

# BAB I

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses alamiah pada perempuan yang memasuki usia remaja. Menstruasi adalah proses pengeluaran darah dari uterus disertai selaput lapisan dinding uterus pada wanita dewasa yang terjadi secara periodik. Keadaan ini membutuhkan keseimbangan antara hormon estrogen dan progesteron secara bergantian (Mirza, 2009).

Menstruasi yang terjadi secara periodik setiap bulannya akan membentuk siklus menstruasi. Siklus menstruasi adalah waktu hari pertama menstruasi hingga mulainya menstruasi periode berikutnya. Siklus menstruasi atau haid dikatakan normal apabila siklus berada pada rentang 21 sampai 35 hari (rata-rata 28 hari) dengan lama menstruasi antara 2–7 hari, banyaknya darah yang keluar 20-60 ml (2-5 pembalut per hari), tidak ada rasa nyeri, dan terjadi ovulasi (Progestrin, 2010).

Jika siklus menstruasi kurang dari 21 hari disebut dengan *polimenore*, sedangkan siklus menstruasi lebih dari 35 hari disebut juga dengan *oligomonore*, dan yang tidak menstruasi selama 3 bulan berturut-turut disebut *amenore* (Setyaningrum, 2008). Siklus menstruasi yang tidak teratur yaitu jika dalam waktu 3 bulan pada rentang <21 hari atau >35 hari. Sedangkan siklus menstruasi yang teratur yaitu jika dalam waktu 3 bulan pada rentang 21-35 hari (Rahmatullaili, 2012 dalam Luthfa, 2017). Akibat dari siklus menstruasi yang tidak teratur yaitu *infertile*, *endometriosis*, dan gangguan psikologis (Ilmi & Selasmi, 2019).

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) (2018) menyebutkan bahwa 80% wanita di seluruh dunia mengalami menstruasi yang tidak teratur. Menurut data riset kesehatan dasar (2018) sebanyak 11,7% remaja putri di Indonesia mengalami haid tidak teratur. Selain itu kasus menstruasi tidak teratur ditemukan di Jawa Tengah pada rentang wanita 10-59 tahun mencapai 13,1%. Beberapa penelitian menunjukkan tingginya prevalensi remaja putri yang mengalami gangguan siklus menstruasi, diantaranya penelitian dengan persentase sebesar 93,2% yang dilakukan pada remaja putri berusia 10-19 tahun (Miraturrofi'ah, 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Islamy dan Farida (2019) menunjukkan bahwa faktor yang paling dominan mempengaruhi siklus menstruasi adalah tingkat stres dengan  $p\text{-value}= 0,015$  dan status gizi dengan  $p\text{-value}= 0,026$ .

Selain itu, gangguan menstruasi yang terjadi pada wanita adalah dismenore. Dismenore adalah nyeri yang dirasakan dengan gejala kompleks berupa kram bagian bawah yang menjalar ke punggung atau kaki (Nugroho & Utama, 2014). Menurut Wiknjosastro (2014) dismenore ada dua macam yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Remaja pada umumnya mengalami dismenore primer yaitu nyeri menstruasi yang dijumpai tanpa adanya kelainan pada alat genital dan lebih disebabkan oleh ketidakseimbangan *steroid* seks dalam ovarium, sedangkan dismenore sekunder adalah dismenore yang terjadi karena adanya kelainan ginekologi seperti *salpingitis* kronik, *endometriosis*, *adenomiosis* uteri, *stenosis* servik uteri dan kelainan ginekologi lainnya.

