

BAB I

PENDAHULUAN

I.1 Latar Belakang

Gangguan haid merupakan masalah yang perlu diperhatikan oleh kaum remaja dan cukup sering ditemukan pada pelayanan kesehatan primer. Gangguan haid memerlukan evaluasi karena apabila tidak ditangani dapat mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari. Pada sebuah studi yang dilakukan terhadap mahasiswa didapatkan data bahwa dismenorea (33%) merupakan keluhan yang dirasakan paling mengganggu. Efek gangguan haid yang dilaporkan antara lain waktu istirahat yang memanjang (54%) dan menurunnya kemampuan belajar (50%) (Sianipar *et al* 2009, hlm. 309).

Riset Kesehatan Dasar(Riskedas) tahun 2010, wanita yang mengalami gangguan haid yakni ; usia 10-14 (3,5%), usia 15-19 (11,7%), dan usia 20-24 (14,4%). Di Jakarta sendiri angka kejadiannya sebesar 17,2%, dan angka tersebut menempatkan Jakarta dalam 5 besar kota dengan prevalensi gangguan haid terbanyak. Sebagian besar responden (6,8%) mengatakan disebabkan oleh stres dan sebagian lagi akibat penggunaan KB (5,1%), menopause (3,7%), dan sisanya sakit (0,6%). Rehana *et al.*(2015, hlm. 36), mengatakan prevalensi siklus haid yang abnormal berdasarkan evaluasi medis, terdapat 9-13 % wanita usia reproduksi mengalami haid yang tidak teratur.

Gangguan haid menunjukkan bahwa adanya perubahan produksi hormon reproduksi, hal ini bisa mengakibatkan berkurangnya fungsi dari sistem reproduksi yang dapat dihubungkan dengan berbagai penyakit seperti kanker rahim dan payudara, infertilitas, serta fraktur tulang (Rakhmawati & Dieny 2013, hlm. 215). Menurut *World Health Organization*(WHO) sebesar 20% dari 550.000 kematian di seluruh dunia disebabkan anemia, yang salah satu penyebabnya adalah gangguan haid atau siklus haid yang tidak normal. Pemicu terjadinya anemia seperti hipermenorea, polimenorea, dan metroragia yang dapat

menyebabkan sindrom ovarium polikistik pada wanita yang memiliki berat badan lebih (60-70%) dan 40-50% pada berat badan normal. Hal ini berhubungan dengan kondisi *infertilitas*, terutama terkait dengan siklus yang tidak berovulasi.

Banyak faktor yang dapat menyebabkan timbulnya gangguan haid, diantaranya adalah status gizi, pola makan, aktivitas olahraga, ansietas (kecemasan yang berlebihan) dan stres, obat-obat tertentu, penurunan berat badan yang signifikan, dan adanya gangguan fungsi tiroid dan adrenalin (Rehana *et al.* 2015 hlm. 36).

Menurut penelitian Sianipar *et al.* (2009, hlm. 310), pada 57 responden didapatkan 2 mengalami gangguan haid dan 55 tidak ada gangguan dengan status gizi *underweight* 11 orang, normal 38 orang, *overweight* 5 orang, dan *obese* 3 orang, dan dari data tersebut dikatakan bahwa tidak ada hubungan bermakna antara IMT dengan gangguan haid. Sedangkan penelitian lain mengatakan bahwa terdapat 5,4% wanita dengan IMT sebesar 35 atau lebih mengalami pola haid yang memanjang. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara IMT dengan pola haid (Rowland AS *et al.* 2002, hlm. 668). Penelitian Sianiper *et al.* (2009, hlm. 310), juga mengatakan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan gangguan haid. Dua per tiga responden yang mengalami gangguan haid justru aktif secara fisik, sedangkan dua per tiga responden yang tidak mengalami gangguan haid justru tidak aktif. Hal ini berbanding terbalik dengan penelitian yang dilakukan oleh Rich-Edwards *etal.* (2002, hlm. 184), didapatkan bahwa pada wanita yang cenderung aktif secara fisik mengalami gangguan haid lebih rendah dibandingkan wanita yang tidak aktif.

