

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menurut WHO (2012) terdapat 1.769.425 jiwa (90%) perempuan merasakan dismenore dengan 10-15% dismenore berat. Di Indonesia terdapat 45-95% perempuan usia produktif merasakan dismenore, 51,2% menurunkan nyeri dismenore dengan obat, 24,7% dengan relaksasi dan 24,1% dengan pengalihan nyeri (Depkes RI, 2010). Di Yogyakarta 52% perempuan usia produktif merasakan dismenore dan mengatasi dengan cara minum obat pengurang nyeri (Fitriana, 2017).

Perempuan yang produktif normalnya memproduksi hormon estrogen dan progesteron. Hormon estrogen yang meningkat menyebabkan pematangan sel telur di ovarium sehingga apabila sel telur tersebut tidak terjadi pembuahan maka terjadi peluruhan rahim yang telah matang melalui proses menstruasi. Menstruasi adalah perdarahan yang terjadi secara teratur biasanya terjadi 14 hari setelah ovulasi. Menstruasi ini terjadi karena peluruhan lapisan dinding rahim yang telah tebal dan matang tetapi tidak terjadi pembuahan oleh sperma. Siklus menstruasi perempuan biasanya 28-35 hari dan proses menstruasi terjadi selama 3-7 hari (Sinaga et al., 2017).

Gangguan dari menstruasi yaitu siklus menstruasi tidak teratur, *Pre Menstruation Syndrome* dan dismenore. Salah satu gangguan yang paling sering dirasakan saat perempuan menstruasi adalah dismenore (Satya, Shita, & Purnawati, 2016). Dampak negatif dismenore pada mahasiswi adalah dismenore menyebabkan seseorang menjadi lemas dan tidak bertenaga, pucat, kurangnya konsentrasi, sehingga berdampak negatif pada kegiatan sehari-hari dan bahkan menjadi salah satu alasan tersering wanita tidak melakukan aktivitas (Fitriana, 2017).

Faktor yang dapat mempengaruhi dismenore yaitu usia, paritas, lama menstruasi, stress, aktivitas fisik dan indeks massa tubuh. Salah satu faktor yang berperan dengan dismenore pada mahasiswi adalah stress. Dampak negatif stress adalah kecemasan berlebihan pada mahasiswi, depresi, dan perubahan fungsi sosial (Legiran, Azis & Bellinawati, 2015). Saat stress tubuh akan memproduksi peningkatan hormon kortisol dan tubuh juga akan memproduksi hormon estrogen dan prostaglandin yang berlebihan. Estrogen dan prostaglandin ini dapat menyebabkan peningkatan kontraksi uterus secara berlebihan sehingga mengakibatkan rasa nyeri saat menstruasi. Hormon adrenalin juga meningkat dan menyebabkan otot tubuh tegang termasuk otot rahim dan menjadikan nyeri saat menstruasi (dismenore). Peningkatan aktivitas saraf simpatis menyebabkan peningkatan nyeri menstruasi dengan peningkatan kontraksi uterus (Sari & Nurdin, 2015).

Berdasarkan studi pendahuluan pada 36 mahasiswi yang dilakukan di Pondok Pesantren Al - Munawwir kompleks R2 Krapyak Bantul. Penyebab stress pada mahasiswi di pondok pesantren berasal dari dalam dirinya sendiri maupun dari lingkungannya. Masalahnya meliputi : masalah akademik dan non akademik. Masalah akademik yaitu stress karena tuntutan prestasi akademik dari orang tua, frekuensi ujian, tugas kuliah banyak, sulit mengatur waktu , padatnya jadwal akademik sehingga sangat sedikit waktu luang, banyak tugas. Sedangkan masalah non akademik meliputi masalah, uang, tanggung jawab, hafalan, beban pikiran, capek, deadline, kurang komunikasi dengan orang lain dan perkataan orang lain yang menyinggung sehingga menyebabkan stress.

Dari 36 orang semua mengatakan pernah mengalami stress. Dari hasil studi pendahuluan mahasiswi menunjukkan gejala stress seperti nafsu makan menurun, pusing, mengerutkan kening, mudah marah, sulit berpikir, kurang semangat, tidak fokus, mimisan, lelah, malas dan menyendiri. Kondisi ini sama dengan yang dijelaskan oleh Sutjiato (2015) yang menyebutkan tanda dan gejala stress adalah sulit memotivasi diri, munculnya perasaan cemas, sedih, kemarahan, frustrasi, dan efek negatif lainnya. Dampak negatif secara fisiologis antara lain gangguan kesehatan, daya tahan tubuh yang menurun terhadap penyakit, sering pusing, badan terasa lesu, lemah, dan insomnia. Dampak perilaku yang muncul antara lain menunda-nunda penyelesaian tugas kuliah, malas kuliah. Dari faktor ini menyebabkan peningkatan nyeri dismenore lebih sakit dari biasanya diantaranya 12 orang merasakan nyeri ringan, 11 orang merasakan nyeri sedang dan 13 orang merasakan nyeri dismenore berat. Rata –

rata nyeri dismenore dirasakan dari hari 1- 3 hari awal menstruasi. Dismenore dirasakan di bagian perut bawah seperti tertusuk – tusuk dan tertekan, nyeri menjalar ke otot - otot, mempengaruhi aktivitas sehari – hari, mempengaruhi kualitas tidur, kadang menyebabkan mual dan muntah.

