

BAB I PENDAHULUAN

1.1. Latar Belakang

Siklus menstruasi merupakan jarak antara hari pertama menstruasi dengan hari menstruasi berikutnya yaitu antara 20 sampai 35 hari (Hall & Hall, 2021; Kusmiran, 2013). Siklus menstruasi yang tidak terganggu dapat menjadi salah satu tanda bahwa fungsi sistem reproduksi tersebut juga baik, karna hal tersebut dapat menjadi salah satu indikator bahwa fungsi sistem reproduksi pada wanita tersebut tidak ada masalah (Hossam et al., 2016; Rakhmawati & Dieny, 2013). Terdapat beberapa faktor yang dapat memengaruhi panjang siklus menstruasi seperti status gizi, diet, stres, obat hormonal, merokok, termasuk kualitas tidur (Kennedy et al., 2021; Rossmanith, 1998).

Menurut Nam et al (2017), wanita yang mengalami gangguan tidur cenderung mengalami gangguan siklus menstruasi. Penelitian Luthfi (2020) membuktikan bahwa dari 52,1% mahasiswa yang memiliki kualitas tidur yang buruk dan 29,9% diantaranya memiliki siklus menstruasi yang tidak normal. Penelitian Kim et al (2018) menunjukkan wanita dengan kualitas tidur yang terganggu tidak memiliki kecenderungan yang sangat signifikan terhadap gangguan siklus menstruasi. Pada kasus gangguan siklus menstruasi ini, kualitas tidur buruklah yang diketahui dapat memengaruhi siklus menstruasi.

Perubahan waktu tidur yang terus menerus atau buruknya kualitas tidur dapat memengaruhi sekresi kortisol yang menyebabkan terjadinya peningkatan kadar kortisol. Peningkatan kadar kortisol ini dapat mengakibatkan gangguan pada panjang siklus menstruasi (Hall, 2016; Tsigos et al., 2020). Gangguan

panjang siklus menstruasi tersebut diakibatkan oleh terjadinya penekanan aktivitas gonadotropin yang diakibatkan oleh kualitas tidur yang buruk tersebut (Rossmanith, 1998). Selain oleh kualitas tidur yang buruk, tingkat stres pada wanita juga dapat memengaruhi gangguan pada panjang siklus menstruasi.

Tingkat stres yang meningkat pada seorang wanita juga memengaruhi kadar kortisol pada tubuh. Stres merupakan suatu kondisi di mana seseorang bereaksi baik secara fisik maupun mental terhadap suatu perubahan, peristiwa, atau situasi yang tak terkendali atau sesuatu yang tidak menyenangkan dalam hidupnya (Fink, 2016; Medicine, 2017). Pada saat seseorang mengalami stres sistem saraf simpatis (SNS) pada tubuh akan diaktifkan dan merespon dengan melawannya atau lari. Rasa takut, gairah, dan rangsangan emosional akan diproses oleh amigdala. Hipotalamus akan mengaktifkan sumbu Hipotalamus Pituitari Adrenal (HPA), jika dirasa tubuh secara terus menerus menghadapi rangsangan sebagai ancaman. Kemudian korteks adrenal akan mengeluarkan kortisol dan memungkinkan terus merasa waspada (Thau et al., 2021). Peningkatan kadar kortisol inilah yang dapat menekan hormon estrogen, dan progesteron yang memengaruhi siklus menstruasi (Tsigos et al., 2020).

Peningkatan stres dan kualitas tidur dapat dipengaruhi oleh banyak hal terutama pada masa pandemi COVID-19 ini. Pandemi COVID-19 yang terjadi saat ini memiliki dampak yang besar dalam segala bidang dan segala kalangan, salah satunya pada tenaga kesehatan. Indonesia merupakan salah satu negara dengan jumlah kasus COVID-19 yang tinggi, telah dilaporkan sebanyak 2.379.397 kasus yang terkonfirmasi positif COVID-19 pada 7 Juli 2021. Pada hasil laporan mingguan 28 Juni sampai 4 Juli 2021 sebanyak 11 provinsi

mengalami peningkatan hingga mencapai lebih dari 50% salah satunya yaitu provinsi Jawa Timur (WHO, 2018). Peningkatan kasus COVID-19 ini meningkatkan pula kebutuhan fasilitas kesehatan yang menangani kasus COVID-19. Pemerintah daerah khususnya wilayah Surabaya menetapkan beberapa rumah sakit rujukan COVID-19, salah satunya yaitu RSUD Dr. Soetomo.

Pandemi COVID-19 ini memungkinkan adanya tekanan dan tuntutan kerja yang tinggi terhadap tenaga kesehatan termasuk bidan di RSUD Dr. Soetomo. Selain itu stigma buruk di masyarakat mengenai COVID-19 menyebabkan ketakutan dan kekhawatiran yang berlebihan sehingga menjauhi atau bahkan mengucilkan orang-orang yang terkena atau memiliki resiko paparan yang tinggi salah satunya orang dengan profesi sebagai tenaga kesehatan termasuk bidan (Fiorillo & Gorwood, 2020; Tsamakis et al., 2020).

Menurut Solon et al. (2021) beban kerja yang dimiliki tenaga kesehatan khususnya pada masa pandemi COVID-19 berhubungan dengan peningkatan stres, serta kualitas tidur pada masa pandemi COVID-19 yang dialami tenaga kesehatanpun terganggu, hal ini sesuai dengan hasil penelitian yang telah dilakukan oleh Monaris et al., (2021) bahwa 62,68% petugas kesehatan mempunyai kualitas tidur yang buruk pada masa pandemi COVID-19. Berdasarkan uraian di atas peneliti perlu melakukan penelitian untuk membuktikan ada tidaknya hubungan kualitas tidur terhadap siklus menstruasi.

1.2. Rumusan Masalah

1. Apakah kualitas tidur berhubungan dengan panjang siklus menstruasi bidan di RSUD Dr. Soetomo Surabaya pada masa pandemi COVID-19?
2. Apakah tingkat stres berhubungan dengan panjang siklus menstruasi bidan di RSUD Dr. Soetomo Surabaya pada masa pandemi COVID-19?

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Menganalisis hubungan antara kualitas tidur dan tingkat stres dengan panjang siklus menstruasi bidan di RSUD Dr. Soetomo Surabaya pada masa pandemi COVID-19

1.3.2. Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi bidan berdasarkan kualitas tidur di RSUD Dr. Soetomo Surabaya pada masa pandemi COVID-19
2. Mengetahui distribusi bidan berdasarkan tingkat stres di RSUD Dr. Soetomo Surabaya pada masa pandemi COVID-19
3. Mengetahui distribusi bidan berdasarkan panjang siklus menstruasi di RSUD Dr. Soetomo Surabaya pada masa pandemi COVID -19
4. Menganalisa hubungan kualitas tidur dengan panjang siklus menstruasi bidan di RSUD Dr. Soetomo Surabaya pada masa pandemi COVID-19
5. Menganalisa hubungan tingkat stres dengan panjang siklus menstruasi bidan di RSUD Dr. Soetomo Surabaya pada masa pandemi COVID-19

1.4. Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat meningkatkan pengetahuan mengenai panjang siklus menstruasi serta faktor-faktor yang memengaruhi bagi mahasiswa kesehatan ataupun tenaga medis, serta sebagai sebuah informasi dalam melakukan penelitian selanjutnya.

1.4.2. Manfaat Praktis

Dengan hasil penelitian ini dapat membantu bidan dalam mengurangi faktor yang memengaruhi siklus menstruasi yang terganggu dan diharapkan dapat menjadikan acuan untuk penelitian selanjutnya.