

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Telaah Pustaka

1. Menstruasi

a. Pengertian

Menurut terminologi syariat, menstruasi adalah darah yang keluar dari rahim seorang wanita dalam kondisi sehat pada waktu-waktu tertentu dan tanpa sebab apapun serta terjadi pada wanita yang telah *baligh* (Bahammam, 2015). Menstruasi merupakan fase yang terjadi secara periodik, ditandai dengan adanya perdarahan dan disertai pelepasan endometrium (Wiknjosastro, 2005).

Darah menstruasi yang secara periodik keluar dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi (Bobak, 2004). Terjadi pendarahan vagina karena terkelupasnya lapisan atau dinding *endometrium* (Greenspan, 1998). Wanita akan mengalami masa menstruasi pertama kali (*menarche*) pada usia antara 10-16 tahun (Knight, 1997). *Menarche* terjadi diantara masa peralihan dari anak-anak ke dewasa atau yang disebut masa pubertas (Gaudineau dkk., 2010).

b. Mekanisme Menstruasi

Terjadinya menstruasi dibantu peran interaksi antara hipotalamus, hipofisis, dan ovarium dengan sasaran saluran reproduksi yang interaksi ketiganya terutama peran ovarium dapat mempengaruhi perubahan-perubahan siklik maupun lama siklus

menstruasi (Greenspan, 1998). Interaksi menstruasi melibatkan berbagai organ pada wanita seperti uterus, ovarium, vagina, dan hormon (Guyton, 1997). Sistem hormon pada wanita terdiri dari *Gonadotrop Releasing Hormon (GnRH)*, *Follicle Stimulating Hormon (FSH)*, *Luteinizing Hormon (LH)* serta estrogen dan progesterone (Devaki dan Avinash, 2016). Terjadinya menstruasi dijelaskan karena berkurangnya hormon estrogen dan progesterol secara tiba-tiba. Perubahan tersebut menyebabkan penurunan rangsangan terhadap sel-sel yang terdapat pada dinding endometrium yang di ikuti dengan menebalnya dinding endometrium dari sebelumnya. Selama 24 jam sebelum terjadinya menstruasi pembuluh darah yang menuju endometrium mengalami vasospatik yang disebabkan oleh pelepasan materi vasokonstriktor dari prostaglandin dalam jumlah yang besar. Setelah terjadinya penebalan endometrium proses selanjutnya adalah nekrosis jaringan yang terjadi karena vasospasme dan hilangnya rangsangan hormon. Nekrosis pada endometrium menyebabkan darah mengalir ke jaringan vaskuler dari endometrium sehingga menyebabkan terkelupasnya jaringan nekrotik diikuti dengan deskuamasi pada lapisan superfisial dimana kontraksi uterus terjadi. Pengeluaran uterus sebanyak 40 milimeter darah dan tambahan 35 milimeter cairan serus (Guyton, 1997).

c. Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi pada setiap wanita berbeda, rata-rata berkisar 28 hari dengan hari pertama menstruasi dinyatakan hari pertama siklus menstruasi (Purwoastuti dan Walyani, 2015). Menurut Baziad (2008), terdapat juga wanita mempunyai siklus menstruasi berkisar antara 21-35 hari namun hanya 10-15% wanita yang mempunyai siklus 28 hari. Lama darah menstruasi yang keluar pada umumnya terjadi 4 sampai 6 hari, tetapi ada juga selama 2 sampai 8 hari dan tetap dianggap normal. Menstruasi biasanya terjadi pada anak usia 12 – 13 tahun dengan menstruasi pertama kali dialami pada wanita yang disebut *menarche* (Price dan Wilson, 1995).

Ajaran islam juga menerangkan bahwa menstruasi tidak memiliki batas tertentu. Menurut Bahammam (2015), sebagian wanita ada yang menstruasi selama 3 hari dan ada juga selama 4 hari, namun umumnya menstruasi pada wanita berlangsung selama 6 atau 7 hari sesuai Sabda Rasulullah kepada Hamnah binti Jahy, ia menstruasi dalam waktu yang lama.

“Lalu (hitunglah) enam atau tujuh hari (sebagai) menstruasi dalam ilmu Allah, setelah itu mandilah.” (HR. Abu Dawud).

