

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi terjadi pada seorang remaja yang sedang berada pada tahap transisi menuju dewasa. Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10 sampai 24 tahun serta belum menikah. Untuk menjadi dewasa, remaja perlu melalui suatu proses yaitu pubertas. Salah satu tanda seorang wanita memasuki masa pubertas adalah mengalami menstruasi. Menstruasi pada wanita terjadi secara alamiah dan merupakan salah satu kodrat seorang wanita. Hal ini telah ditetapkan ALLAH untuk setiap kaum hawa, sebagaimana sabda Rasulullah SAW. Kepada Aisyah yang artinya:

“Sesungguhnya ini (haid) adalah perkara yang telah ALLAH tetapkan untuk kaum wanita” (H.R Bukhari, 294 dan Muslim, 1211).

Perdarahan pada menstruasi terjadi secara periodik, jarak waktu antar menstruasi dikenal dengan satu siklus menstruasi, darah menstruasi mengandung sisa jaringan dari dinding rahim yang luruh setelah proses ovulasi. Dalam Al-Quran juga dijelaskan bahwa haid didefinisikan sebagai sesuatu yang kotor atau gangguan, sesuai dengan Al-Qur'an Surah Al-Baqarah ayat 222 tentang definisi haid yang berbunyi sebagai berikut:

وَيَسْأَلُونَكَ عَنِ الْمَحِيضِ ۖ قُلْ هُوَ أَدْنَىٰ فَاغْتَزِلُوا فِي النَّسَاءِ فِي الْمَحِيضِ وَلَا
تَقْرَبُوهُنَّ حَتَّىٰ يَطْهُرْنَ ۖ فَإِذَا تَطَهَّرْنَ فَأْتُوهُنَّ مِنْ حَيْثُ أَمَرَكُمُ اللَّهُ

إِنَّ اللَّهَ يُحِبُّ التَّوَّابِينَ وَيُحِبُّ الْمُتَطَهِّرِينَ

“Mereka bertanya kepadamu tentang haid. Katakanlah, “Haid itu adalah kotoran.” Oleh sebab itu, hendaklah kamu menjauhkan diri dari wanita di waktu haid sebelum mereka suci” (Q.S Al-Baqarah: 222)

Semua wanita yang mengalami menstruasi pasti memiliki siklus menstruasi, tentunya setiap wanita memiliki kondisi yang berbeda-beda saat menstruasi. Siklus menstruasi pada wanita normal berkisar antara 21-35 hari, dengan rata-rata durasi siklus ialah 28 hari. Satu siklus terhitung mulai dari hari pertama dalam satu periode hingga hari pertama pada periode berikutnya (Tombakan *et al.*, 2017). Jika digolongkan, ada wanita yang memiliki siklus menstruasi normal dan tanpa gangguan menstruasi, ini merupakan ukuran ideal proses menstruasi. Namun tak sedikit juga ditemukan wanita dengan siklus tidak normal dan menderita gangguan menstruasi seperti dismenore. Di Indonesia bahkan diberbagai negara tak sedikit ditemukan wanita dengan siklus menstruasi yang tidak normal namun tanpa gangguan dismenore, ada juga yang siklus menstruasi terganggu sekaligus menderita dismenore dari derajat ringan hingga berat. Tentunya ketidakteraturan siklus menstruasi dapat disebabkan oleh banyak faktor, status gizi, aktivitas fisik, hormon dan stres merupakan faktor yang paling dominan mempengaruhi siklus menstruasi (Islamy & Farida, 2019a). Terjadinya siklus menstruasi yang reguler merupakan penanda bahwa organ-organ reproduksi seorang wanita berfungsi dengan baik.

Gangguan pada siklus menstruasi dibagi menjadi 3, siklus menstruasi

kurang dari 21 hari disebut polimenore, siklus menstruasi lebih dari 35 hari disebut oligomenore dan siklus menstruasi lebih dari 3 bulan disebut amenore. Menurut WHO (2012) prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita sekitar 45%. Dalam penelitian Pusparini (2017) menjelaskan bahwa prevalensi gangguan menstruasi di dunia ditaksirkan amenorea primer sebanyak 5,3%, amenorea sekunder 18,4%, oligomenore 50%, polimenorea 10,5%, dan gangguan campuran sebanyak 15,8%. Penelitian yang dilakukan di banyak negara menunjukkan bahwa gangguan siklus menstruasi merupakan masalah yang cukup banyak diderita para wanita. Selain ketidakteraturan siklus haid, keluhan lain yang kerap dikeluhkan oleh wanita adalah dismenore.

