

Pengaruh *Dysmenorrhea* Terhadap Perubahan Suasana Hati Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Yarsi Angkatan 2020 dan Tinjauannya Menurut Pandangan Islam

The Effect Of Dysmenorrhea On Mood Changes In 2020 Yarsi University Faculty Of Medicine Students And According To Islamic Perspective

Shintya Nabilla Trianti¹, Endang Purwaningsih², Firman Arifandi³, Qomariyah RS⁴

¹Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

²Bagian Anatomi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

³Bagian Agama Islam Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

⁴Bagian Fisiologi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI, Jakarta, Indonesia

Email: sntynbla@gmail.com, endpurwaning@gmail.com, firman.arifandi@yarsi.ac.id, qomariyah@yarsi.ac.id

KATA KUNCI *Dysmenorrhea*, Menstruasi, Perubahan Suasana Hati, Mahasiswa Kedokteran

ABSTRAK

Latar belakang: *Dysmenorrhea* didefinisikan sebagai adanya kram rahim yang menyakitkan terjadi selama menstruasi dan merupakan salah satu penyebab paling umum dari sakit perut dan gangguan menstruasi. Tidak semua wanita yang mengalami menstruasi merasa nyaman, hal ini disebabkan oleh gangguan umum seperti suasana hati, nyeri sendi dan nyeri perut yang disebut *dysmenorrhea*. Wanita dengan *dysmenorrhea* memerlukan pengetahuan mengenai pengaruh dari *dysmenorrhea* terhadap perubahan suasana hati. Belum diketahui pengaruh *dysmenorrhea* terhadap suasana hati pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020. **Metode:** Jenis penelitian ini adalah deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional study*. Sampel dalam penelitian adalah mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI angkatan 2020 sebanyak 120 responden. Pengumpulan data dilakukan dengan pengisian kuesioner untuk mengukur nyeri dan perubahan suasana hati yaitu *Numeric Rating Scale* (NRS) dan *Four Dimensions Mood Scale* (FDMS). Analisis dilakukan secara univariat pada setiap variabel dan bivariat untuk melihat hubungan antar variabel.

Hasil: Hasil penelitian menunjukkan bahwa mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI yang mengalami *dysmenorrhea* ringan, sedang, dan berat dengan perubahan suasana hati negatif secara berturut-turut yaitu 5 orang (10,4%), 5 orang (10,6%), dan 14 orang (56%). *Dysmenorrhea* ringan, sedang, dan berat dengan perubahan suasana hati *relaxation* secara berturut-turut yaitu 10 orang (20,8%), 31 orang (66%), dan 6 orang (24%). *Dysmenorrhea* ringan, sedang, dan berat dengan perubahan suasana hati positif secara berturut-turut yaitu 33 orang (68,8%), 1 orang (23,4%), dan 5 orang (20%). Hasil analisis *Chi-Square* menunjukkan adanya

hubungan antara kejadian *dysmenorrhea* dengan perubahan suasana hati.

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara kejadian *dysmenorrhea* dengan perubahan suasana hati pada Mahasiwi Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020.

KEYWORDS *Dysmenorrhea, Menstruation, Mood Changes, Medical Students*

ABSTRACT ***Background:** Dysmenorrhea is defined as painful uterine cramps occurring during menstruation and is one of the most common causes of abdominal pain and menstrual disorders. Not all women who experience menstruation feel comfortable; this is caused by general disturbances such as mood swings, joint pain, and abdominal pain, which is called dysmenorrhea. Women with dysmenorrhea need knowledge about the effects of dysmenorrhea on mood changes. The effect of dysmenorrhea on mood in 2020 YARSI University Faculty of Medicine student is unknown.*

***Methods:** This type of research is descriptive-analytic with a cross-sectional study approach. The sample in the study consisted of students from the Faculty of Medicine at YARSI University, class of 2020, with 120 respondents. Data was collected by filling out a questionnaire to measure pain and mood changes, namely Numeric Rating Scale (NRS) and Four Dimensions Mood Scale (FDMS). The analysis was carried out univariately on each variable and bivariate to see the relationship between variables.*

***Results:** The results showed that YARSI University Faculty of Medicine students who experienced mild, moderate, and severe dysmenorrhea with negative mood changes, respectively, were 5 people (10.4%), 5 people (10.6%), and 14 people (56%). Mild, moderate, and severe dysmenorrhea with relaxation mood swings affected 10 people (20.8%), 31 people (66%), and 6 people (24%). Mild, moderate, and severe dysmenorrhea with positive mood changes, respectively, affected 33 people (68.8%), 1 person (23.4%), and 5 people (20%). The results of the Chi-Square analysis showed a relationship between the incidence of dysmenorrhea and mood swings.*

