

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. LATAR BELAKANG**

Gangguan haid adalah kondisi yang dapat terjadi pada berbagai kelompok usia dan kondisi kesehatan. Selain pada remaja dan pada perempuan dengan kondisi kesehatan tertentu, gangguan haid biasa terjadi pada wanita dewasa. Stress adalah reaksi fisik dan mental pada suatu minat yang menimbulkan ketegangan dan juga dapat mengganggu siklus hidup serta mempengaruhi sistem hormonal tubuh (Delvia & Azhari, 2020). Stress, diduga menjadi salah satu faktor penyebab dan memiliki hubungan dengan terjadinya ketidakteraturan siklus haid, dismenore dan jumlah darah haid pada mahasiswa sebagai wanita dewasa. Stress pada mahasiswi salahsatunya adalah stress dalam belajar.

Haid adalah suatu hal normal yang biasa terjadi setiap sebulan sekali. Lamanya perdarahan menstruasi rata-rata berlangsung 5-7 hari dengan siklus rata-rata 28 hari (Johariyah & Mariati, 2018). Namun, tidak teraturnya haid juga sering menjadi masalah bagi para wanita. Masalah ini dapat diidentifikasi dengan panjang periode, atau jumlah dan jangka waktu siklus haid (Sunaryo, 2013). Sedangkan menurut (Sarwono P, 2018) Lama menstruasi normalnya 4-8 hari. Hipomenorea merupakan lama menstruasi kurang dari 4 hari dan hipermenorea apabila lebih dari 8 hari. Perempuan memiliki siklus haid 21-35 hari. Polimenorea adalah siklus haid kurang dari 21 hari dan dikatakan oligomenorea apabila siklus haid lebih dari 35 hari. Perdarahan yang terjadi dalam masa antara 2 haid disebut perdarahan bukan haid. Pada perempuan yang mengalami amenorea biasanya siklus menstruasi lebih dari 90 hari.

Selain itu, menstruasi juga dapat menimbulkan gangguan yang cukup berarti bagi wanita. Gangguan menstruasi yang paling sering terjadi pada kebanyakan perempuan adalah dismenore. (Priyanti & Mustikasari, 2018). Ada dua jenis dismenore yaitu dismenore primer dan sekunder. Dismenore primer adalah nyeri menstruasi dengan anatomi panggul normal sedangkan dismenore sekunder adalah dismenore yang disebabkan karena adanya masalah patologis di rongga panggul (Pemberian, E. et al, 2017). Selanjutnya adalah masalah jumlah darah haid

pada wanita, normalnya darah haid yang keluar tiap siklus yaitu 60-80 ml. Namun, masalah pada jumlah haid bisa saja terjadi seperti menstruasi berlebihan (hipermenorhoe) darah yang keluar bisa >80 ml atau tidak bisa haid (amenorhoe) dimana darah yang keluar <60ml atau tidak keluar sama sekali (Sri Wahyuni & Mustika P., 2023).

WHO dalam penelitian Sulistyorini (2017) menemukan bahwa kejadian gangguan haid pada wanita seperti dismenore cukup tinggi di seluruh dunia. Prevalensi rata-rata dismenore pada remaja putri adalah 16,8-81%. Rata-rata dismenore terjadi pada 45-97 persen wanita di negara Eropa. Angka kejadian dismenorea tertinggi sering terjadi pada wanita muda dan diperkirakan 20-90%. Dilaporkan bahwa sekitar 15% remaja mengalami nyeri haid yang parah (Sulistyorini, 2017). Menurut World Health Organization (WHO), tahun 2016 sebanyak 1.769.425 orang (90%) wanita di seluruh dunia mengalami gangguan menstruasi berat (Herawati, 2017). Prevalensi dismenore di Indonesia adalah 107.673 orang (64,25%), dimana 59.671 orang (54,89%) menderita nyeri haid primer dan 9.496 orang (9,36%) menderita dismenore sekunder (Herawati, 2017). Angka kejadian dismenore pada wanita usia subur berkisar antara 45 sampai 95 persen (Sadiman, 2017). 60-75% orang muda menderita dismenore primer.