Dijelaskan juga wanita yang sedang menstruasi mempunyai masa suci paling cepat 13 hari atau 15 hari dengan tidak ada batasan paling lama (Uwaidah, 1996).

d. Faktor Yang Mempengaruhi Menstruasi

Penelitian yang dilakukan Audhi (2015), menunjukkan 68,8% responden yang teratur berolahraga mengalami keteraturan siklus menstruasi. Menurut Rupavani dkk., (2013) yang disitasi oleh Audhi (2015), dengan teratur berolahraga berat tubuh ideal akan terjaga, sensitivitas insulin meningkat dan memicu hormon endorfin yang akan mengurangi rasa cemas dan depresi serta menjaga keteraturan siklus menstruasi.

Menurut Fujiwara & Nakata (2004), defisiensi nutrisi dapat berdampak pada fungsi hipotalamus, pituitari dan ovarium axis, sehingga dapat menyebabkan siklus menstruasi yang tidak teratur. Hal tersebut dapat terjadi karena perubahan pola makan seperti kurangnya asupan kalori, mikronutrien dan nutrisi lain bagi tubuh.

Stres merupakan salah satu perubahan psikologis yang dapat mempengaruhi menstruasi (Pieter dan Lubis, 2016). Aktivitas berlebihan dari hipotalamus-hipofisis adrenal sebagai akibat dari stres kemungkinan dapat menyebabkan perubahan hormonal (Ekpenyong dkk., 2011). Hipotalamus mengatur fungsi menstruasi dengan mensekresikan hormon gonadotropin yang merangsang pelepasan periodik *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH) dari kelenjar pituitari. *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) diperlukan untuk pematangan folikel. Sementara LH yang merangsang sekresi estradiol diperlukan untuk ovulasi dan setelah

ovulasi membantu mempertahankan korpus luteum. Bila siklus tersebut terganggu, akan berdampak pada siklus menstruasi (Allsworth dkk., 2007).

2. Istihadhah

a. Pengertian

Imam An-Nawawi menjelaskan, “istihadhah adalah darah yang keluar dari kemaluan wanita yang bukan pada waktunya dan keluar dari urat atau pembuluh darah.” Darah istihadhah dapat terjadi karena penggunaan alat kontrasepsi, peradangan leher rahim, tidak stabilnya fungsi saluran kelenjar, dan komplikasi kehamilan pada wanita usia hamil muda (Ar-Rifa’I, 2003). Darah istihadhah keluar dengan dua ciri, yaitu keluar terus-menerus tanpa henti dan keluar terus-menerus dan berhenti sebentar (Bahraen, 2016). Menurut Husain (2007), darah istihadhah berwarna agak merah kekuning-kuningan. Ciri lain darah istihadhah berwarna merah segar (Mu’ti, 2016). Secara medis darah istihadhah disebut dengan *Dysfunctional Uterine Bleeding* (DUP) atau pendarahan yang tidak normal terjadi di dalam maupun diluar siklus menstruasi karena gangguan fungsi pengaturan hormon yang tidak disertai dengan kelainan organ. Penyebabnya sendiri masih belum jelas apakah karena stres, kegemukan, penggunaan alat kontrasepsi dalam rahim (spiral), adanya tumor dalam rahim (Bahraen, 2016).

b. Membedakan Darah Menstruasi Dengan Darah Istihadhah

Darah menstruasi dan darah istihadhah dapat dibedakan dengan cara *tamyiz* dengan melihat perbedaan (Al-Farid). Darah menstruasi umumnya berwarna hitam sedangkan darah istihadhah berwarna lebih segar, konsistensi darah menstruasi mempunyai sifat lebih kaku.

Darah istihadhah lebih lunak, untuk baunya darah menstruasi mempunyai bau busuk dan tidak sedap sedangkan bau darah istihadhah berbau biasa karena merupakan darah biasa.

