

# BAB I

## PENDAHULUAN

### I.1. Latar Belakang

Studi kajian wanita berwawasan gender yang bertitik tolak belakang dari paham feminisme ingin mengubah pemikiran yang menganggap bahwa pria adalah pusat penentu aktivitas. Dengan demikian, aliran ini ingin menempatkan wanita agar sejajar dengan pria bukan sebagai subordinasi, selain kondisi biologis yang memang tidak tergantikan oleh pria (*Widaningrum, 1996, cit. Sumijati, 2002*). Gender merupakan hasil pemikiran atau rekayasa manusia yang biasanya menghambat kemajuan wanita. Oleh karena itu, gender tidak bersifat universal, bukan kodrat manusia dan dapat berubah karena pengaruh perjalanan sejarah, perubahan politik, ekonomi, sosial, budaya, atau kemajuan pembangunan (*Anonim, 1996*). Menurut *Ibrahim MD, 1994 (cit. Sumijati, 2002)*, hambatan fisik yang berkaitan dengan kodrat dan keharusan wanita untuk mengandung, melahirkan dan menyusui merupakan penghalang utama bagi mereka untuk aktif langsung secara terus-menerus dalam upaya pengembangan diri. Akan tetapi, hambatan diatas sedikit demi sedikit pudar meskipun belum semuanya.

Perempuan mulai menyadari keterbelakangan dan menunjukkan kemampuan untuk duduk sama rendah berdiri sama tinggi dengan laki-laki. Baik di masa sekarang maupun masa yang akan datang peranan wanita sudah tidak dapat dipungkiri lagi, bahkan merupakan suatu keharusan. Hal ini mengakibatkan wanita bergerak untuk membantu aktivitas ekonomi keluarga. Terjadinya

pergeseran peranan wanita berakibat peningkatan jumlah wanita yang bekerja sebagai ibu rumah tangga tanpa diikuti pengurangan yang sepadan perannya sebagai pekerja rumah tangga. Kondisi tersebut selain meningkatkan beban fisik yang tidak sehat, juga dapat meningkatkan stress pada wanita bekerja (*Teitelman, et al., 1990, cit. Suryani, 2003*).

Sejalan dengan perkembangan jaman, saat ini jumlah kaum wanita yang turut berpartisipasi di lapangan pekerjaan semakin banyak, baik untuk meningkatkan ekonomi, maupun untuk aktualisasi diri kaum wanita itu sendiri. Untuk dapat melaksanakan pekerjaan sebaik-baiknya maka wanita harus sehat. Wanita yang terpelihara kesehatannya akan mampu menghasilkan produksi kerja yang tinggi dan terhindar dari resiko yang merugikan kesehatan diri akibat pekerjaannya. Wanita yang bekerja mungkin mengalami ketegangan jiwa lebih besar. Ketegangan pada wanita bekerja yang berhubungan dengan ketegangan emosional ialah peranan yang terlalu berat, emosi wanita dan ketidaksesuaian dengan kondisi pekerjaan.

Pekerjaan dapat mempengaruhi kesehatan reproduksi pada wanita bekerja, sehingga waktu untuk meninggalkan pekerjaan lebih banyak. Angka kejadian menstruasi abnormal pada wanita bekerja adalah 15 %. Efek pemaparan pada reproduksi wanita dapat berupa abnormalitas menstruasi dan infertilitas. Abnormalitas menstruasi pada wanita dapat dihindari sehingga kesehatan reproduksi dan kerjanya dapat terpelihara dan juga mampu menghasilkan produktivitas tinggi. Banyak wanita yang mengalami ketidaknyamanan fisik beberapa hari selama masa menstruasi, sebagian dari seluruh wanita menderita

akibat dismenorhea atau menstruasi yang menyakitkan. Hal ini terutama terjadi pada awal masa dewasa.

Secara fisiologis dan sekaligus kodrat bahwa semua wanita dewasa normal yang sehat atau tidak hamil secara teratur mengeluarkan darah kandungan atau mengalami suatu siklus bulanan yang disebut *siklus menstruasi atau haid*.

Siklus menstruasi adalah perubahan pola ritmis bulanan dari kecepatan sekresi hormon-hormon wanita dan juga perubahan pada ovarium serta organ-organ seksual. Ciri-ciri siklus haid/menstruasi pada wanita usia subur meliputi : usia rerata menarke 12,3 sampai 12,8 tahun, panjang baku siklus haid 28 hari (rentang 26 sampai 30), hari pertama pendarahan adalah hari pertama siklus, pengeluaran darah haid biasanya 4 sampai 6 hari, total kehilangan darah kira-kira 25 sampai 26 ml.

