

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **1.1. Latar Belakang**

Menstruasi merupakan proses dimana sistem reproduksi wanita mengalami pendarahan vagina berkala yang terjadi bersamaan dengan keluarnya mukosa rahim. Hal ini adalah perubahan siklus teratur yang secara teleologis dianggap sebagai persiapan berkala untuk kehamilan dan pembuahan. Siklus setiap orang bervariasi, namun rata-rata adalah 28 hari.<sup>1</sup> Secara konvensional, siklus menstruasi normal diklasifikasikan sebagai 21-35 hari.<sup>2</sup> Durasi rata-rata menstruasi adalah 3-5 hari, namun durasi yang paling singkat seperti 1 hari dan paling lama 8 hari dapat terjadi pada wanita normal. Menstruasi dimulai pada masa pubertas, berkisar antara usia 10 hingga 16 tahun, dan berakhir saat menopause pada usia rata-rata 51 tahun.<sup>1</sup>

Beberapa penelitian telah menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan usia subur menderita masalah kesehatan terkait menstruasi, termasuk masalah siklus menstruasi.<sup>3</sup> Penelitian yang dilakukan Damayanti et al. (2022) pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Swasta Tangerang menunjukkan hasil bahwa sebanyak 57% responden mengalami menstruasi yang tidak teratur.<sup>4</sup> Ada juga penelitian yang dilakukan Mittiku et al. (2022) di Ethiopia dimana 32,6% mahasiswi disana mengalami siklus menstruasi ireguler.<sup>5</sup> Studi lain di Asia juga menunjukkan prevalensi siklus menstruasi yang lebih tinggi yaitu di 64,2% dan 38,7%.<sup>6,7</sup> Beberapa jurnal menemukan bahwa menstruasi yang tidak teratur memiliki dampak buruk

pada kesehatan wanita. Penelitian yang dilakukan oleh Rostami et al. (2016) menemukan bahwa wanita dengan siklus menstruasi ireguler cenderung memiliki IMT yang lebih tinggi dan kemungkinan besar untuk menderita hipertensi, hiperkolesterolemia, dan diabetes mellitus.<sup>8</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Vale et al. (2014) menemukan bahwa menstruasi yang tidak teratur terkait dengan masalah kesehatan psikososial seperti durasi tidur yang pendek dan depresi.<sup>9</sup> Hal ini menunjukkan bahwa ketidakaturan dalam siklus menstruasi dapat memengaruhi kesejahteraan psikologis dan kesehatan mental, yang perlu diperhatikan dalam konteks kesehatan wanita. Penelitian yang dilakukan oleh Harris et al. (2017) menemukan hubungan antara siklus menstruasi yang tidak teratur dengan masalah kesuburan pada wanita.<sup>10</sup> Mereka menemukan bahwa wanita yang mengalami menstruasi yang tidak teratur memiliki risiko lebih dari dua kali lipat untuk mengalami infertilitas. Ini menunjukkan bahwa kesehatan reproduksi wanita dapat terganggu secara signifikan oleh ketidakaturan dalam siklus menstruasi mereka. Terdapat berbagai macam penyebab masalah gangguan siklus menstruasi, diantaranya seperti stres, obesitas, dan merokok.<sup>11</sup> Faktor yang sering terjadi pada mahasiswa salah satunya adalah stres.

WHO mendefinisikan stres sebagai keadaan kekhawatiran atau ketegangan mental yang disebabkan oleh situasi sulit.<sup>12</sup> Stres sangat umum terjadi di kalangan mahasiswa kedokteran di seluruh dunia.<sup>13</sup> Mahasiswa kedokteran merupakan mahasiswa yang mempunyai masa studi yang panjang, tingkat kesulitan yang tinggi, dan memiliki tugas klinis yang