Ulama juga menjelaskan ada dua cara untuk membedakan kedua darah tersebut yaitu dengan *tamyiz* (membedakan) dan dengan adat (mengetahui dari kebiasaan haid). Terdapat 3 kondisi pada wanita untuk mengenali darah istihadhah. Kondisi pertama seorang wanita mengetahui siklus menstruasinya dan siklus menstruasinya teratur. Dari Aisyah radihallahi'anha bahwa Fatimah binti Abi Hubaisy bertanya kepada Nabi SWA,

“Ya Rasulullah, sungguh aku mengalami istihadhah maka tidak pernah suci, apakah aku meninggalkan shalat ? Nabi menjawab: Tidak, itu adalah darah penyakit namun tinggalkan shalat sebanyak hari yang biasanya kamu menstruasi sebelumnya itu, kemudian mandilah dan lakukan shalat.” (HR. Bukhari).

Kondisi kedua, jika seorang wanita tidak mengetahui siklus menstruasi dan kemudian mengalami istihadhah, maka gunakan cara

tamyiz (membedakan) sifat kedua darah tersebut. Nabi Shallallahu ‘Alaihi Wassallam berkata kepada Fatimah binti Abu Hubaisy, “Darah menstruasi yaitu apabila berwarna hitam, maka tinggalkan shalat tetapi jika cirinya cirinya selain itu maka berwudhulah dan lakukan shalat karena itu darah penyakit.” (HR. Abu Dawud, An-Nasa’i)

Kondisi ketiga, seorang wanita yang masih belum jelas kebiasaan waktu menstruasinya dan tidak bisa juga membedakan ciri-ciri darah menstruasi atau darah istihadhah wanita tersebut dapat mengikuti kebiasaan siklus menstruasi wanita di keluarganya maupun lingkungan sekitarnya. Berdasarkan Hadits Hamnah binti Jahsy Radhiallahu ‘anha bahwa ia berkata kepada Nabi Shallallahu ‘alaihi Wasallam, “Ya Rasulallah, sungguh aku sedang mengalami istihadhah yang deras sekali. Lalu bagaimana pendapatmu tentangnya karena ia telah menghalangiku shalat dan berpuasa ?” beliau bersabda: “Aku beritahukan kepadamu (untuk menggunakan) kapas dengan melekatkannya pada *farji*, karena hal itu dapat menyerap darah”. Hammah berkata: “Darahnya lebih banyak dari itu”. Nabi pun bersabda: “Ini hanyalah salah satu usikan setan. Maka hitunglah menstruasimu 6 atau 7 hari menurut ilmu Allah Ta’ala lalu mandilah sampai kamu merasa telah bersih dan suci, kemudian shalatlah.

Nabi shallallahu ‘alaihi wa sallam memberikan pilihan 6 atau 7 hari, bermaksud agar wanita tersebut berijtihad dan menyesuaikan dengan adat kebiasaan wanita sekitarnya.

3. Sinkronisasi menstruasi

a. Pengertian

Sinkronisasi adalah suatu proses dimana dua atau lebih sistem berinteraksi satu sama lain dan bergerak bersama (Pantaleone, 2002). Menurut McClintock (1971), jika dikaitkan dengan menstruasi, sinkronisasi menstruasi mempunyai kaitan dengan suatu keadaan dimana siklus menstruasi wanita satu dengan wanita lainnya memiliki waktu yang hampir sama serta biasanya wanita tersebut tinggal dan melakukan aktivitas bersama dan dalam penelitiannya kelompok teman dekat menunjukkan jarak periode menstruasi yang berkurang setelah menghabiskan waktu bersama selama tiga bulan. Jarak periode menstruasi kelompok tersebut rata-rata menjadi 4-6 hari dari yang sebelumnya 6-4 hari. Penelitian tersebut dilakukan pada 135 wanita yang tinggal bersama di asrama kampus. Setelah penelitian yang dilakukan oleh McClintock (1971), penelitian mengenai sinkronisasi menstruasi terus dilakukan. Interaksi yang hampir berdekatan satu sama lain dapat berkorelasi dengan sinkronisasi menstruasi, bukan hanya antar teman namun hubungan antara ibu dan anak juga dapat menjadi faktor terjadinya sinkronisasi menstruasi (Weller dan Weller, 1993). Penelitian sinkronisasi menstruasi juga dilakukan oleh Matteo (1987), pada subyek yang merupakan teman kerja.