Dampak gangguan haid dapat memiliki konsekuensi yang signifikan bagi kesehatan dan kesejahteraan perempuan. Dampak seperti, ketidaknyamanan fisik yang mencakup; nyeri pada perut, mual, sakit kepala (Journal of Obstetrics and Gynaecology Research, 2018). Kehilangan darah berlebih juga berisiko pada anemia (Journal of Women's Health, 2020). Gangguan emosional yang mencakup ; kesejahteraan mental, sindrom PMS dan gangguan suasana hati (Archives of Women's Mental Health, 2018). Ketidakseimbangan hormon yang mencakup ; sindrom PCOS, gangguan ovulasi. Juga gangguan fertilitas, resiko infertilitas dan kehamilan etropik sangat berbahaya dan mengganggu kualitas hidup seorang wanita. (Human Reproduction Update, 2012)

Dismenore primer ringan termasuk gejala haid yang tidak berbahaya, akan tetapi dapat mengganggu dan menghambat wanita dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan dapat menurunkan produktivitas wanita (Raemon et al, 2020). Namun, jika wanita mengalami ketidakteraturan haid dan ketidaknormalan jumlah

darah haid yang dikeluarkan, dan berlangsung dalam jangka waktu lama dan terus menerus, hal itu dapat memengaruhi kesehatan organ reproduksi juga kesuburan pada wanita. Hal itu perlu dicurigai dan diperiksa pada tenaga kesehatan, seperti dokter kandungan, perawat dan bidan. Banyak wanita yang kurang pengetahuan dalam hal mengenai mengurangi dismenore saat haid dan mengatasi ketidakteraturan siklus haidnya, juga ketidaknormalan darah yang keluar saat haid ditambah dengan adanya stress yang memungkinkan memperparah masalah tersebut.

Dikarenakan fenomena ini adalah hal yang sangat banyak terjadi disekitar kita, khususnya peneliti. Peneliti sering menjumpai mahasiswi yang mengalami stress belajar dan haid nya pun bermasalah. Namun masih kurangnya penelitian sebelumnya yang membahas dan meneliti hal ini. Maka, pada penelitian ini diharapkan peneliti dapat mengetahui dan meneliti apakah ada hubungan antara stress pada mahasiswi terutama stress belajar, dengan ketidakteraturan haid, dismenore dan jumlah darah yang dikeluarkan saat haid dengan cara melakukan survey menggunakan kuesioner pada wanita dewasa.

Mencari penyebab gangguan haid merupakan salah satu alternatif solusi untuk mengatasi itu. Stress belajar sering dikaitkan dengan gangguan haid. Tetapi, hal ini sangat perlu untuk diteliti lebih lanjut, apakah ini benar-benar memengaruhi, sehingga perlu dilakukan penelitian terbaru yang tentunya akan bermanfaat untuk perawat melakukan edukasi pencegahan hal tersebut kedepannya. Sudah banyak penelitian tentang ini, dan beberapa penelitian menyebutkan bahwa stress dapat memengaruhi haid seseorang. Tetapi penelitian ini lebih rinci untuk melihat stress belajar dengan gangguan haid yang meliputi ketidakteraturan siklus haid, dismenore, dan jumlah darah haid. Sehingga, solusi yang bisa kita upayakan seperti mencegah terjadinya stress belajar.

Peran perawat yang bisa diambil dalam penelitian ini adalah salah satunya yaitu peran perawat sebagai peneliti. Peran perawat ini sangat penting karena peran ini harus dimiliki oleh semua perawat. Mahasiswa keperawatan dalam usaha mewujudkan peran ini salah satunya yaitu dengan melakukan penelitian tentang fenomena yang terjadi. Sebagai peneliti perawat harus melakukan kajian-kajian keperawatan pasien, yang dapat dikembangkan untuk perkembangan teknologi

keperawatan. Peran perawat sebagai peneliti dapat dilakukan dalam meningkatkan mutu pelayanan keperawatan pasien (Hidayat, 2012).