***Conclusion:** There is a relationship between the incidence of dysmenorrhea and mood swings in 2020 YARSI University Faculty of Medicine students.*

PENDAHULUAN

Haid adalah pendarahan akibat terlepasnya dinding bagian dalam rahim (endometrium). Dinding bagian dalam rahim disiapkan agar embrio dapat ditanamkan. Jika embrio tidak ditanamkan, lapisan ini akan luruh. Pendarahan ini terjadi secara teratur dan interval antara menstruasi disebut siklus menstruasi. (Purwoastuti & Walyani, 2015). Siklus menstruasi pada wanita normalnya selama 21-32 hari.

Akan tetapi tidak semua wanita yang mengalami menstruasi merasa nyaman karena gangguan umum seperti suasana hati, nyeri sendi dan nyeri perut yang disebut *dysmenorrhea*. *Dysmenorrhea* didefinisikan sebagai adanya kram rahim yang menyakitkan terjadi selama menstruasi dan merupakan salah satu penyebab paling umum dari sakit perut dan gangguan menstruasi. (Hanoch *et al.*, 2016). Terdapat banyak pengaruh akibat dari

Dysmenorrhea terhadap keseharian wanita salah satunya perubahan suasana hati. Suasana hati adalah emosi dalam diri individu yang menggambarkan keadaan emosional pada titik waktu tertentu dan dapat berubah dari waktu ke waktu tergantung pada keadaan yang dialaminya. (Ekkekakis & Nursanti, 2014).

Suasana hati cenderung kurang intens dan merupakan hasil dari pengalaman dan kondisi. Suasana hati adalah suatu kondisi yang dialami dalam kehidupan manusia, dan suasana hati dapat sedikit banyak dipengaruhi oleh cara seseorang berinteraksi dengan orang lain dalam suatu lingkungan sosial (Meirer, 2000). Terdapat dua jenis sifat suasana hati yaitu, sifat suasana hati positif dan suasana hati negatif. Suasana hati positif meliputi suasana hati senang (bahagia, semangat), suasana hati cinta (penuh kasih, perhatian), suasana hati tenang (teduh, kepuasan), suasana hati semangat (aktif, segar). Sedangkan suasana hati negatif meliputi suasana hati dalam keadaan marah (menggerutu, kesal), suasana hati cemas (gelisah, gugup), suasana hati lelah (letih, mengantuk) dan suasana hati sedih (suram, sendu) (Mayer & Gaschke, 1988). Sekitar 70% - 90% kasus nyeri haid terjadi pada masa remaja dan dapat menimbulkan perubahan suasana hati. Dari perubahan suasana hati ini akan menimbulkan perubahan positif dan negatif. (Lestari, 2013).

Haid dan wanita adalah dua hal yang tidak bisa dipisahkan (Widad, 2017). Setiap wanita dipastikan akan mengalaminya karena darah haid merupakan sifat alamiah pada setiap wanita (Widad, 2017) yang diberikan Allah SWT (Rahmatullah, 2013). Ibnu

Al-Rafah dalam buku Su'ad Ibrahim Shalih menyatakan pendapatnya bahwa, Al-Mahidh dan Al'haidh adalah berkumpulnya darah ke tempat itu dan dinamakan Al-haudh karena air berkumpul di dalamnya. Hadhat al-ma'ah wa tahayyadhat, darasat, arikat, thamitsat, tahidhu haidhan, mahadhan, dan mahidhan bermakna, "jika ia mengalir dari seorang tersangka pada waktu-waktu tertentu". Jika ia mengalir pada hari-hari yang tidak ditentukan dan bukan waktu haid dikatakan, ustuhidhu, artinya saya istihadhoh dan ia mustahadhah (Shalih, 2011). Berdasarkan pendapat Ibnu Al-arafah dalam buku Su'ad Ibrahim Shalih adalah darah haid mengalir dari rahim wanita pada saat waktu tertentu, jika ia mengalir pada hari-hari yang tidak ditentukan maka itu dinamakan darah istihadhah (Shalih, 2011).