Wilson dkk., (1991), melakukan penelitian mengenai sinkronisasi menstruasi pada teman dan teman sekamar di kampus

yang hasilnya tidak menunjukkan terjadinya sinkronisasi menstruasi. Pada penelitian tersebut, jumlah pasangan yang tidak mengalami sinkronisasi lebih banyak daripada yang mengalami sinkronisasi. Paparan *pheromon* yang merupakan sinyal kimia yang dipancarkan dari tubuh, terutama *aksial* berkontribusi pada sinkronisasi menstruasi yang dapat mempercepat dan menghambat *Luteinizing Hormon* (LH) yang bertanggung jawab terhadap siklus menstruasi (Weller dan Weller, 1993a).

b. Cara Menghitung Sinkronisasi Menstruasi

McClintock (1971), melakukan perhitungan sinkronisasi pada setiap bulan dengan melihat perbedaan absolut antara tanggal awal onset menstruasi satu wanita dengan tanggal onset terdekat wanita lainnya. Contohnya, bila pasangan 1 menstruasi pada 11 September dan pasangan 2 menstruasi pada 1 September dan 30 September perbedaan absolut yang dipilih 10 hari.

Beberapa bulan selanjutnya perbedaan tersebut dibandingkan. Bila pasangan 1 menstruasi pada 2 Februari dan pasangan 2 pada 7 Februari, perbedaannya adalah 5 hari. Selanjutnya perbedaan tersebut dibandingkan (10-5). Namun, Wilson (1992), menyatakan bahwa perhitungan tersebut menghasilkan kesalahan sekitar 22%.

Perhitungan yang dilakukan Weller dan Weller (1997), dilakukan setelah subjek telah bersama dalam beberapa periode waktu.

Perbedaan onset dilakukan dengan membandingkan tanggal pertama onset subjek A dengan tanggal pertama dan kedua onset subjek B, kemudian tanggal onset pertama subjek B juga dibandingkan dengan tanggal onset kedua subjek A. Sebagai contoh, jika wanita A melaporkan tanggal onsetsnya adalah 1 Juli dan 29 Juli, kemudian wanita B pada 15 Juli, maka perbedaan onsetsnya adalah 14 hari. Bila wanita B melaporkan tanggal onset pada 12 atau 18 Juli maka perbedaan absolutnya adalah 11 hari. Sinkronisasi menstruasi dikatakan terjadi bila perbedaan absolut kurang dari tujuh hari. Perbedaan yang lebih besar dari tujuh hari dikatakan tidak terjadi sinkronisasi. Perbedaan tujuh hari dikatakan tidak memiliki efek, baik sinkronisasi maupun tidak sinkronisasi.

c. Faktor Yang Berhubungan Dengan Sinkronisasi Menstruasi

1) *Pheromon*

Pheromon merupakan sinyal kimia yang tidak berbau yang dipancarkan dari tubuh, terutama *aksila* yang digunakan untuk berkomunikasi antar spesies dan daya tarik antara wanita dan laki- laki (Dyatt, 2015). Penelitian yang dilakukan Morofushi dkk., (2000) menunjukkan 24 dari 64 wanita mengalami sinkronisasi menstruasi setelah tinggal bersama dalam jangka waktu tiga bulan. Wanita yang mengalami sinkronisasi menstruasi ini memiliki ketajaman penciuman yang lebih tinggi untuk mendeteksi 3α -androstebol dibandingkan wanita yang tidak

mengalami sinkronisasi menstruasi. 3α -androstebol merupakan salah satu *pheromon* yang ditemukan pada sekret aksial wanita. Sinyal kimia yang pertama didefinisikan adalah *bombykol*, yang dilepaskan oleh ulat sutera betina untuk menarik jantan untuk kawin (Karlson dan Luscher, 1959). *Pheromon* pada manusia dapat bersumber dari aksila manusia dimana pada bagian tersebut mengandung banyak campuran komponen kimia yang salah satunya di yakini merupakan komponen *pheromon* yang mudah menguap dan mudah berpindah ketika berdekatan dengan individu lain (Preti dan Wysocki, 1999). Paparan *pheromon* yang merupakan sinyal kimia berkontribusi pada sinkronisasi menstruasi yang dapat mempercepat dan menghambat *Luteinizing Hormon* (LH) yang bertanggung jawab terhadap siklus menstruasi (Weller dan Weller, 1993a). Diketahui *pheromon* juga ditemukan dalam interaksi antara orang tua dan keturunannya (Dyatt, 2015).