Penelitian ini nantinya juga perlu dikembangkan instrument yang valid dan reliabel. Dan harapannya bisa mencari dan memberi solusi akan stress dengan ketidakteraturan haid, dismenore dan ketidaknormalan jumlah darah haid yang dikeluarkan. Penelitian ini juga dilakukan mengingat pentingnya hal ini terhadap ilmu kesehatan. Dilakukan penelitian agar mengetahui hubungan antar variabel, dan harapannya penelitian selanjutnya bisa meneliti keterkaitan dan hubungan diantaranya bisa terjadi, sehingga hal ini juga bisa dipelajari lebih dalam. Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan antara Stress Belajar dengan Ketidakteraturan Haid, Dismenore dan Jumlah Darah Haid pada Mahasiswi UMM.”

## **1.2. RUMUSAN MASALAH**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti merumuskan masalah penelitian : Apakah ada hubungan antara stress belajar dengan ketidakteraturan haid, dismenore dan jumlah darah haid pada mahasiswi UMM?

## **1.3. TUJUAN PENELITIAN**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara stress belajar dengan ketidakteraturan haid, dismenore dan jumlah darah haid pada mahasiswi UMM.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

Adapun tujuan khusus dari penelitian ini adalah :

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden
- b. Mengidentifikasi tingkat stress belajar pada mahasiswi UMM.
- c. Mengidentifikasi ketidakteraturan siklus haid pada mahasiswi UMM
- d. Mengidentifikasi dismenore pada mahasiswi UMM
- e. Mengidentifikasi jumlah darah haid pada mahasiswi UMM

f. Mengetahui hubungan tingkat stress dengan siklus ketidakteraturan haid pada mahasiswi UMM.

g. Mengetahui hubungan tingkat stress dengan dismenore pada mahasiswi UMM.

h. Mengetahui hubungan tingkat stress dengan jumlah darah haid pada mahasiswi UMM.

#### **1.4. MANFAAT PENELITIAN**

Secara Aplikatif

a. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai tambahan informasi dan sumber data dasar tentang hubungan tingkat stress dengan kejadian dismenore, ketidakteraturan haid dan jumlah darah haid.

b. Bagi pemberi pelayanan kesehatan

Pemberi pelayanan kesehatan terutama perawat diharapkan dapat membantu memberikan penjelasan pada wanita mengenai stress yang dapat menyebabkan dismenore, ketidakteraturan haid, dan jumlah darah haid.

c. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai masukan dalam pengembangan pengetahuan institusi dan mahasiswa keperawatan serta meningkatkan pengetahuan mengenai hubungan antara stress belajar dengan ketidakteraturan haid, dismenore, dan jumlah darah haid pada mahasiswi UMM.

d. Bagi responden

Sebagai pengetahuan baru bagi responden bahwa manajemen stress sangat baik selain untuk kesehatan, tetapi juga untuk masalah reproduksi. Juga memberi pengetahuan adakah hubungan stress belajar dengan permasalahan haid.

#### **1.5. KEASLIAN PENELITIAN**

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Nama, Judul dan Tahun Penelitian	Instrumen Penelitian dan Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan Penelitian
1.	(Almira Rosyidika Sriwati, Ermawati, Laila Isona, 2020) "Hubungan Tingkat Stres dengan Dismenore Primer pada Mahasiswi Tahun Pertama Fakultas Kedokteran"	Cross sectional dengan teknik total sampling, instrument kuisisioner, Uji data uji fisher	Penelitian ini dengan hasil analisis bivariat menunjukkan tidak terdapat hubungan antara tingkat stress dengan dismenore primer dengan $p = 0,720$ ( $p > 0,05$ ).	-Sama-sama menjelaskan hubungan stress dengan dismenore pada mahasiswi. -Sama-sama menggunakan cross sectional	-Artikel ini menyebutkan stress secara umum, -Pada penelitian saya adalah stress belajar. -Penelitian saya juga meneliti hubungan dengan ketidakteraturan siklus dan jumlah darah haid. -Perbedaan populasi, waktu dan tempat.
2.	(Sri Martini, Prahardian Putri, Tira Caritas, 2021) "HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MASA PANDEMI COVID-19 DI SMA MUHAMMADIYAH 2 PALEMBANG"	Penelitian kuantitatif dengan rancangan survey analitik melalui pendekatan secara cross sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan non probability yaitu purposive sampling Uji data Chi-Square	Diperoleh mayoritas responden mengalami stress akademik tingkat sedang 18 (40,9%) dan mayoritas responden memiliki siklus menstruasi tidak normal 26 (59,1%). Hasil uji Chi-Square memperoleh p-value = 0,031 artinya adanya hubungan yang bermakna antara tingkat stress akademik dengan siklus menstruasi pada masa pandemi covid-19.	-Sama-sama menjelaskan tentang stress akademik atau stress belajar dengan siklus menstruasi. -Sama-sama menggunakan cross sectional	-Artikel meneliti saat masa pandemi covid dimana stress belajar dihubungkan dengan pembelajaran daring dan pada anak SMA. -Perbedaan terletak pada populasi, waktu dan tempat. -Artikel ini hanya fokus pada siklus menstruasi saja