Dismenore atau nyeri haid dapat terjadi pada semua wanita menstruasi. Dismenore terjadi karena adanya ketidakseimbangan hormone progesterone sehingga mengakibatkan timbulnya rasa nyeri saat menstruasi. Gejala dismenore berupa nyeri perut di bagian bawah dan paha, serta pegal-pegal hingga ke pinggang. Dalam penelitian Juliana *et al.* (2019) menunjukkan angka kejadian dismenore di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenore. Prevalensi di Amerika Serikat kurang lebih sekitar 85%, di Italia sebesar 84,1% dan di Australia sebesar 80%. Prevalensi rata-rata di Asia kurang lebih sekitar 84,2% dengan spesifikasi 68,7% terjadi di Asia Timur laut, 74,8% di Asia Timur Tengah, dan 54,0% di Asia Barat laut. Prevalensi di negara-negara Asia Tenggara juga berbeda, angka kejadian di Malaysia mencapai 69,4%, Thailand 84,2%. Sedangkan di Indonesia angkanya di perkirakan 64,25% perempuan usia produktif yang

tersiksa oleh nyeri menstruasi yang terdiri dari 54, 89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Menurut WHO (2012) terdapat 1.769.425 jiwa (90%) perempuan merasakan dismenore dengan 10-15% dismenore berat. Dismenore bukan merupakan suatu gangguan yang mengancam jiwa, tetapi dapat berdampak negatif yang merugikan, terutama pada para mahasiswi, dismenore mengakibatkan berbagai macam nyeri yang membuat seseorang menjadi lemas, tidak bertenaga, kesakitan, dan tentukan tidak dapat konsentrasi. Tingkat keparahan dismenore setiap orang berbeda-beda. Berdasarkan penyebabnya, dismenore dibagi menjadi 2 yaitu dismenore sekunder dan dismenore primer, berdasarkan tingkat keparahannya dismenore dibagi menjadi dismenore ringan, sedang, dan berat. Kebanyakan wanita yang menderita dismenore tidak masuk sekolah atau kerja untuk satu atau dua hari. Gangguan pada siklus menstruasi dapat menjadi indikator penting untuk menggambarkan perubahan pada fungsi ovarium dan telah diasosiasikan dengan peningkatan risiko penyakit seperti kanker payudara, kanker ovarium, diabetes, dan penyakit kardiovaskular (Tombokan *et al.*, 2017).

Dismenore dengan keparahan tertentu memiliki dampak negatif dalam kualitas kehidupan wanita yang cukup merugikan. Nyeri haid apabila tidak segera diatasi akan mempengaruhi fisik dan fungsi mental seseorang. Tentunya sebagai seorang manusia yang dapat merasakan sakit pasti akan melakukan sebuah perlawanan untuk menghadapi rasa sakit tersebut, tidak hanya diam. Seseorang akan segera mengambil tindakan terapi secara farmakologis atau non farmakologis. Bagi wanita yang sudah kerap menderita dismenore sebagian

besar sudah memahami cara pengobatannya. Beberapa hal yang dapat dilakukan untuk mengatasi dismenore yaitu istirahat cukup, menangis, kompres air hangat pada bagian yang sakit, menggunakan minyak untuk menghangatkan bagian yang sakit, melakukan pemijatan, mengambil posisi menungging, dan konsumsi obat analgetic dan NSAID yang berguna untuk mengurangi rasa nyeri. Setiap upaya yang dilakukan oleh individu untuk mengatasi rasa sakit tersebut disebut dengan coping.