Dismenore sering terjadi pada wanita pada rentang usia 20 - 25 tahun sebanyak 61% pada wanita yang belum menikah (Reeder, 2015). Menurut

Badan Prevalensi Dismenore di dunia, insiden bervariasi mulai dari 45% hingga 97% pada wanita usia subur dan kasus paling banyak dijumpai pada remaja. Prevalensi dismenore di Indonesia mencapai 98,8%, pada umumnya terjadi pada remaja akhir (rerata usia 17,7 tahun) dengan ciri-ciri terasa nyeri di daerah pinggul dan mempengaruhi aktivitas sehari-hari (Petraglia *et al.*, 2017 & Kartilah *et al.*, 2020). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Pundati, Sistiarani, & Hariyadi (2016) menunjukkan bahwa faktor yang paling dominan mempengaruhi dismenore adalah stres. Adapun penelitian lain yang dilakukan oleh Lona, Hartini, & Eliana (2018) menunjukkan bahwa faktor yang paling dominan mempengaruhi dismenore adalah status gizi.

Gangguan menstruasi dapat disebabkan karena faktor seperti usia, berat badan, aktivitas fisik, tingkat stres, genetik, status gizi, kelelahan, kualitas tidur dan penggunaan kontrasepsi (Hidayatul & Supriyadi, 2020). Stres menjadi salah satu faktor pemicu yang menyebabkan gangguan menstruasi pada wanita yang berdampak pada fisik, sosial, emosi, intelektual, dan spiritual. Stres adalah reaksi dari seseorang saat keinginan atau tuntutan tidak seimbang dengan kemampuan yang dimiliki dan menimbulkan ketegangan mental yang berdampak negatif, seperti pusing, tekanan darah tinggi, mudah tersinggung, sedih, sulit berkonsentrasi, perubahan nafsu makan, gangguan pola tidur Niken dalam Zees (2019). Stres dapat membuat kelenjar adrenal menyekresikan kortisol. Salah satu fungsi dari kortisol adalah menghambat *Luteinizing Hormone* (LH) sehingga pengeluaran hormon estrogen dan progesteron juga menjadi terganggu dan mengakibatkan siklus menstruasi menjadi terhambat.

Disamping itu stres juga dapat mengakibatkan dismenore. Pada saat stres tubuh seseorang akan memproduksi hormon adrenalin, estrogen, dan prostaglandin secara berlebihan. Hormon estrogen dalam tubuh yang berlebih menyebabkan terjadinya peningkatan kontraksi uterus secara berlebihan. Selain itu hormon adrenalin yang berlebih akan meningkat sehingga menyebabkan terjadinya ketegangan otot tubuh termasuk otot rahim dapat memicu kontraksi secara berlebihan ketika menstruasi sehingga menyebabkan rasa nyeri saat menstruasi. Sedangkan peningkatan pada hormon prostaglandin dapat menimbulkan rasa nyeri, hal tersebut terjadi apabila kadar progesteron dalam darah rendah (Prawirohardjo, 2006 dalam Casteli, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh Anjarsari dan Purnama Sari (2020) terhadap 112 responden yang dilakukan pada tanggal 12 April 2020 menemukan hubungan yang bermakna antara tingkat stres dengan siklus menstruasi yang diuji statistik korelasi menggunakan *Chi-Square*. Dampak (58%) dalam kategori stres dan sebanyak (89%) mengalami siklus menstruasi kategori tidak normal. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi kelas 2 SMA Wachid Hasyim 1 Surabaya. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Agustin (2018) mengenai hubungan tingkat stres terhadap kejadian dismenore pada remaja. Hasil penelitian membuktikan bahwa tingkat dismenore dalam tingkat sedang (64,5%) dan tingkat stres dalam tingkat sedang (71%) dibuktikan nilai Fisher's Exact =  $0,001 \leq \alpha = 5\%$  yang berarti ada hubungan tingkat stres terhadap kejadian dismenore pada remaja.

Selain stres, status gizi juga dapat mengakibatkan gangguan menstruasi. Status gizi adalah keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi. Dibedakan antara status gizi kurang, baik, lebih (Almatsier 2005). Status gizi memiliki peran penting untuk melihat baik dan buruknya keadaan gizi seseorang. Kekurangan gizi ataupun kelebihan gizi keduanya dapat mengganggu siklus menstruasi karena mempengaruhi kinerja hipotalamus sehingga tidak mampu memberi kode untuk hipofisa anterior dan hipofisa tidak mengeluarkan *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH).