Perubahan ovarium selama siklus seksual bergantung seluruhnya pada hormon-hormon gonadotropik yaitu FSH dan LH yang disekresi oleh kelenjar hipofisis anterior. Selama setiap bulan dari siklus seksual wanita, terjadi kenaikan dan penurunan jumlah FSH dan LH. Produksi hormone FSH dan LH ini dibawah pengaruh GNRH (gonadotropin releasing hormone) yang disekresi oleh hipotalamus ke hipofisis. Sekresi GNRH ini sangat dipengaruhi oleh kadar estrogen dalam darah yang akan berpengaruh terhadap hipotalamus. Menjelang pertengahan siklus, kadar estrogen lebih tinggi sehingga menimbulkan umpan balik positif yang menyebabkan puncak pelepasan mendadak LH yang menginduksi ovulasi. Selain LH juga terjadi peningkatan FSH

Lama siklus menstruasi bervariasi, rata-rata 28 hari dari suatu periode ke periode berikutnya dengan permulaan siklus dihitung dari hari pertama. Pada wanita normal, siklus juga dapat berlangsung singkat, selama 20 hari atau panjang 45 hari. Ini dapat disebabkan kebiasaan meminum alkohol, pekerjaan yang membuat stress, dan juga rendahnya kadar estrogen dan progesterone yang kemungkinan diakibatkan oleh rendahnya suplai dari prekursor yang tersedia. Panjang siklus yang abnormal kadang-kadang berkaitan dengan menurunnya kesuburan.

Siklus haid di bagi menjadi 3 masa utama berdasarkan siklus hormonal, ovarium dan uterus ialah sebagai berikut :

1. Masa haid atau menstruasi terjadi selama 2 sampai 8 hari. Pada waktu itu endometrium dilepas, lisisnya endometrium disebabkan oleh rendahnya hormon-hormon ovarium. Selama masa haid ini kondisi kulit wanita lebih mudah berubah seperti jerawat, herpes dan juga wanita lebih rentan terkena infeksi vagina.
2. Masa proliferasi terjadi sampai hari ke-14. Pada waktu endometrium tumbuh kembali disebut juga endometrium mengadakan proliferasi. Pertumbuhan folikel ovarium telah mencapai folikel de graff dan siap ovulasi. Antara hari ke 12 sampai ke 14 dapat terjadi pelepasan ovum dari ovarium yang disebut ovulasi. Saat ovulasi, terjadi kenaikan LH secara tiba-tiba sehingga beberapa wanita sering merasakan nyeri tumpul pada bagian perut bawah. Ovulasi sering tertunda pada saat seorang wanita mengalami stress, merokok, dan premenopause.

3. Masa sekresi. Folikel yang telah melepaskan ovum akan menjadi korpus rubrum, kemudian korpus rubrum menjadi korpus luteum yang mengeluarkan progesteron. Dibawah pengaruh progesteron ini, kelenjar endometrium yang tumbuh berlekuk-lekuk mulai bersekresi dan mengeluarkan getah yang mengandung glikogen dan lemak. Pada akhir masa ini struma endometrium berubah kearah sel-sel desidua, terutama yang berada di seputar pembuluh-pembuluh arterial. Keadaan ini memudahkan adanya nidasi. Jika pembuahan tidak terjadi, korpus luteum mengalami kemunduran kira-kira 7 hari, sehingga kadar estrogen dan progesteron turun. Akibatnya terjadilah menstruasi. Pada fase sekresi ini kebanyakan wanita dalam masa reproduksi mengalami gejala psikologik (alam perasaan negative) misalnya depresi, iritabilitas, ketegangan saraf, letargi, dan gejala fisik seperti sakit kepala, kembung, nyeri punggung.

*Menstruasi* adalah suatu proses yang sangat kompleks yang melibatkan berbagai organ seperti serebrum, hipotalamus, hipofise, alat-alat genital, korteks adrenal, kelenjar tiroid. Menstruasi atau haid menggambarkan suatu perubahan siklus yang teratur. Siklus ini secara teologis merupakan periode persiapan untuk terjadinya pembuahan (fertilisasi) dan kehamilan. Pada manusia dan primata yang lain, siklus ini ditandai dengan adanya perdarahan periodik yang keluar dari vagina yang terjadi akibat pengelupasan selaput lendir rahim (uterus). Secara fisiologis *menstruasi* merupakan perdarahan secara siklik dan periodik dari uterus

yang disertai pelepasan atau deskuamasi endometrium. Menstruasi yang dialami kebanyakan wanita sering menimbulkan berbagai gangguan fisik maupun mental.