2) Interaksi Sosial

Menurut Soekanto (2012), interaksi sosial merupakan suatu pola hubungan dinamis yang melibatkan hubungan antara orang perorang, antarkelompok manusia, serta antara orang perorang dan kelompok manusia. Hal ini dapat berhubungan dengan terjadinya sinkronisasi menstruasi, seperti dalam penelitian Weller dan Weller (1993b), bahwa aktivitas yang dilakukan bersama, hubungan teman dekat, tinggal bersama dan

berinteraksi bersama dapat menimbulkan efek sinkronisasi. Aktivitas yang sering dilakukan bersama membuat wanita menghabiskan waktu bersama lebih banyak dan kemungkinan terjadinya pertukaran *pheromon* dapat terjadi. Jarak menstruasi akan semakin berdekatan setelah wanita tinggal bersama dalam waktu tiga bulan. Penurunan jarak terbesar akan dialami dalam empat bulan pertama setelah tinggal bersama (McClintock, 1971).

3) Perilaku *Hygiene* Saat Menstruasi (*menstrual hygiene*)

Kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat secara fisik, mental dan sosial yang berkaitan dengan fungsi dan proses produksi (Depkes RI). Kebiasaan untuk menjaga kebersihan organ reproduksi merupakan cerminan awal upaya untuk menjaga kesehatan tubuh, terlebih saat menstruasi pembuluh darah dalam rahim terbuka sehingga sangat mudah untuk terkena infeksi (Irmayanti dkk, 2014).

Sinkronisasi menstruasi terjadi pada wanita yang menggunakan pembalut dibandingkan wanita yang menggunakan tampon. Pembalut tidak akan menghambat darah menstruasi keluar dari tubuh dan tidak menghambat bau menstruasi seperti tampon (Jarett, 1984). Bau tersebut kemungkinan memicu terjadinya sinkronisasi. Weller dan Weller (1993a), juga menjelaskan bahwa tampon lebih menghambat bau menstruasi daripada pembalut karena pembalut biasanya masih terdapat di

tempat sampah dalam beberapa hari sehingga bau menstruasi akan merangsang indera penciuman yang kemungkinan berhubungan dengan sinkronisasi. Menurut Ekaputri (2014), di Indonesia wanita lebih banyak menggunakan pembalut dibandingkan tampon yang masih dianggap tabu. Kebersihan wanita selama mengalami menstruasi cukup penting, karena memiliki dampak terhadap kerentanan infeksi saluran reproduksi yang dapat ditularkan ke keturunannya saat wanita hamil (Sarkar dan Dasgupta, 2008).

Menjaga kebersihan dan kesehatan idealnya penggunaan pembalut selama menstruasi harus diganti secara teratur 2 sampai 3 kali sehari atau setiap 4 jam sekali, apalagi jika sedang banyak-banyaknya. Setelah mandi atau buang air, vagina harus dikeringkan dengan tisu atau handuk agar tidak lembab. Selain itu pemakaian celana dalam hendaknya terbuat dari bahan yang mudah menyerap keringat (PKBI DIY, 2000).

4) Stres

Stres adalah kondisi dimana tubuh terganggu secara psikologis karena tekanan (Wangsa, 2010). Stres sendiri dapat terjadi karena adanya stresor atau sumber stres yang terdiri dari tiga sumber utama, seperti lingkungan, fisik, dan pikiran. Stres yang disebabkan oleh faktor fisik dapat dikaitkan dengan menstruasi karena pada saat menstruasi terjadi perubahan kondisi

tubuh dan berasal dari tubuh itu sendiri (Gunarya, 2008). Seorang wanita yang mengalami stres menjadi penyebab terjadinya gangguan menstruasi, fungsi hormon terganggu dan juga kelainan sistemik, saat stres aktivasi yang terjadi akan mensimulasi mengeluarkan hormon dari hipotalamus yaitu *Corticotropic Releasing Hormon* (CRH). Hormon ini akan menstimulasi pelepasan *Endorfin* dan *Adrenocorticotropic Hormon* (ACTH). Peningkatan ACTH akan menyebabkan peningkatan kadar kortisol darah yang langsung atau tidak langsung dapat meningkatkan kadar kortisol darah dan pengaruh hormon-hormon tersebut dapat menghambat sekresi dari *Gonadotropin Releasing Hormon* (GnRH) yang bertugas mengendalikan dari sekresi LH dan FSH, sehingga kemungkinan besar dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi (Isnaeni, 2010).