Kewajiban bagi kaum wanita untuk mengetahui hukum dan memahami darah haid dan darah istihadhah bagian dari ajaran agama dalam aspek fiqih. Adapun alat untuk bersuci ialah air, tanah, dan batu. Sedangkan hukum bersuci dari hadats dan najis adalah wajib (Haya, 2010). Karena bersuci adalah bagian dari hadast, haid termasuk bagian dari hadast besar oleh karena itu thaharah atau bersuci adalah bagian dari fiqih yang mengkaji masalah haid, masih banyak dikalangan mahasiswa belum mengetahui dan belum paham tentang hukum darah yang keluar dari rahimnya. Penelitian ini bermaksud untuk mengetahui terkait wanita dengan *dysmenorrhea* memerlukan pengetahuan mengenai pengaruh *dysmenorrhea* terhadap suasana hati pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020 dan

tinjauannya menurut pandangan islam.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian yang bersifat deskriptif analitik dengan desain cross sectional. Populasi di penelitian ini adalah seluruh Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020 yang berjumlah sekitar 166 orang mahasiswi. Sampel penelitian ini diambil dengan cara probability sampling/simple random sampling. Penentuan jumlah sampel menggunakan rumus Slovin dan

mendapatkan sampel sebanyak 120 mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020. Untuk mengukur *dysmenorrhea* (nyeri haid) peneliti menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan untuk mengukur perubahan suasana hati (mood) menggunakan *Four Dimensions Mood Scale* (FDMS). Analisis data akan menggunakan dua jenis uji yakni univariat dan bivariate. Analisis bivariate yang akan dilakukan adalah dengan menggunakan uji statistic chi-square.

HASIL

Analisis Univariat

Distribusi frekuensi variabel pada penelitian ini disajikan pada tabel berikut (Tabel 1):

Table 1. Distribusi Frekuensi Variabel Penelitian

Variabel	Jumlah	Persentase (%)
Usia		
18 tahun	3	2,5%
19 tahun	37	30,8%
20 tahun	65	54,2%
21 tahun	12	10%
22 tahun	3	2,5%
Durasi Menstruasi		
<6 Hari	22	18,3%
6-8 Hari	89	74,2%
>8 Hari	9	7,5%
Dysmenorrhea		
Ringan	48	40%
Sedang	47	39,2%

Berat	25	20,8%
Perubahan Suasana Hati		
<i>Tiredness</i>	0	0%
<i>Negative Activation</i>	24	20%
<i>Relaxation</i>	47	39,2%
<i>Positive Energy</i>	49	40,8%

Berdasarkan tabel di atas (Tabel 1), dapat diketahui bahwa mayoritas responden ada di usia 20 tahun yaitu sebanyak 65 responden (54,2%) dan paling sedikit adalah responden yang berusia 18 dan 22 tahun yakni masing-masing sebanyak 3 responden (2,5%). Mayoritas responden mengalami menstruasi selama 6-8 hari yakni sebanyak 89 orang (74,2%) sedangkan responden paling sedikit mengalami menstruasi selama >8 hari yakni sebanyak 9 orang (7,5%). Responden yang mengalami rasa sakit ringan dan

sedang hampir sama dan hanya berselisih 1 responden saja dengan kategori terbanyak yaitu kategori ringan sebanyak 48 orang (40%) dan kategori sedang sebanyak 47 orang (39,2%). Responden yang mengalami kesakitan berat sebanyak 25 orang (20,8%). Responden paling banyak mengalami perubahan menuju positive energy yakni sebanyak 49 orang (40,8%) sedangkan paling sedikit adalah kategori *tiredness* yakni tidak ada.

Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat pengaruh dari *dysmenorrhea* terhadap kualitas tidur disajikan pada tabel berikut (Tabel 2) :

Table 2. Hasil Analisis Bivariat

Variabel	Perubahan Suasana Hati						P Value
	<i>Negative</i>		<i>Relaxation</i>		<i>Positive</i>		
<i>Dysmenorrhea</i>	N	%	N	%	N	%	
Ringan	5	10,4	10	20,8	33	68,8	0,000
Sedang	5	10,6	31	66	11	23,4	
Berat	14	56	6	24	5	20	

