

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Ketika kita melakukan hal baru yang hasilnya kemungkinan tidak sesuai ekspektasi atau mengancam diri sendiri sehingga diri kita merasa tertekan, sebagai respon yang dirasakan disebut stres¹. Perasaan stres jika dibiarkan akan menimbulkan gangguan kesehatan fisik maupun jiwa². *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa stres merupakan salah satu penyakit kejiwaan yang prevalensinya cukup tinggi, dimana lebih dari 350 juta penduduk di dunia mengalami stres dan merupakan penyakit dengan peringkat ke-4 di dunia³. Prevalensi mahasiswa yang mengalami stres sebanyak 34.5% yang biasanya dapat disebabkan karena faktor eksternal seperti, tekanan akademik, permasalahan keluarga, kurangnya waktu istirahat, dan lain-lain⁴.

Perasaan stres jika dibiarkan akan menimbulkan gangguan kesehatan fisik maupun jiwa. Meskipun kita terbiasa menghadapi dan merasakan stres yang tinggi, bukan berarti kita bisa menghadapi stres tersebut. Setiap orang memiliki batas kritis yang berbeda-beda dari waktu ke waktu, tergantung dengan kesehatan tubuh dalam menghadapi suatu stres. Seseorang dengan stres dapat merasakan sulit berkonsentrasi, nafsu makan berkurang atau berlebih, sulit untuk tidur, mudah tersinggung, muncul keluhan seperti sakit kepala, sakit perut, munculnya keringat yang berlebih, merasa gelisah, muka pucat, dan jantung berdebar-debar². Maka dari itu, penting untuk mengetahui dan peduli mengenali gejala serta cara mengelola stres⁵.

Dismenorea merupakan istilah untuk nyeri perut bagian bawah saat siklus menstruasi yang berkaitan dengan penyakit ataupun tidak berkaitan⁶. *World Health Organization* (WHO) mengatakan bahwa kejadian dismenorea di dunia sangat tinggi, rata-rata sebanyak lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami kejadian dismenore, dan 10-15% diantaranya mengalami dismenorea yang berat sehingga tidak mampu untuk melakukan aktivitas sehari-harinya⁷. Penelitian pada tahun 2018 menunjukkan bahwa angka kejadian dismenorea di Indonesia cukup tinggi mencapai 60-70% perempuan, dengan 54,89% mengalami dismenorea

primer dan 45,11% mengalami dismenorea sekunder⁸. Dampak dari kejadian dismenorea ini dapat mengakibatkan penurunan produktivitas. Faktor resiko dari kejadian dismenorea ini dapat berupa beberapa faktor dari merokok, tinggi nya index massa tubuh, usia menarke yang terlalu dini. Selain itu, faktor psikologi seperti tingkat stres dan deperesi juga mempengaruhi kejadian tingkat nyeri pada dismenore⁹.

Penelitian yang telah dilakukan di China menyatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea pada wanita yang baru menikah pada usia 20-34 tahun. Penelitian ini mengatakan bahwa resiko terjadinya dismenorea lebih tinggi dua kali pada wanita yang mengalami tingkat stres yang tinggi dibandingkan dengan tingkat stres yang rendah¹⁰. Penelitian ini juga mengatakan bahwa dampak dari dismenorea ini adalah menurunkan tingkat produktivitas kerja pada individu.

Dengan data yang menunjukkan angka kejadian dismenorea di Indonesia yang cukup tinggi dan stres merupakan salah satu faktor resiko dari dismenore, sehingga kejadian ini membutuhkan perhatian lebih dan penting untuk dibahas. Maka dari itu, peneliti ingin melakukan penelitian untuk mencari tahu mengenai hubungan antara tingkat stres dengan kejadian tingkat nyeri dismenorea pada Mahasiswi yang dimana memiliki tingkatan stres yang berbeda-beda.

1.2 Rumusan Masalah

Dari beberapa penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenore, tetapi penelitian-penelitian yang dilakukan jarang menargetkan Mahasiswi. Mahasiswi Fakultas Kedokteran memiliki tingkatan stres yang berbeda dengan yang lainnya. Maka dari itu, peneliti ingin melakukan penelitian untuk mencari tahu apakah ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

1.3 Pertanyaan Penelitian

Apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

1.4 Tujuan penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenore

1.4.2 Tujuan Khusus

- Mengetahui distribusi tingkatan stres Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
- Mengetahui distribusi Kejadian dismenorea pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
- Mengetahui apakah terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

- Dapat meningkatkan wawasan dan ilmu dari peneliti dan pembaca mengenai topik dismenorea
- Dapat menjadi bahan referensi untuk penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan dismenorea

1.5.2 Manfaat Praktis

- Menyadarkan masyarakat khususnya untuk remaja perempuan untuk mengatur tingkat stres agar terhindar dari kejadian dismenorea dan gangguan kesehatan lainnya.
- Menyadarkan masyarakat khususnya perempuan bahwa dismenorea merupakan hal tidak boleh untuk diacuhkan.