3.	(Diani Damayanti, Ega Adelinge Trisus, Ema Yunanti, Belet Lydia Ingrid, Tirolyn Panjaitan, 2022 “Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Keperawatan di Universitas Swasta di Tangerang”	Analisis kuantitatif dengan pendekatan cross sectional dengan teknik purposive sampling	Menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswi mengalami stres normal sebanyak 81 responden (33.2%) dan menstruasi tidak teratur sebanyak 135 responden (57%). Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Tangerang dengan nilai $p = 0,000$ ( $p < 0,05$ ). Stres dapat memengaruhi siklus menstruasi pada mahasiswi keperawatan di Tangerang	-Sama-sama menganalisa tingkat stress pada mahasiswa. -Sama-sama menggunakan cross sectional.	-Artikel hanya menyebutkan stress secara umum -Perbedaan variabel.(artikel ini hanya fokus pada siklus menstruasi saja) -Perbedaan pada waktu dan tempat.
4.	(Mastaida Tambun, Zulkarnaen Batubara, Martaulina Sinaga, 2021) “HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN GANGGUAN MENSTRUASI PADA REMAJA PUTRI DI SMK N 8 PADANG BULAN TAHUN 2021”	Desain analitik dengan pendekatan Cross Sectional, dengan Teknik sampling : purposive sampling. Pengumpulan data : teknik accidental sampling.	Minoritas mengalami tingkat stress ringan sebanyak 12 orang (38,7%), Bahwa dari 31 responden, mayoritas responden yang mengalami gangguan menstruasi berjumlah 17 orang (54,8%), dan minoritas responden yang tidak mengalami	-Sama-sama menjelaskan tingkat stress dengan gangguan menstruasi. -Sama-sama menggunakan cross sectional. -Sama-sama meneliti gangguan haid seperti siklus haid, jumlah darah haid, dan dismenore.	-Penelitian ini dilakukan pada remaja putri (anak SMK) -Penelitian saya pada wanita dewasa awal (mahasiswi) -Artikel ini meneliti stress secara umum

			gangguan menstruasi berjumlah 14 orang (45,2%). (siklus menstruasi), dimana nilai ( $p=0,000$ ) < 0,005.		
5.	(Nurul Aini Yudita, Amel Yanis, Detty Iryani, 2017) “Hubungan antara Stres dengan Pola Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas”	Penelitian ini merupakan penelitian analitik observasional dengan menggunakan desain cross sectional. Teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling, sehingga didapatkan 112 responden yang sesuai dengan kriteria yang ditentukan. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner DASS 42 untuk mengukur stres dan kuesioner. Analisis data menggunakan Fisher’s exact test dengan taraf signifikansi 0,05.	Hasil penelitian menunjukkan bahwa 36 dari 39 responden yang mengalami stress ringan, sedang dan berat memiliki siklus menstruasi normal (92,3%). Hasil analisis data diperoleh $p = 0,616$ yang menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara stres dan pola siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas	-Sama-sama meneliti hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi. -Sama-sama menggunakan cross sectional.	-Perbedaan variabel.(artikel ini hanya fokus pada siklus menstruasi saja -Perbedaan lokasi, tempat, waktu. -Artikel ini menggunakan kuesioner DASS yang meneliti kecemasan, depresi, dan stress