Berdasarkan tabel diatas (Tabel 2) dapat dilihat bahwa diperoleh sebanyak 5 orang (10,4%) mengalami *dysmenorrhea* ringan dengan perubahan suasana hati *negative*, 5 orang (10,6%) mengalami *dysmenorrhea* sedang dengan perubahan suasana hati *negative*, dan 14 orang (56%) mengalami *dysmenorrhea* berat dengan perubahan suasana hati *negative*. Terdapat 10 orang (20,8%) mengalami *dysmenorrhea* ringan dengan perubahan suasana hati *relaxation*, 31 orang (66%) mengalami *dysmenorrhea* sedang dengan perubahan suasana hati *relaxation*, dan 6 orang (24%) mengalami *dysmenorrhea* berat dengan perubahan suasana hati *relaxation*. Terdapat 33 orang (68,8%) mengalami *dysmenorrhea* ringan dengan perubahan suasana hati *positive*, 11 orang (23,4%) mengalami *dysmenorrhea* sedang dengan perubahan suasana hati *positive*, dan 5 orang (20%) mengalami *dysmenorrhea* berat dengan perubahan suasana hati (20%). Berdasarkan hasil pengujian bivariat menggunakan chi square didapatkan p-value sebesar 0,000 ($0,000 < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara kejadian *dysmenorrhea* dengan perubahan suasana hati.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil pernghitungan dari uji bivariat menggunakan Chi Square, didapatkan pengaruh dari *dysmenorrhea* terhadap perubahan suasana hati. Hal tersebut dilihat dari penelitian yang membuktikan hasil terbanyak yakni terdapat 33 orang mengalami *dysmenorrhea* ringan dengan perubahan suasana hati *positive*, 31 orang

mengalami *dysmenorrhea* sedang dengan perubahan suasana hati *relaxation*, dan 14 orang mengalami *dysmenorrhea* berat dengan perubahan suasana hati *negative*. Berdasarkan hasil pengujian bivariat menggunakan Chi Square didapatkan pengaruh antara kejadian *dysmenorrhea* dengan perubahan suasana hati.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nanda *et al.* (2019) yang menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara regulasi emosi dengan intensitas nyeri haid pada siswi SMPN 8 Pontianak. Hal serupa juga ditemukan dalam penelitian yang dilakukan oleh Khoerunisya (2015) yang menemukan bahwa ada hubungan negatif yang signifikan antara regulasi emosi dengan nyeri haid. Jika regulasi emosi tinggi maka nyeri haid yang dirasakan akan rendah, begitupun sebaliknya. Remaja yang memiliki regulasi emosi tinggi akan lebih sedikit mengalami nyeri haid.

Dysmenorrhea dengan tingkat nyeri ringan merupakan nyeri yang dirasakan berlangsung sesaat atau masih bisa ditolerir, tidak memerlukan pengobatan dan tidak mengganggu aktivitas sehari-hari, *dysmenorrhea* dengan tingkat nyeri sedang ditunjukkan dengan adanya respon nyeri yaitu menekan bagian yang nyeri, dan *dysmenorrhea* berat atau berat sekali merupakan nyeri yang tidak tertahankan dan nyerinya menyebar ke pinggang atau bagian tubuh lain yang disertai gejala pusing, sakit kepala, mual, muntah dan rasa tertekan.

Nyeri merupakan pengalaman perasaan emosional yang tidak menyenangkan akibat terjadinya kerusakan aktual maupun potensial,

atau menggambarkan kondisi terjadinya kerusakan (Tamsuri, 2007). Nyeri terutama adalah mekanisme protektif untuk menimbulkan kesadaran terhadap kenyataan bahwa sedang atau akan terjadi kerusakan jaringan (Wang *et al.*, 2021). Nyeri juga dibagi berdasarkan etiologinya menjadi nyeri nosiseptif dan nyeri neuropatik. Nyeri nosiseptif berasal dari aktivitas nosiseptor sebagai respon terhadap stimulus yang berbahaya pasca trauma dan inflamasi. Nyeri neuropatik terjadi karena lesi atau penyakit primer pada sistem saraf perifer atau pusat yang menggambarkan kerusakan sistem saraf (Ferdian *et al.*, 2014). Nosiseptor adalah aferen primer di neuron-neuron ganglion sensorik yang berespon terhadap stimulus yang berbahaya, dan merupakan tahap pertama yang mengawali rasa nyeri, Reseptor ini merupakan syaraf aferen primer untuk menerima dan menyalurkan rangsangan nyeri. Distribusinya bervariasi di seluruh tubuh dengan jumlah terbesar terdapat di kulit, dan juga terletak di jaringan subkutis, otot rangka, serta sendi. Sedangkan untuk reseptor nyeri di viseral terdapat pada permukaan peritoneum, membran pleura, duramater, dan dinding pembuluh darah (Shiers & Price, 2019).

Impuls rasa nyeri yang berasal dari nosiseptor akan disalurkan ke susunan saraf pusat afferent melalui dua serat syaraf, yaitu: Tipe syaraf bermyelin (A Δ fiber) atau dikenal dengan jalur nyeri cepat dan tipe syaraf tak bermyelin (C fiber) atau dikenal dengan jalur nyeri lambat. Kemudian akan timbul emosi serta perasaan yang tidak menyenangkan sehingga timbul rasa nyeri dan reaksi menghindar (Shiers & Price, 2019).

