

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Menstruasi merupakan suatu proses yang terjadi di dalam rahim yang ditandai dengan adanya pelepasan endometrium yang berisi pembuluh darah dan keluar melalui vagina. Dismenorea merupakan suatu keadaan yang dialami oleh sebagian besar wanita pada saat menstruasi yang ditandai dengan adanya rasa nyeri di bagian perut, pinggul bagian bawah dan kram. Dismenorea primer merupakan rasa nyeri saat menstruasi yang biasanya banyak dialami oleh wanita, kondisi dismenorea terjadi karena naik turunnya hormon prostaglandin yang dihasilkan selama siklus menstruasi berlangsung dan menyebabkan terjadinya kontraksi otot rahim yang menimbulkan rasa nyeri. Selain itu rasa nyeri juga disebabkan oleh adanya ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron di dalam tubuh (Sinaga et al., 2017).

Dismenorea pada wanita dapat menyebabkan dampak yang buruk, karena rasa sakit yang dialami dapat mengganggu konsentrasi siswi dalam belajar dan sering merasa lemas (Fahmiah et al., 2022). Dismenorea juga dapat menimbulkan dampak bagi remaja yaitu terganggunya kegiatan belajar, konsentrasi belajar dan kehadiran dalam mengikuti pembelajaran, sehingga dapat memengaruhi prestasi belajar remaja wanita (Pangestu & Fatmarizka, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sihombing et al (2023), Prevalensi terjadinya dismenorea pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran

Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara yang mengalami dismenorea sedang sebanyak 44 orang (46,3%) dan yang mengalami dismenorea ringan sebanyak 34 orang (35,8 %). Penelitian yang dilakukan oleh Susanti et al (2023), menunjukkan prevalensi terjadinya dismenorea pada Mahasiswi Universitas X Kota Medan sebanyak 92,3%, dan sebanyak 7,7% tidak mengalami dismenorea. Berdasarkan hasil observasi awal pada tanggal 17 September 2023 yang telah dilakukan di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM), dari 14 mahasiswi yang mengisi kuesioner, sebanyak 13 (93%) mahasiswi mengalami dismenorea primer dan sisanya tidak mengalami gejala terjadinya dismenorea primer.

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan terjadinya dismenorea primer di antaranya adalah aktivitas fisik yang kurang dan depresi (Kojo et al., 2021). Faktor penyebab dismenorea yang sering terjadi pada wanita yaitu usia menarche kurang dari 12 tahun, indeks massa tubuh yang berlebih, riwayat keluarga yang memiliki dismenorea, siklus menstruasi tidak teratur dan adanya kadar malondialdehyde  $< 2,14 \mu\text{mol/ml}$  (Irianti, 2018).

Salah satu penyebab dismenorea primer adalah stres yang dapat di definisikan sebagai permasalahan yang sering di keluhkan oleh wanita secara fisik maupun psikis, dimana ketika stress tubuh akan memproduksi hormon adrenalin, estrogen, progesteron dan prostaglandin yang berlebih, maka hal tersebut dapat menimbulkan peningkatan kontraksi pada rahim yang menyebabkan nyeri saat menstruasi. Stres merupakan suatu keadaan cukup berat yang dialami seseorang berupa tekanan dan beban pikiran serta bisa

terus berkembang jika tidak segera di atasi (Fakhriya, 2022). Sebagai mahasiswi salah satu yang bisa menyebabkan stres adalah kegiatan belajar, selain itu banyaknya tugas, serta kegiatan di luar pembelajaran seperti organisasi dan komunitas. Kondisi tersebut bisa menyebabkan tekanan pada mahasiswi dan menimbulkan stres.

Persentase tingkat stres pada mahasiswa fakultas teknik Universitas Sumatera Utara adalah sebanyak 13% mahasiswa mengalami stres tingkat terkecil, 24% mahasiswa mengalami stres ringan, 32% mahasiswa mengalami stres sedang dan sebanyak 31% mahasiswa mengalami stres berat (Anggraeni R., 2019). Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Sastra et al (2023), persentase tingkat stres pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara adalah sebanyak 55 orang (68,8%) mahasiswa memiliki interpersasi normal, 11,3% mahasiswa mengalami stres ringan, 16,3% mahasiswa mengalami stres sedang, dan 3,8% mahasiswa mengalami stres berat.

Penelitian yang dilakukan oleh Aprilia et al (2022), dengan judul “ Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi dan Tingkat Stress Dengan Kejadian Dismenorea Pada Mahasiswi Di Kota Bogor” hasil penelitian menunjukkan terjadinya dimenorea banyak pada responden yang mengalami stres berat sebanyak 86% sedangkan untuk responden yang mengalami stres ringan sebanyak 67,4%. Penelitian oleh Sulistiani et al (2023), dengan judul “Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenorea Primer Pada Remaja Di Kabupaten Ponorogo, Indonesia” hasil penelitian menunjukkan terjadinya

dismenorea dengan nyeri berat banyak pada responden dengan stres berat yaitu 8,2%, untuk responden stres sedang 7,2% dan untuk responden stres ringan sebanyak 1,0%. Penelitian yang dilakukan oleh (Lamtiar et al., 2022), dengan judul “Hubungan Stres Terhadap Dismenorea Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas HKBP Nommensen Medan” hasil penelitian menunjukkan bahwa semakin berat tingkat stres mahasiswi maka semakin tinggi tingkat terjadinya dismenorea pada mahasiswi.

