

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Pubertas adalah fase transisi antara masa kanak-kanak ke dewasa. Fase ini berlangsung dalam tahapan-tahapan kompleks yang dipengaruhi oleh faktor-faktor neuroendokrin. Perubahan yang terjadi berupa segi fisik-biologis dan juga segi psikis sehingga bertransisi menuju maturitas seksual. Umur awitan pubertas berbeda-beda untuk setiap anak, juga berbeda untuk pria dan wanita. Pubertas pada wanita dapat terjadi dalam rentang umur 8 sampai 13 tahun, sedangkan pada pria dalam rentang umur 9 sampai 14 tahun. Pada wanita, perubahan awal yang terjadi berupa pertumbuhan atau pembesaran dari payudara atau breast budding, diikuti pertumbuhan rambut pubis, dan menstruasi.

Menstruasi yang merupakan indikator pubertas atau pematangan seksual adalah siklus hormonal yang terjadi pada wanita kira-kira sekali setiap bulan. Menstruasi memiliki tahapan-tahapan sehingga membentuk siklus yang terdiri dari fase folikuler atau proliferasi, ovulasi, dan luteal atau sekretori. Menstruasi terjadi pada fase folikuler hari pertama yang menandakan awal mula siklus ini. Pada fase luteal, dinding endometrium menebal sebagai persiapan fertilisasi dan implantasi. Jika tidak terjadi fertilisasi dan implantasi, maka akan terjadi menstruasi yaitu meluruhnya dinding endometrium¹.

Pada saat menstruasi, umum adanya keluhan mengenai nyeri haid atau dismenore. Dismenore merupakan nyeri yang dirasakan sebelum atau pada saat

menstruasi. Dismenore terbagi 2 yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder². Angka kejadian global dismenore primer besar yaitu rata-rata diatas 50%. Penelitian yang dilakukan sebelumnya menunjukkan tingkat prevalensi dismenore di Amerika Serikat kira-kira 90% dengan 10-15% diantaranya mengalami dismenore derajat berat, di Swedia sebesar 72% , dan di Afrika 85,4%³. Prevalensi di Asia menunjukkan angka sekitar 84,2% . Angka kejadian di Indonesia menunjukkan 64,25% yang mencakup 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Nyeri dari dismenore bisa ringan, sedang, dan berat sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari⁴. Penelitian yang dilakukan sebelumnya juga mencantumkan wanita yang memiliki riwayat insomnia juga memiliki derajat dismenore lebih berat daripada yang tidak⁵.

Pada penelitian yang telah dilakukan sebelumnya di Bandung dan Malang^{6,7}, kualitas tidur buruk dapat berpengaruh pada dismenore primer. Hal ini dikaitkan dengan hubungan kualitas tidur dan mekanisme nyeri. Ketika tidur tidak cukup atau kualitas yang tidak baik, level prostaglandin akan meningkat yang berhubungan dengan mekanisme prostaglandin di uterus. Selain itu kualitas tidur buruk disebutkan dapat memengaruhi afek sehingga menurun dan meningkatkan sensitivitas terhadap nyeri⁶.

1.2 Rumusan Masalah

Penelitian-penelitian sebelumnya mengenai kualitas tidur dan kejadian dismenore primer pada siswi ataupun mahasiswi mencantumkan adanya hubungan antara keduanya. Namun, penelitian akan pengaruh kualitas tidur terhadap derajat atau tingkat keparahan dari dismenore primer masih kurang.

Mahasiswi Fakultas Kedokteran memiliki jadwal yang cukup padat hingga dapat menyebabkan menurunnya kualitas tidur sehingga peneliti ingin mengetahui lebih dalam pengaruh kualitas tidur terhadap derajat dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UPH angkatan 2019-2023.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- 1) Bagaimanakah pengaruh kualitas tidur terhadap derajat dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2019-2023?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan umum

Untuk mengetahui pengaruh kualitas tidur terhadap derajat dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2019-2023

1.4.2 Tujuan Khusus

- 1) Untuk mengetahui kualitas tidur mahasiswi Fakultas Kedokteran UPH 2019-2023
- 2) Untuk mengetahui angka kejadian dismenore pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UPH 2019-2023

1.5 Manfaat Penelitian

Penelitian ini diharapkan agar dapat menambah wawasan dan informasi dalam bidang kesehatan khususnya bagi wanita mengenai kualitas tidur, dismenore dan hubungan keduanya.