Menurut *Hudono (1984)*, hanya ada 20 % wanita yang sama sekali tidak mengalami gangguan dalam saat menstruasi. Menurut *AlDrich (1965)* pada fase estrogen dari siklus menstruasi sering terjadi sikap pasif yang berlebihan dan sikap butuh curahan kasih sayang. *Brockington (1987)*, mengemukakan bahwa 7-10 hari pada saat menstruasi sering terdapat iritabilitas, ketegangan dan kecemasan. Gejala-gejala lain yang dapat terjadi pada wanita yang mengalami menstruasi adalah sukar konsentrasi, ketakutan yang berlebihan, mudah tersinggung, mudah marah dan depresi. Disamping itu sering terjadi gangguan fisik yang berupa sefalgia, insomnia, nyeri pinggang, perasaan mual, kembung dan mudah lelah.

**Sindroma pra-haid ( PMS = Premenstrual syndrome )** adalah kumpulan gejala yang terjadi pada saat yang sama dengan siklus haid, umumnya 7 sampai 10 hari sebelum haid. PMS ini adalah masalah yang umum dan menyulitkan yang dapat mempunyai dampak pada kesehatan dan produktivitas wanita. Sekitar 50 % dari wanita yang sedang haid mengalami nyeri haid atau yang disebut *Dismenorrhea*, dan 10 % mempunyai gejala yang hebat sehingga memerlukan istirahat di tempat tidur. Wanita dengan *dismenorrhea* mempunyai lebih banyak hari libur kerja dan prestasinya di sekolah kurang begitu baik dari pada wanita yang tidak terkena. Puncak umur insidensi adalah 20 sampai 24 tahun. Akibat dari gejala sindrom premenstrual bukan hanya akan mengakibatkan penderitaan tetapi juga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari bahkan dapat menimbulkan krisis

percaya diri. Produktivitas kerja berkaitan erat dengan derajat kesehatan. Efisiensi dan produktivitas kerja yang optimal hanya bisa tercapai oleh tenaga kerja dengan derajat kesehatan baik dan bekerja dengan cara dan lingkungan yang memenuhi syarat kesehatan kerja.

Stress pekerjaan merupakan masalah yang sering dijumpai dalam lingkup industri dan perusahaan yaitu penyakit fisik. Stress itu juga dipacu oleh adanya kelelahan, sering pilek, gangguan tidur, nafas pendek, sakit kepala, gangguan menstruasi, gangguan pencernaan, mual, muntah, alergi, serangan ashma, diabetes bahkan kanker. Hal-hal tersebut menimbulkan penurunan produktivitas kerja pada karyawan dan tidak jarang menimbulkan *absenteisme* (tidak masuk kerja) cukup tinggi pada karyawan.

Masalah lain yang dapat menimbulkan penurunan produktivitas kerja yaitu lesu kerja (Burn Out) yaitu karyawan kehabisan motivasi untuk melakukan kinerja yang tinggi. Bisa jadi akibat kekecewaan terhadap pekerjaan dan kondisi kerja misal sedang tidak enak badan. Bisa juga terjadi gangguan mental yang terus-menerus yaitu gangguan mental ringan yang diakibatkan gangguan saat menstruasi seperti gugup, marah, tersinggung, tegang, konsentrasi kurang, apatis. Hal ini akan mempengaruhi produktivitas kerja yang dihasilkan. Dengan demikian ingin diketahui seberapa jauh perubahan fase-fase siklus menstruasi yang mempengaruhi tingkat produktivitas kerja.

## **I.2. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang maka untuk memudahkan pembahasan selanjutnya, peneliti merumuskan masalah yaitu : apakah ada perbedaan tingkat produktivitas kerja pada berbagai fase-fase siklus menstruasi ?

## **I.3. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui perbedaan tingkat produktivitas kerja karyawan pada fase-fase siklus menstruasinya.

## **I.4. Manfaat Penelitian**

Adapun manfaat penelitian ini antara lain :

1. Data dan hasil penelitian diharapkan dapat menjadi dasar kebijakan tentang target kerja atau prestasi kerja karyawan.