Prevalensi kejadian dismenore cukup tinggi, namun hanya sebagian remaja yang sudah waspada dan mencari informasi mengenai dismenore maupun pengetahuan terkait siklus menstruasi, sisanya tidak peduli dan enggan mencari informasi. Sikap dan penanganan yang dilakukan oleh remaja tergantung pengetahuan yang dimiliki. Pengetahuan tentang dismenore sangat berpengaruh, terdapat hubungan antara pengetahuan tentang dismenore dengan sikap dalam mengatasi dismenore. Remaja yang memiliki informasi yang benar tentang dismenore akan mampu menerima setiap gejala dan keluhan yang dialami dengan positif. Sebaliknya remaja yang kurang pengetahuan tentang dismenore akan merasa cemas dengan stres yang berlebihan dalam menghadapi gejala dan keluhan yang dialami, atau cenderung bersikap negatif (Herawati, 2017). Pengetahuan yang lebih baik akan lebih membantu remaja dalam coping akibat nyeri dismenore sehingga kualitas hidup akan lebih baik.

Penelitian Hubungan Dismenore dengan Gangguan Siklus Haid pada Remaja di SMA N 1 Manado pada penelitian Juliana *et al.* (2019) menunjukkan hasil dari 92 responden, yang mempunyai siklus haid normal sebanyak 35 anak

dan 6 diantaranya mengalami nyeri berat, anak dengan gangguan polimenore sebanyak 30 orang dan 3 diantaranya mengalami nyeri berat, sedangkan penderita oligomenore sebanyak 27 anak, 10 diantaranya menderita nyeri berat. Penelitian ini menunjukkan ada perbedaan tingkat keparahan nyeri terhadap siklus menstruasi. Pada penelitian Pengaruh Koping Adaptif dan Maladaptif terhadap Dismenore pada Mahasiswi D III Keperawatan, Jakarta pada penelitian Mulyani *et al.* (2015), didapatkan koping adaptif yang banyak digunakan adalah mengeluh ke teman sebanyak 66,7%. Sedangkan koping maladaptif yang banyak digunakan pada saat nyeri haid adalah marah-marah sebanyak 40% dan koping menangis sebanyak 38,3%. Hasil uji bivariat didapatkan terdapat hubungan yang bermakna antara koping maladaptif marah-marah dan menangis terhadap dismenore, dengan p value masing-masing 0,002 dan 0,021 artinya terdapat pengaruh koping marah-marah dan menangis terhadap dismenore pada mahasiswa DIII Keperawatan Jakarta. Hal ini berbeda dengan hasil penelitian Rumampuk dan Bidjuni (2017), mekanisme koping yang dimiliki mahasiswi semester V Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado terbanyak adalah mekanisme koping adaptif.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena tersebut peneliti ingin mengetahui lebih dalam apakah ada hubungan antara siklus menstruasi dengan tingkat keparahan dismenore dan mekanisme koping dengan tingkat keparahan dismenore pada mahasiswi kedokteran UMY tahun 2019-2021.

B. Rumusan Masalah

1. Apakah ada hubungan antara siklus menstruasi dengan tingkat keparahan dismenore pada mahasiswi kedokteran UMY tahun 2019-2021?
2. Apakah ada hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat keparahan dismenore pada mahasiswi kedokteran UMY tahun 2019-2021?

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara siklus menstruasi dan mekanisme koping terhadap tingkat keparahan dismenore pada mahasiswi kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2019-2021.

Tujuan Khusus

1. Mengetahui dan mengkaji siklus menstruasi pada mahasiswi kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2019-2021.
2. Mengetahui dan mengkaji angka kejadian dismenore dan tingkat keparahan dismenore pada mahasiswi kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2019-2021.
3. Mengetahui pemahaman dan mekanisme koping dalam mengatasi dismenore pada mahasiswi kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2019-2021.
4. Menganalisis hubungan antara siklus menstruasi dengan tingkat keparahan dismenore pada mahasiswi kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2019-2021.

5. Menganalisis hubungan antara mekanisme koping dengan tingkat keparahan dismenore pada mahasiswi kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta tahun 2019-2021.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat Teoritis

Hasil penelitian dapat bermanfaat untuk mengembangkan ilmu pengetahuan yang dapat menambah wawasan khususnya mengenai pengaruh siklus menstruasi terhadap tingkat keparahan dismenore dan mekanisme koping dalam mengatasi dismenore. Sebagai dasar untuk penelitian lebih lanjut mengenai topik yang memiliki keterkaitan.