Stres emosional dapat menyebabkan periode menstruasi tertunda (de Prose dan Keettell, 1977). Wanita yang mengalami sinkronisasi menstruasi memiliki tingkat stres dan kecemasan yang rendah (Weller dan Weller, 1993b). Penundaan dan tingkat stres pada wanita yang sedang mengalami menstruasi tersebut kemungkinan berkontribusi terhadap penurunan sinkronisasi menstruasi (Jarret, 1984).

B. Landasan Teori

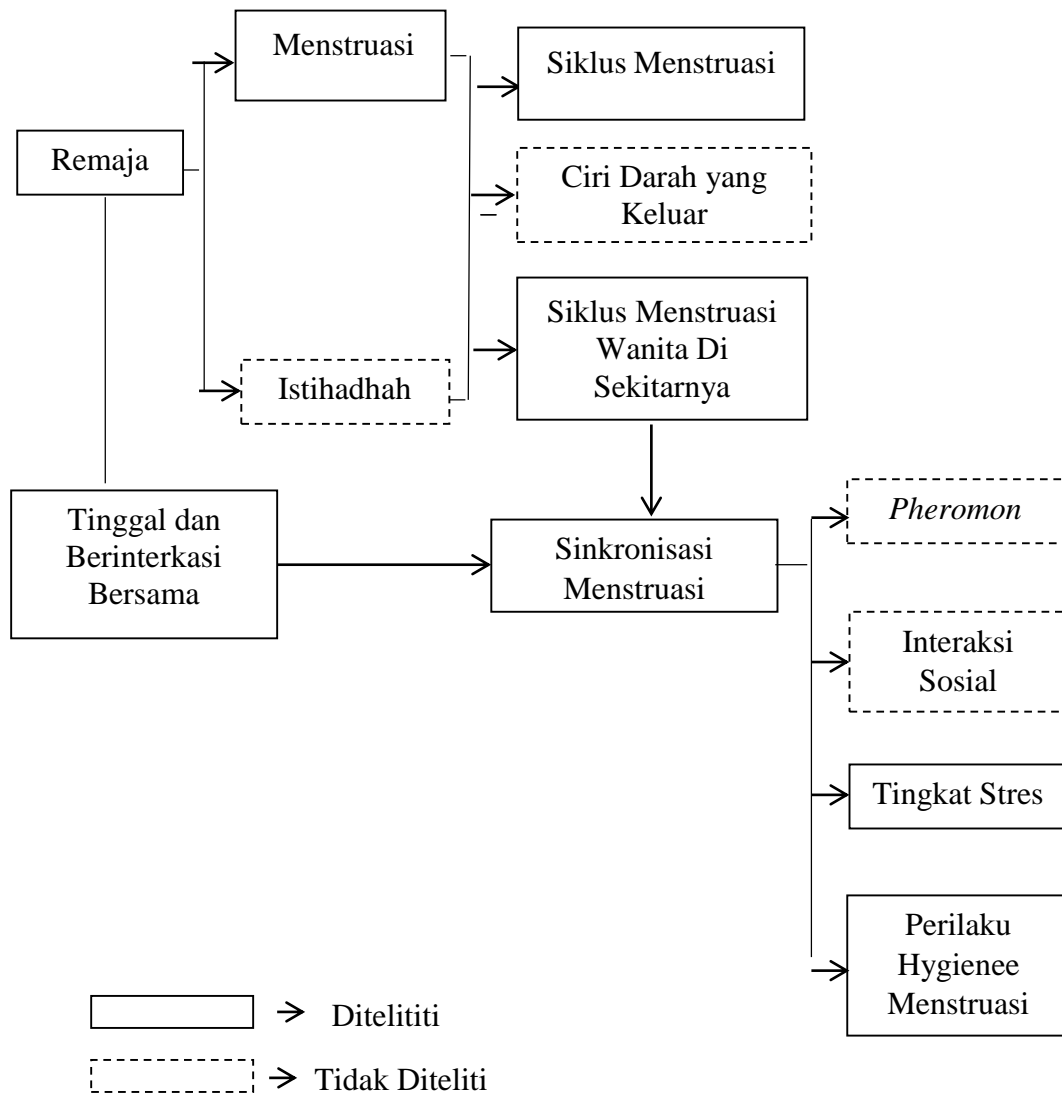
Menstruasi yang dialami seorang wanita adalah suatu hal yang wajar yang terjadi akibat terkelupasnya dinding dari endometrium rahim karena dipengaruhi oleh ketidakstabilan hormon. Setiap wanita memiliki siklus menstruasi yang berbeda-beda. Proses terjadinya menstruasi sangat berpengaruh pada rutinitas dan kegiatan sehari-hari seorang wanita terutama wanita muslim karena masalah ini sangat erat kaitannya dengan masalah ibadah. Secara hukum islam jika seorang wanita yang sedang mengalami menstruasi dilarang bahkan diharamkan untuk menunaikan ibadah, seperti sholat wajib, sholat sunnah, haji, umrah dan ibadah lainnya. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi, seperti tingkat stres, nutrisi serta gaya hidup.