Berdasarkan latar belakang dan fenomena tersebut peneliti ingin mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat stress dengan tingkat dismenore pada mahasiswi di Pondok Pesantren Al - Munawwir komplek R2 Krapyak Bantul.

B. Rumusan Masalah

“Apakah ada hubungan antara tingkat stress dengan tingkat nyeri dismenore pada mahasiswi di Pondok Pesantren Al - Munawwir komplek R2.

C. Tujuan Penelitian

Tujuan Umum:

Tujuan dari penelitian ini adalah mengetahui adanya hubungan antara tingkat stress dengan tingkat nyeri dismenore pada mahasiswi di Pondok Pesantren Al -Munawwir komplek R2.

Tujuan Khusus :

- a. Mengetahui tingkat nyeri dismenore pada mahasiswi di Pondok Pesantren Al - Munawwir komplek R2
- b. Mengetahui tingkat stress pada mahasiswi di Pondok Pesantren Al Munawwir komplek R2

D. Manfaat penelitian

1. Bagi Responden

Menambah pengetahuan tentang kesehatan reproduksi terutama tentang faktor yang berhubungan dengan dismenore.

2. Bagi Mahasiswi

Sebagai penerapan mata kuliah metodologi penelitian dan menambah pengalaman dalam mengukur nyeri dismenore dan tingkat stress pada mahasiswi.

3. Bagi Program Studi Ilmu Keperawatan

Hasil penelitian ini mampu menambah pengetahuan, yang dapat dimanfaatkan oleh mahasiswi untuk meningkatkan pengetahuan faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore dan akibat yang ditimbulkannya.

Tabel 1 Keaslian Penelitian

E. Keaslian Penelitian

No	Judul	Tahun	Pengarang	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Gambaran Tingkat Stress Psikologis Dan Tingkat <i>Dysmenorrhea Primer</i> Pada Mahasiswi Fisioterapi S1 Di Universitas Muhammadiyah Surakarta	2018	Dea Anggun Nabella Kimata	Dari penelitian yang telah dilakukan didapatkan hasil bahwa dari 50 responden sebanyak 21 responden (42%) mengalami stress tingkat sedang, 14 responden mengalami stress ringan, 9 responden dengan stress berat, dan 6 responden dalam tingkatan normal. Pada derajat nyeri <i>dysmenorrhea primer</i> sebanyak 23 responden (46%)	Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah kesamaan tema atau variabel <i>dependent</i> tentang dismenore	Perbedaannya pada variabel <i>independent</i> , sampel, tempat penelitian dan waktu penelitian. Mengukur stress menggunakan <i>Depression Anxiety Stress Scales 42</i> (DASS 42) sedangkan karya tulis ilmiah ini menggunakan <i>Student Life Stress Inventory</i> .

No	Judul	Tahun	Pengarang	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				mengalami nyeri sedang. 17 responden dengan nyeri ringan, dan 10 responden dengan nyeri berat. Semakin tinggi tingkat stress yang dialami, maka akan semakin tinggi tingkat kejadian <i>dysmenorrhea primer</i> terjadi.		
2	Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja	2016	Ta Larasati, Faridah Alatas	Hasil penelitiannya adalah ada beberapa faktor risiko yang mempengaruhi terjadinya dismenore. Dalam beberapa literatur faktor risiko sering dikaitkan dengan	Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah kesamaan tema atau variabel <i>dependent</i> tentang dismenore	Perbedaannya pada variabel <i>independent</i> , sampel, tempat penelitian dan waktu penelitian.

No	Judul	Tahun	Pengarang	Hasil	Persamaan	Perbedaan
				dismenore, yaitu <i>menarche</i> usia dini, riwayat keluarga keluhan dismenore, indeks massa tubuh yang tidak normal, kebiasaan makan cepat saji, lamanya pendarahan saat menstruasi, paparan asap rokok, dan konsumsi kopi.		
3	Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada mahasiswi semester VIII Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto	2016	Tia Pundati, Sistiarani, Bambang Hariyadi	Martha Coli Hasil penelitiannya ada hubungan yang signifikan antara menstruasi dan kejadian dismenore pada siswa semester 8.	Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah kesamaan tema atau variabel <i>dependent</i> tentang dismenore.	Perbedaannya pada variabel <i>independent</i> , sampel sejumlah 137 responden, tempat penelitian, kuesioner stress pada karya tulis ilmiah ini menggunakan <i>Student Life Stress Inventory</i> dan waktu penelitian.