Selain stres, faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya dismenorea primer adalah status gizi atau indeks masa tubuh. Status gizi pada masa remaja merupakan suatu hal yang sangat penting karena masa remaja adalah masa pertumbuhan. Memantau status gizi serta mengonsumsi makanan yang bergizi merupakan suatu hal yang penting dilakukan oleh wanita untuk mengurangi terjadinya permasalahan-permasalahan yang berkaitan dengan gizi. Status gizi pada wanita yang sering mengalami kejadian dismenorea adalah dengan status gizi kategori abnormal (*underweight* dan *overweight*), jadi kondisi dismenorea dapat dicegah dengan memperbaiki status gizi menjadi normal (Melliniawati et al., 2021).

Penelitian yang dilakukan Aprilia et al (2022), menunjukkan bahwa yang mengalami dismenorea lebih banyak pada responden dengan status gizi gemuk (88,2%) dan status gizi kurus (81,8%) dibandingkan dengan status gizi normal (65,8%), sedangkan yang tidak mengalami dismenorea lebih banyak pada responden yang memiliki status gizi normal (34,2%) dibandingkan dengan status gizi kurus (18,2%) dan status gizi gemuk (11,8%). Berdasarkan

hasil observasi yang telah dilakukan terdapat 21,4% mahasiswi yang mengalami gizi kurang (*underweight*), kemudian terdapat 64,3% mahasiswi yang mengalami status gizi normal dan terdapat 14,3% mahasiswi yang mengalami gizi lebih (*overweight*).

Berdasarkan penelitian-penelitian terdahulu maka dapat dilihat bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dan status gizi dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswi. Oleh sebab itu perlu dilakukan penelitian dengan judul “ **Hubungan Tingkat Stres Dan Status Gizi Dengan Kejadian Dismenorea Primer Pada Mahasiswi Di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM)**”.

## **1.2 Identifikasi Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas, maka dapat diidentifikasi beberapa masalah yaitu sebagai berikut :

1. Mahasiswi yang mengalami dismenorea primer di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM) termasuk dalam kategori tinggi yaitu sebanyak 82,5%.
2. Semakin berat tingkat stres seseorang, maka semakin tinggi tingkat terjadinya dismenorea pada mahasiswi.
3. Status gizi tidak normal dapat menyebabkan terjadinya dismenorea primer.

## **1.3 Pembatasan Masalah**

Pembatasan masalah dilakukan agar menghindari adanya penyimpangan maupun pelebaran pokok masalah, dan ini juga dilakukan agar

penelitian lebih terarah sehingga tujuan penelitian akan tercapai. Berikut ini adalah batasan masalah dalam penelitian ini yaitu :

1. Tingkat stres dibatasi dengan pengukuran menggunakan kuesioner *Perceived Stress Scale* (PSS-10) dengan kategori stres ringan, stres sedang, dan stres berat
2. Status gizi dibatasi dengan pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT) menggunakan data berat badan dan tinggi badan dengan kategori status gizi buruk, gizi kurang, gizi baik, gizi lebih, dan obesitas
3. Dismenorea primer dibatasi dengan pengukuran menggunakan *Numeric Rating Scale* dengan kategori dismenorea dan tidak dismenorea
4. Subjek penelitian dilakukan pada mahasiswi di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM) usia 19 – 23 tahun.

#### 1.4 Rumusan Masalah

Berdasarkan pembatasan masalah di atas, maka dapat dirumuskan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut :

1. Bagaimana karakteristik responden (usia, usia awal menstruasi, siklus menstruasi, lama menstruasi dan riwayat keluarga yang mengalami dismenorea) ?
2. Bagaimana tingkat stres mahasiswi di komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM)?
3. Bagaimana status gizi pada mahasiswi di komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM)?

4. Bagaimana dismenorea primer pada mahasiswa di komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM)?
5. Bagaimana hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswa di komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM)?
6. Bagaimana hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswa di komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM)?
7. Bagaimanakah hubungan tingkat stres dan status gizi dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswa di komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM)?

### **1.5 Tujuan Penelitian**

Berdasarkan rumusan masalah di atas maka tujuan pada Penelitian ini adalah untuk mengetahui :

1. Karakteristik responden meliputi usia, usia awal menstruasi, siklus menstruasi, lama menstruasi dan riwayat keluarga yang mengalami dismenorea.
2. Tingkat stres pada mahasiswa di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM).
3. Status gizi pada mahasiswa di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM).
4. Kejadian dismenorea pada mahasiswa di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM).
5. Hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenorea primer di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM).

6. Hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea primer di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM).
7. Hubungan tingkat stres dan status gizi dengan kejadian dismenorea primer di Komunitas Gerakan Unimed Mengabdi (GUM).

## **1.6 Manfaat Penelitian**

### **1.6.1 Manfaat Teoritis**

Manfaat teoritis dalam penelitian ini adalah manfaat yang berlatar dari tujuan penelitian yaitu :

1. Penelitian ini dapat menjadi informasi baru bagi wanita khususnya untuk mahasiswi di komunitas GUM terkait pentingnya menjaga pikiran tetap normal agar tidak terjadinya stress dan menjaga status gizi agar tetap dalam keadaan normal untuk mengurangi resiko terjadinya dismenorea primer.
2. Sebagai bahan referensi untuk penelitian dismenorea primer terutama pada wanita dan faktor yang mempengaruhinya.

### **1.6.2 Manfaat Praktis**

Manfaat praktis dalam penelitian ini adalah manfaat yang berpengaruh langsung yaitu sebagai berikut :

1. Bagi peneliti, sebagai sumber informasi dan referensi dalam pengembangan penelitian yang berkaitan dengan tingkat stres, status gizi dan dismenorea primer.

2. Bagi mahasiswi, hasil penelitian digunakan sebagai sumber informasi mengenai tingkat stres, status gizi yang berpengaruh dengan dismenorea primer.
3. Bagi masyarakat, hasil penelitian ini dapat memberikan tambahan ilmu pengetahuan dan wawasan yang lebih luas terutama mengenai tingkat stres, status gizi dan dismenorea primer.