Akan tetapi, karena mayoritas responden tidak memiliki nyeri yang berat dan malah merasakan nyeri yang cenderung ringan, maka dari itu perubahan emosi yang didapatkan adalah perubahan emosi yang cenderung positif dimana responden masih dapat merasa aktif, enerjik, antusias, dan bersemangat dalam menjalani kegiatannya.

KESIMPULAN

Disimpulkan bahwa terdapat pengaruh antara *dysmenorrhea* dengan perubahan suasana hati pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020 sebagai berikut :

1. Mahasiswi paling banyak merasakan *dysmenorrhea* ringan dan paling sedikit merasakan *dysmenorrhea* berat.
2. Mahasiswi paling banyak merasakan perubahan suasana hati menuju *positive energy* dan paling sedikit adalah perubahan suasana hati *tiredness*.
3. Terdapat hubungan antara *dysmenorrhea* dengan perubahan suasana hati pada Mahasiswi Kedokteran Universitas YARSI Angkatan 2020.
4. Dalam Islam Haid termasuk bagian dari hadast besar oleh karena itu thaharah atau bersuci wajib hukumnya bagi wanita untuk mempelajari hal-hal yang wajib dihindari dan boleh dilakukan saat menstruasi. Wanita yang sedang Haid biasanya mengalami gangguan haid seperti perubahan suasana hati dan nyeri perut untuk mengkonsumsi obat nyeri atau penunda haid diperbolehkan jika untuk menyempurnakan ibadah. Maka dari

itu terdapat dalam al Qur`an dan sunnah untuk meraih ketenangan hati untuk meredakan gangguan haid.

UCAPAN TERIMA KASIH

Ucapan terima kasih disampaikan kepada Civitas Akademika Fakultas Kedokteran Universitas YARSI yang telah mendukung dan memfasilitasi kegiatan penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Anna Khoerunisya, D. (2015). *Hubungan Regulasi Emosi Dengan Rasa Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja*. Fakultas Ilmu Pendidikan UNS: Semarang.
- Ekkekakis, P. (2012). *Affect, Mood, and Emotion*. Library of Congress Cataloging In Publication Data.
- Ferdian, E., Soenarjo, S., & Budiono, U. (2014). Perbandingan Penggunaan Triamcinolone Acetonide dan Lidocaine Pada Pipa Endotrakea Terhadap Angka Kejadian Nyeri Tenggorok Pasca Intubasi Pada Anestesi Umum. *JAI (Jurnal Anestesiologi Indonesia)*, 6(3). <https://doi.org/10.14710/jai.v6i3.9128>
- Hanoch Kumar K & Elavarasi P. (2016). Definition of pain and classification of pain disorders. *Journal of Advanced Clinical & Research Insight*. 3:87-90.
- Lestari, N.M.S.D. (2013). *Pengaruh Dismenore pada Remaja*. Dalam *Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA III Tahun 2013*. Singaraja.
- Mayer, J.D. and Gaschke, Y.N. (1988) The Experience and Meta-Experience of Mood. *Journal of Personality and Social Psychology*, 55, 102-111.
- Nanda, E., Wilson, & Ardiani, P. E. (2019). Hubungan Regulasi Emosi Terhadap Intensitas Nyeri Haid (Dismenore) Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama Negeri 8 Pontianak. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(2), 1-16.
- Purwoastuti & Walyani. (2015). *Ilmu Obstetri & Ginekologi Sosial untuk Kebidanan*. Yogyakarta: Pustaka Baru Press.
- Rahmatullah, L. (2013). Haid (Menstruasi) Dalam Tinjauan Hadis. *Palastren*, 24.
- Shalih, S. (2011). *Fiqih Ibadah Wanita*. Jakarta: Amzah.
- Shiers, S., & Price, T. J. (2019). Neuroscience: A Male-Specific Pain Memory Mechanism. In *Current Biology* (Vol. 29, Issue 2). <https://doi.org/10.1016/j.cub.2018.11.062>
- Tamsuri, A. (2007). Konsep Dan Penatalaksanaan Nyeri. In *EGC, Jakarta* (Issue 6).
- Wang, H., Sherwood, G. D., Liang, S., Gong, Z., Ren, L., Liu, H., & Van, I. K. (2021). Comparison of Postoperative Pain Management Outcomes in the United States and China. *Clinical Nursing Research*, 30(8). <https://doi.org/10.1177/10547738211012832>
- Widad, S. (2017). Konsepsi Saat Masa Menstruasi Berdasarkan Perspektif Fiqih dan Mesia. *Oksitosin Kebidanan*.