Perdarahan yang dialami wanita dewasa maupun remaja tidak hanya menstruasi. Istihadhah merupakan bentuk perdarahan yang berbeda dengan menstruasi. Diperlukan pemahaman tentang cara membedakan kedua darah tersebut terutama bagi wanita yang baru mengalami menstruasi atau bagi wanita yang lupa dengan siklus menstruasinya. Hadist menjelaskan cara membedakan kedua darah tersebut, cara pertama yang dapat dilakukan dengan melihat waktu atau siklus menstruasi yang biasa dialami, jika tidak bisa atau terjadi keraguan dapat membedakan dengan cara kedua yaitu melihat dari sifat darah yang keluar, jika masih terjadi keraguan dapat dengan cara terakhir yaitu dengan melihat kebiasaan wanita di sekelilingnya atau di lingkungannya.

Keteraturan siklus menstruasi dapat menjadi pedoman untuk membedakan darah menstruasi dan istihadhah yang dialami wanita. Keraguan membedakan darah menstruasi dan istihadhah dapat dialami wanita bila memiliki siklus menstruasi tidak teratur. Remaja yang baru pertama kali mengalami menstruasi juga dapat menjadi bimbang membedakan kedua darah tersebut. Apabila hal tersebut terjadi wanita dewasa maupun remaja dapat melihat siklus menstruasi wanita lain di sekitarnya agar dapat membedakan kedua darah tersebut. Wanita yang berinteraksi dan tinggal di lingkungan sama diduga akan mengalami siklus menstruasi yang dikenal dengan istilah sinkronisasi menstruasi. Interaksi bersama dapat mempengaruhi siklus menstruasi dan di mungkinkan terjadi sinkronisasi menstruasi karena menurut penelitian terdapat pengaruh hormon *pheromon* yang merupakan suatu materi kimia (sinyal) dapat menguap dan bisa berpindah dari satu orang ke orang lain. Sinkronisasi menstruasi dikatakan terjadi bila jarak menstruasi antar satu wanita dengan yang lainnya kurang dari tujuh hari.

Sinkronisasi pada wanita yang tinggal di dalam satu gedung yang sama dapat berhubungan dengan tingkat stres dan cara menjaga kebersihan saat menstruasi (*menstrual hygiene*). Remaja yang memiliki *menstrual hygiene* yang rendah dimungkinkan akan lebih mudah mengalami sinkronisasi menstruasi dibandingkan remaja dengan skor *menstrual hygiene* yang tinggi dan pada wanita yang mempunyai tingkat stres yang normal akan lebih mudah mengalami sinkronisasi menstruasi.

C. Kerangka Konsep



Gambar 1. Kerangka Konsep

D. Pertanyaan Penelitian

Bagaimana gambaran sinkronisasi menstruasi pada Residen Putri tingkat pertama di *University Residence* (Unires) Universitas Muhammadiyah Yogyakarta (kajian dengan kuisioner dan siklus menstruasi) ?