Disamping itu, status gizi yang rendah (*underweight*) dapat diakibatkan karena asupan konsumsi makanan yang kurang asupan nutrisi menyebabkan dismenore sedangkan status gizi lebih (*overweight*) juga dapat mengakibatkan dismenore karena terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat menyebabkan hiperplasi pembuluh darah atau terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita, sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan mengakibatkan nyeri pada menstruasi (Nurwana *et al.*, 2017).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Alfirana, Marihot & Yudanti (2022) tentang hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada mahasiswi fakultas kedokteran Universitas Mulawarman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 87 responden mahasiswi, sebanyak 45 responden (52%) memiliki siklus menstruasi normal dan sebanyak 42 responden (48%) tidak normal. Nilai *p-value* sebesar 0.024 menunjukkan ada hubungan antara status gizi dengan siklus menstruasi mahasiswi Fakultas Kedokteran

Universitas Mulawarman. Disamping itu, Rimbawati dan Muniroh (2019) di SMAN 1 Babat Toman menunjukkan bahwa siswi yang mengalami dismenore sebesar 52%. Prevalensi siswi yang memiliki gizi kurang baik atau status gizi kurang mencapai 54%. Penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenore dengan  $p = 0,04$  (Rimbawati & Muniroh, 2019).

Hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti melalui wawancara pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang pada tanggal 17 Maret 2023 menunjukkan bahwa didapatkan responden yang berjumlah 10 orang dengan hasil 6 siswi dengan siklus menstruasi tidak teratur dan 4 siswi dengan siklus menstruasi teratur. Selain itu, didapatkan responden yang berjumlah 10 orang dengan hasil 7 siswi dengan dismenore dan 3 siswi tidak dismenore.

Berdasarkan latar belakang diatas, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan status gizi dengan siklus menstruasi dan kejadian dismenore pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan tingkat stres dan status gizi dengan siklus menstruasi dan kejadian dismenore pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang”

## **C. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan status gizi dengan siklus menstruasi dan kejadian dismenore pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang.

2. Tujuan khusus

- a. Mengetahui gambaran tingkat stres pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang
- b. Mengetahui gambaran status gizi pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang
- c. Mengetahui gambaran siklus menstruasi pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang
- d. Mengetahui gambaran kejadian dismenore pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang
- e. Menganalisis hubungan tingkat stres dan status gizi dengan siklus menstruasi pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang
- f. Menganalisis hubungan tingkat stres dan status gizi dengan kejadian dismenore pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang.

**D. Manfaat penelitian**

1. Secara Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk memberikan sumbangsih keilmuan untuk mengembangkan teori serta menambah wawasan ilmu pengetahuan dan juga memberikan informasi sehingga dapat menggambarkan secara nyata mengenai tingkat stres dan status gizi dengan siklus menstruasi dan kejadian dismenore.

## 2. Secara Praktis

### a. Bagi instansi pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan informasi dan masukan bagi pendidikan dalam proses pembelajaran mahasiswa keperawatan.

### b. Bagi peneliti

Manfaat bagi peneliti adalah memperoleh pengetahuan dan wawasan mengenai hubungan tingkat stres dan status gizi dengan siklus menstruasi dan kejadian dismenore pada siswi Kelas XI di SMA Negeri 1 Majenang.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No	Penulis (Tahun)	Judul	Desain Penelitian	Responden dan Variabel Penelitian	Analisa Data	Hasil Penelitian
1	(Damayanti <i>et al.</i> , 2022)	Hubungan Tingkat dengan Menstruasi Mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Swasta Tangerang	<i>Cross sectional</i> Stres Siklus di	244 responden Variabel independen: Tingkat Stres Variabel dependen: Siklus Menstruasi	Uji analisis korelasi Rank <i>Spearman</i>	<b>Terdapat hubungan</b> tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswa Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Tangerang dengan nilai pv = 0,000 (p<0,05)



