbagai masalah dalam kehidupan antara lain masalah kejiwaan, kepercayaan diri yang rendah, gangguan tidur, mengurangi konsentrasi, susah untuk fokus, cynicism dan ketidakpuasan terhadap karir di masa yang akan datang bahkan meningkatkan keinginan untuk bunuh diri, yang jika diketahui lebih awal maka bisa diintervensi untuk pencegahan berbagai masalah kehidupan dan kesehatan di masa depan.⁷

Mahasiswa merupakan kelompok dengan tingkat stres yang bervariasi. Sebuah penelitian dilakukan di Malaysia untuk membandingkan tingkat stres mahasiswa berbagai jurusan dimana didapatkan hasil bahwa mahasiswa kedokteran mempunyai tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan mahasiswa jurusan lain. Tingkat stres mahasiswa kedokteran berkisar 30-50%. Dua penelitian di Malaysia didapatkan hasil bahwa 29,1%-41,9% mahasiswa kedokteran menderita gangguan emosi, penelitian ke dua di universitas swasta di Malaysia 46,2% pada mahasiswa kedokteran menderita gangguan emosi. Penelitian di Singapore melaporkan 57% gangguan emosi pada mahasiswa kedokteran dibandingkan 37% pada mahasiswa jurusan hukum. Penelitian lain di Turki melaporkan gangguan emosi pada 47,9% mahasiswa kedokteran berbanding 29,2% pada mahasiswa jurusan ekonomi. Hal ini memperlihatkan situasi tekanan psikologis pada mahasiswa kedokteran dibandingkan dengan jurusan lain.⁸

Gangguan menstruasi akibat stres sebaiknya diketahui sejak awal sehingga bisa diintervensi lebih dini dan mendapat penanganan yang tepat karena menstruasi merupakan cerminan fungsi koordinasi otak dengan organ tubuh lain.⁸

Hubungan stres dan gangguan menstruasi sudah pernah diteliti dimana terbukti bahwa stres dan gangguan menstruasi mempunyai korelasi yang cukup signifikan. Namun yang menjadi kekurangan penelitian ini mempunyai bias yang tinggi karena tidak dikeluarkannya variabel lain yang bisa mempengaruhi hasil penelitian seperti indeks massa tubuh (obesitas atau underweight), aktivitas fisik yang berat, diet yang ketat dan faktor ekonomi keluarga. Disamping itu penelitian terdahulu masih menggunakan kuisisioner lama yang tidak bisa menentukan penyebab stres yang paling kuat pada mahasiswa kedokteran.^{7,8}

Kekurangan penelitian sebelumnya penulis gunakan untuk membuat penelitian serupa dengan sampel yang berbeda dan menggunakan kuisisioner yang berbeda, dimana penulis menggunakan Medical Student Stressor Questionnaire (MSSQ) Manual. Kuisisioner ini dipandang lebih baik dibandingkan dengan kuisisioner terkait lainnya dimana selain bisa mengukur tingkat stres seseorang, juga bisa mengetahui domain/ranah penyebab stres paling tinggi, sehingga hasil penelitian ini bisa menjadi kontribusi rekomendasi kepada mahasiswa dan institusi pendidikan untuk memasukkan manajemen stres dalam agenda pendidikan sebagai salah satu upaya untuk meningkatkan kesehatan reproduksi, dalam ruang lingkup kecilnya yaitu mengurangi permasalahan gangguan menstruasi pada mahasiswinya.

1.2 Rumusan Masalah

Apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan gangguan menstruasi pada mahasiswa kedokteran

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stres dengan gangguan menstruasi pada mahasiswa kedokteran

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat stres mahasiswa kedokteran

- b. Mengetahui gangguan menstruasi pada mahasiswa kedokteran
- c. Mengetahui hubungan stres dengan gangguan menstruasi

1.4 Manfaat Penelitian

Manfaat penelitian ini dibagi menjadi dua kategori yaitu manfaat secara teoritis (pendidikan) dan praktis (pelayanan). Adapun manfaat penelitian ini adalah sebagai berikut :

1. Manfaat teoritis (pendidikan)

- a. Sebagai bahan literatur dalam kegiatan belajar mengajar mengenai gangguan menstruasi dan faktor stres yang mempengaruhinya
- b. Sebagai informasi dan bahan acuan untuk penelitian lebih lanjut.

2. Manfaat praktis (pelayanan)

a. Institusi pendidikan

Sebagai bahan rekomendasi untuk memasukkan manajemen stres dalam kurikulum pendidikan kedokteran

b. Bagi Mahasiswa Kedokteran

Pentingnya manajemen stres sebagai salah satu cara untuk terhindar dari gangguan menstruasi

c. Bagi masyarakat

Pentingnya manajemen stres dalam menurunkan angka gangguan menstruasi pada wanita

d. Bagi penulis

Menyelesaikan salah satu syarat pendidikan di bagian obstetri dan ginekologi