Manfaat Praktis

Hasil penelitian dapat bermanfaat sebagai informasi kepada remaja penderita dismenore dalam memilih koping yang sesuai untuk penanganan dismenore dan mengantisipasi peningkatan derajat keparahan dismenore.

E. Keaslian Penelitian

Sebelumnya sudah ada penelitian serupa yang dilakukan oleh beberapa peneliti sebelumnya, diantaranya sebagai berikut:

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

No.	Judul, Penulis, Tahun	Variabel	Jenis Penelitian	Hasil	Perbedaan	Persamaan
1.	Hubungan Dismenore dengan Gangguan Siklus Haid pada Remaja di SMA N 1 MANADO (Juliana <i>et al.</i> , 2019)	-Variabel independent: Dismenore -Variabel dependent: Gangguan Siklus Haid	<i>Cross sectional</i>	Angka kejadian dismenore pada remaja di SMA N 1 Manado sebesar 80.5%, dengan keluhan terbanyak yaitu skala nyeri sedang. Gambaran siklus haid yang dialami remaja di SMA N 1 Manado sebagian besar mengalami gangguan siklus haid polimenore. Terdapat hubungan yang bermakna antara Dismenore dengan Gangguan Siklus Haid pada Remaja di SMA N 1 Manado.	-Variabel independent -Subjek penelitian -Dismenore dengan gradasi keparahannya	-Penelitian mengenai dismenore dan siklus haid
2.	Hubungan Tingkat Stres dengan Tingkat Nyeri Dismenore pada Mahasiswi di Pondok Pesantren Al - Munawwir Komplek R2 (Saraswati, 2019)	-Variabel independent: Tingkat stres -Variabel dependent: Tingkat nyeri dismenore	<i>Cross sectional</i>	Terdapat hubungan antara tingkat stres dengan tingkat nyeri dismenore pada mahasiswi Pondok Pesantren Al Munawwir Komplek R2 Krapyak, dengan hasil uji statistik p-value 0,000 dan korelasi 0,335 keeratan hubungannya lemah. Hasil penelitian menunjukkan positif antara tingkat stres dan tingkat nyeri dismenore sehingga dapat disimpulkan bahwa semakin	-Variabel independent -Subjek penelitian	-Variabel dependent

				tinggi tingkat stres maka semakin tinggi tingkat nyeri dismenore.		
3.	Hubungan Mekanisme Koping dengan Regulasi Emosi pada Mahasiswi Semester V yang Mengalami Dismenore di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi (Rumampuk & Bidjuni, 2017)	-Variabel independent: Mekanisme koping -Variabel dependent: Regulasi emosi penderita dismenore	<i>Cross sectional</i>	Mekanisme koping yang dimiliki mahasiswi semester V Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado terbanyak adalah mekanisme koping adaptif dengan perbedaan yang cukup jauh dari mekanisme koping meladaptif. Ada hubungan signifikan antara Mekanisme Koping dengan Regulasi Emosi Pada Mahasiswi Semester V yang Mengalami Dismenore di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado.	-Variabel dependent -Subjek penelitian	-Variabel independent
4.	Pengaruh Koping Adaptif dan Mal Adaptif terhadap Dismenore pada Mahasiswi D III Keperawatan, Jakarta	-Variabel independent: Koping adaptif dan maladaptif -Variabel dependent:	<i>Cross sectional</i>	Didapatkan koping adaptif yang banyak digunakan adalah mengeluh ke teman sebanyak 66,7%. Sedangkan dari segi tindakan yang dilakukan, sebagian besar responden lebih memilih untuk beristirahat atau tidur untuk mengatasi rasa	-Variabel dependent dismenore dengan gradasi keparahannya -Subjek penelitian	-Variabel independent

(Mulyani *et al.*,
2015)

dismenore

nyeri yang datang saat menstruasi mencapai 50%. Sedangkan koping mal adaptif yang banyak digunakan pada saat nyeri haid adalah marah-marah sebanyak 40% dan koping menangis sebanyak 38,3%. Terdapat pengaruh koping marah-marah dan menangis terhadap dismenore pada mahasiswa DIII Keperawatan Jakarta