2	(Indriyani & Aniroh 2023)	Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri	<i>Cross sectional</i>	263 responden	Uji analisis korelasi	<b>Tidak ada hubungan</b>
				Variabel independen: Tingkat Stres	<i>Chi Square</i>	antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri dengan $p_v=0,489$ ( $p>0,05$ )
3	(Rumahorbo et al., 2022)	Hubungan terhadap Dismenore pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan	<i>Cross sectional</i>	70 responden	Uji analisis korelasi	<b>Terdapat hubungan</b>
				Variabel independen: Dismenore	<i>Pearson</i>	antara stres terhadap dismenore dengan nilai $P\text{-value} = 0,000$
4	(Liska, 2022)	Hubungan Gizi Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Kelas X Di Sman 1 Banjaran	<i>Cross sectional</i>	70 responden	Uji analisis korelasi	<b>Terdapat hubungan</b>
				Variabel independen: Status gizi	<i>Chi Square</i>	antara status gizi dengan kejadian dismenore dimana nilai $P\text{-value} = 0,015$ .
5	(Nuzula & Oktaviana 2019)	Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Pada Peimer Mahasiswi Akademi Kesehatan	<i>Cross sectional</i>	60 responden	Uji regresi <i>logistic</i>	<b>Tidak terdapat hubungan</b>
				Variabel independen: Aktivitas fisik, tingkat stres, konsumsi		antara status gizi dengan dismenore dengan $p_v=0,011$

Rustida Banyuwangi	<i>fast food</i> , paparan asap rokok, status gizi Variabel dependen: Dismenore
-----------------------	---

Perbedaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah sebagai berikut:

#### 1. Variabel penelitian

Variabel independen yang digunakan peneliti dalam penelitian ini adalah tingkat stres dan status gizi sedangkan variabel dependen dalam penelitian ini adalah siklus menstruasi dan kejadian dismenore. Variabel independen ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti *et al.*, (2022) yang menggunakan hanya stres sebagai variabel independen dan siklus menstruasi sebagai variabel dependen. Adapun penelitian yang dilakukan oleh Liska (2022) menggunakan status gizi sebagai variabel independen dan kejadian dismenore sebagai variabel dependen.

#### 2. Analisa Data

Penelitian ini menggunakan uji *Lambda*, hal ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Indriyani & Aniroh (2023), Liska (2022) yang menggunakan uji korelasi *Chi Square*, penelitian yang dilakukan oleh Damayanti *et al.*, (2022) menggunakan uji analisis korelasi *Rank Spearman*, penelitian yang dilakukan oleh Rumahorbo *et al.*, (2022) menggunakan uji analisis korelasi *Pearson* dan penelitian oleh Nuzula & Oktaviana (2019) menggunakan uji *Regresi Logistic*.

### 3. Tujuan Penelitian

Penelitian yang dilakukan oleh peneliti adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres dan status gizi dengan siklus menstruasi dan kejadian dismenore di SMA Negeri 1 Majenang. Tujuan ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Damayanti *et al.*, (2022) yang bertujuan untuk mengetahui hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Keperawatan di Universitas Swasta di Tangerang. Penelitian yang dilakukan oleh Nuzula & Oktaviana (2019) adalah untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian dismenore primer pada mahasiswi tingkat dua Akademi Kesehatan Rustida Banyuwangi. Selain itu penelitian yang dilakukan oleh Liska (2022) adalah untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian dismenore pada remaja putri Kelas X di Sman 1 Banjaran

Persamaan penelitian di atas dengan penelitian yang akan peneliti lakukan adalah desain penelitian. Desain penelitian yang digunakan oleh (Damayanti *et al.*, 2022; Indriyani & Aniroh 2023; Rumahorbo *et al.*, 2022; Liska, 2022; Nuzula & Oktaviana 2019) menggunakan desain *Cross sectional*