berat.<sup>14</sup> Penelitian yang dilakukan oleh Aamir (2017) menunjukkan bahwa tingkat stres mahasiswa kedokteran ditemukan jauh lebih tinggi dibandingkan mahasiswa profesi non-medis.<sup>15</sup> Hal ini juga didukung dengan berbagai penelitian yang dilakukan dari berbagai negara seperti sebuah penelitian Melaku et al. (2015) di Ethiopia pada mahasiswa kedokteran yang memiliki prevalensi stres sebesar 52,4% dengan konklusi stres sebagai masalah yang signifikan pada mahasiswa fakultas kedokteran.<sup>13</sup> Di Mesir, prevalensi stres pada mahasiswa fakultas kedokteran di *Assiut University* dilaporkan sebesar 59,9%.<sup>16</sup> Di Indonesia, Hediatty et al. (2022) melakukan penelitian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran di Universitas Jambi tentang gambaran tingkat stres mahasiswa dimana sebagian besar mahasiswa kedokteran mengalami stres tingkat sedang. Penelitian lain di Universitas Muhammadiyah Semarang pada mahasiswa tahun pertama Fakultas Kedokteran ditemukan bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat stres ringan hingga sedang.<sup>17</sup> Dampak dari stres juga dapat dilihat dari penelitian yang dilakukan oleh Temitope et al. (2022) pada mahasiswa dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa stres dapat mengakibatkan pengambilan keputusan yang buruk, ketidakhadiran, pengobatan sendiri, dan kecanduan alkohol dan produk tembakau. Paparan situasi stres yang terlalu lama juga dapat menyebabkan kehilangan ingatan, masalah kesehatan yang serius, ketegangan hubungan dengan teman dan keluarga, dan penurunan prestasi akademik.<sup>18</sup>

Hubungan antara stres dengan siklus menstruasi dapat dilihat dari beberapa penelitian yang telah dilakukan. Rafique et al. (2018) melakukan penelitian pada mahasiswa Saudi Arabia yang menunjukkan 91% subjek menderita masalah menstruasi (27% menstruasi ireguler dan 9% amenorea) dimana *high perceived stress* (HPS) diidentifikasi pada 39% subjek dan terdapat korelasi positif yang signifikan antara HPS dengan masalah menstruasi.<sup>19</sup> Di Indonesia, Aldiba et al. (2022) melakukan penelitian pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatra Utara dimana terdapat hubungan yang signifikan pada tingkat stres dengan siklus menstruasi dengan rincian 54,5% mahasiswa mengalami stres dan 44,5% dari mahasiswa mengalami siklus menstruasi yang tidak normal.<sup>20</sup> Penelitian lain yang dilakukan oleh Achmad et al. (2021) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Kristen Indonesia menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi.<sup>21</sup> Namun, penelitian yang dilakukan Fitriani et al. (2022) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Muhammadiyah Jakarta tidak menunjukkan adanya hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi.<sup>22</sup> Di Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan juga pernah dilakukan penelitian tentang tingkat stres dengan siklus menstruasi, namun penelitian tersebut hanya meneliti siklus oligomenorea dan dilakukan pada selama pandemi COVID-19. Dengan ini, diperlukan penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

## **1.2. Rumusan Masalah**

Beberapa penelitian menunjukkan hasil dimana terdapat hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi. Namun, masih ada penelitian lain yang mendapatkan hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara kedua variabel tersebut. Berdasarkan hal tersebut, ditambah dengan tingginya prevalensi stres pada mahasiswa kedokteran dan juga banyaknya masalah siklus menstruasi yang terjadi pada mahasiswi, peneliti merumuskan pertanyaan penelitian apakah terdapat hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

## **1.3. Pertanyaan Penelitian**

- a) Apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?
- b) Bagaimana gambaran tingkat stres pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?
- c) Bagaimana gambaran siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan?

## **1.4. Tujuan Penelitian**

### **1.4.1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi secara signifikan agar bisa dijadikan

sebagai bahan edukasi dan meningkatkan kepedulian serta pengetahuan pada masalah tersebut.

#### **1.4.2. Tujuan Khusus**

- a) Mengidentifikasi tingkat stres pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- b) Mengidentifikasi siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.
- c) Mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

### **1.5. Manfaat Penelitian**

#### **1.5.1. Manfaat Akademik**

- a) Hasil penelitian dapat menambah pengetahuan dan wawasan dalam pemikiran ilmiah di bidang kesehatan.
- b) Memberikan pijakan atau referensi untuk penelitian serupa lainnya yang berkaitan dengan hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi.

#### **1.5.2. Manfaat Praktis**

- a) Sebagai sarana edukasi untuk masyarakat dalam pengetahuan mengenai hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi.

b) Sebagai sarana promosi kesehatan agar mahasiswi fakultas kedokteran sadar akan dampak dari tingkat stres dengan siklus menstruasi mereka.