Berdasarkan latar belakang di atas masih didapatkan adanya kontroversi mengenai hubungan antara stres psikis, aktivitas fisik, dan status gizi terhadap gangguan haid. Untuk itu peneliti ingin mengetahui hubungan antara stres psikis, aktivitas fisik, dan status gizi terhadap gangguan haid. Penelitian ini akan dilakukan pada mahasiswa tingkat I di Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta. Pemilihan tersebut didasarkan atas dasar belum ada penelitian mengenai stres psikis, aktivitas fisik, dan status gizi terhadap gangguan haid pada mahasiswa Fakultas Kedokteran UPN "Veteran" Jakarta. Selain itu, menurut penelitian Abdulghani *et al.* (2011, hlm. 250), bahwa tingkat stres tertinggi yaitu terjadi pada

mahasiswi kedokteran tingkat pertama dan menurun pada tahun berikutnya. Maka peneliti tertarik untuk mengambil sampel pada subyek tersebut.

I.2 Perumusan Masalah

Gangguan haid memiliki dampak yang sangat besar, seperti kanker rahim dan payudara, infertilitas, fraktur tulang serta anemia. Anemia akibat gangguan haid dan ketidakaturan haid menurut WHO dapat menyebabkan kematian. Beberapa faktor yang menyebabkan timbulnya gangguan haid yakni stres psikis, aktivitas fisik serta status gizi. Tingkat I Fakultas Kedokteran memiliki tingkat stres yang lebih tinggi dibandingkan dengan tingkat selanjutnya. Penelitian ini adalah untuk meneliti hubungan antara stres psikis, aktivitas fisik, dan status gizi terhadap gangguan haid untuk menjawab pertanyaan penelitian : **Apakah ada hubungan antara stres psikis, aktivitas fisik, dan status gizi dengan gangguan haid pada remaja di Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.**

I.3 Tujuan Penelitian

I.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara stres psikis, aktivitas fisik, dan status gizi dengan gangguan haid pada remaja di Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.

I.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui prevalensi tingkat stres psikis pada mahasiswi tingkat I di Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.
- b. Untuk mengetahui tingkat aktivitas fisik pada mahasiswi tingkat I di Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.
- c. Untuk mengetahui status gizi pada mahasiswi tingkat I di Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.
- d. Untuk mengetahui prevalensi mahasiswi tingkat I yang mengalami pola haid normal dan gangguan haid di Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.

- e. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stress psikis, aktivitas fisik, dan status gizi terhadap gangguan haid.

I.4 Manfaat Penelitian

Adapun yang menjadi manfaat dari penelitian ini adalah:

I.4.1 Manfaat Teoritis

Memberikan pengetahuan mengenai hubungan stres psikis, aktivitas fisik, dan status gizi dengan gangguan haid.

I.4.2 Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

- 1) Mendapatkan informasi dan edukasi mengenai gangguan haid, sehingga dapat meminimalisir kejadian gangguan haid.
- 2) Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan gambaran IMT dari masing-masing mahasiswi, sehingga dapat digunakan sebagai acuan untuk mengontrol berat badan.
- 3) Mendapat informasi dan edukasi mengenai dampak stress psikis sehingga mahasiswi diharapkan bisa mengatur tingkat stresnya.

b. Bagi Penulis

- 1) Menambah pengetahuan di bidang kedokteran mengenai tingkat stres psikis, aktivitas fisik, dan status gizi pada mahasiswi tingkat I di Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta dan hubungannya dengan gangguan haid.
- 2) Sebagai bahan penelitian untuk melengkapi salah satu syarat mendapatkan gelar sarjana kedokteran.
- 3) Penelitian ini dapat digunakan sebagai dasar dalam penelitian selanjutnya dalam bidang kesehatan reproduksi, kesehatan jiwa, dan gizi.

c. Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta

- 1) Penelitian ini dapat menambah sumber literatur pembelajaran dan koleksi penelitian yang ada di perpustakaan Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta.
- 2) Hasil penelitian ini dapat dimanfaatkan sebagai salah satu data mengenai tingkat stres psikis pada mahasiswi tingkat I di Fakultas Kedokteran UPN “Veteran” Jakarta dan sebagai acuan dalam menentukan dan mengembangkan kebijakan dalam mengatasi masalah kesehatan jiwa di bidang akademik.

