

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Menstruasi**

##### **1. Definisi Menstruasi**

Menstruasi adalah proses alami yang dialami setiap wanita, yaitu terjadinya proses perdarahan yang disebabkan luruhnya dinding rahim sebagai akibat tidak adanya pembuahan. Menstruasi merupakan pertanda masa reproduktif pada kehidupan wanita, yang dimulai dari menarche sampai menopause (Andriyani 2013).

Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasz) endometrium. Proses terjadinya menstruasi ini terjadi melalui empat tahap yaitu fase menstruasi, fase ploriferasi, fase luteal/sekresi, dan fase iskemik (Proverawati, 2009; Perry, 2010).

Menstruasi adalah pengeluaran darah yang terjadi akibat perubahan hormon yang terus menerus dan mengarah pada pembentukan endometrium, ovulasi sehingga terjadi peluruhan dinding rahim jika kehamijan tidak terjadi (Verawaty, 2012).

##### **2. Siklus Menstruasi**

Siklus menstruasi yang terjadi di nilai dari tiga hal pertama yaitu siklus menstruasi yang berkisar antara 28 hari, kedua lama menstruasi yaitu 3-6 hari, ketiga yaitu jumlah darah yang keluar selama siklus menstruasi 20-80 ml. Peroses ini diawali dengan terangsangnya hipotalamus yang akan di teruskan ke hipofisis anterior, sehingga dapat muncul hormon gonadotropik/ GnRH (gonadotropin releasing hormon) yang akan merangsang FSH (Folicle Stimullating Hormone) dan kemudian akan diteruskan oleh folikel primordial (folikel perimer yang merangsang hormon estrogen sehingga akan di tandai dengan munculnya seks sekunder).

Ketika hormon estrogen meningkat, akan menekan FSH dan merangsang hormon GnRH dan mengeluarkan LH (Leutenizing Hoemone) kemudian akan merangsang folikel de graff guna melepas sel telur. Telur yang dilepas kemudian di tangkap oleh rumbai tuba fallopi dan setelah itu, telur di bungkus oleh korona radiata dan mendapatkan nutrisi selama 48 jam. Kemudian telur akan berubah menjadi rubrum (merah) yang di sebabkan karena perdarahan. Folikel yang pecah kemudian akan menutup kembali dan mnembentuk korpus luteum (kuning). Korpus luteum akan mengeluarkan hormon progesteron. Hormon ini yang mempersiapkan uterus agar siap di termpati oleh embrio. Jika sperma telah memfertilisasi sel telur (proses pembuahan), maka telur yang dibuahi ukan melewati tuba fallopi kemudian turun ke uterus untuk melukukan proses irmlantasi. Pada tahap ini scorung perempuan sudah di anggap hamil.

Tetapi jika pembuahan tidak terjadi, sel telur akan melewati uterus, mengering dan meninggalkan tubuh sckitar 2 minggu kemudian melalui vagina. Oleh karena dinding uterus tidak dibutuhkan untuk menopang kehamilan maka lapisan akan rusak dan luruh. Darah dan jannga dari dinding uterus fendometrium) bergabung untuk membentuk menstnuasi yang umumnya berlangsung selama 3-7 hari (Verrawaty, 2012 Anwar, 2011; Wahyu, 2013; Perry, 2010: Chandranita, 2009).

### 3. Fase Siklus Menstruasi

Fase Siklus Menstruasi Beberapa fase yang terjadi selama siklus enstruasi berlangsung menurut (Verrawaty, 2012; Perry, 2010)

#### a. Fase *Menstruasi*

Merupakan fase pertama yaitu luruhnya sel ovum matang yang tidak dibuahi bersamaan dengan dinding endometrium yang robek. Dapat diakibatkan juga oleh

berhentinya sekresi *hormone estrogen* dan *progesteron* sehingga produksi *hormone estrogen* dan *progesteron* menurun.

b. Fase *Ploriferasi*

Ditandai dengan menurunnya *hormone progesteron* sehingga memacu kelenjar hipofisis untuk mensekresikan FSH dan merangsang *follikel* dalam *ovarium*, serta dapat membuat *hormone estrogen* diproduksi kembali. Sel *follikel* berkembang menjadi *follikel de graaf* yang masak dan menghasilkan *hormone estrogen* yang merangsang keluarnya LH dari hipofisis.

c. Fase *Luteal/skresi*

Ditandai dengan sekresi LH yang memacu matangnya sel ovum pada hari ke 14 sesudah menstruasi pertama. Sel ovum yang matang akan meninggalkan *follikel* dan *folikel* akan mengerut dan berubah menjadi *corpus luteum*. Dimana *corpus luteum* berfungsi menghasilkan *hormone progesteron* yang berfungsi untuk mempertebal dinding *endometrium* yang kaya akan pembuluh darah.

d. Fase *Iskemik*

Ditandai dengan *corpus luteum* yang mengecil dan rigit dan berubah menjadi *corpus aibican* yang berfungsi untuk menghambat sekresi *hormone estrogen* dan *progesteron* sehingga hipofisis aktif mensekresi FSH dan LH. Dengan berhentinya sekresi *progesteron* maka penebalan dinding *endometrium* akan berhenti menyebabkan *endometrium* mengering dan robek. Sehingga terjadilah fase perdarahan/ menstruasi kembali.

4. Gangguan Menstruasi

Gangguan menstruasi adalah perdarahan menstruasi yang tidak normal dalam hal : panjang siklus haid, lama haid, dan jumlah darah haid. Melibatkan hipotalamus, hipofisis, ovarium dan endometrium (Prawiraharjo,2011).

Konsep disfungsi menstruasi secara umum adalah terjadinya gangguan dari pola perdarahan. Disfungsi menstruasi ini berdasarkan fungsi dari ovarium yang berhubungan dengan anovulasi dan gangguan fase luteal. Disfungsi ovarium tersebut dapat menyebabkan gangguan pola menstruasi. Gangguan perdarahan menstruasi dapat menimbulkan risiko patologis apabila dihubungkan dengan banyaknya kehilangan darah, mengganggu aktivitas sehari-hari, adanya indikasi inkompatibel ovarium pada saat konsepsi atau adanya tanda-tanda kanker (Kusmiran, 2011).

Beberapa tanda-tanda adanya masalah dalam menstruasi, antara lain:

- 1) Apabila menstruasi itu tidak pernah teratur sejak semula walau telah melewati tahun-tahun pertama menstruasi atau *menarche* (haid yang pertama).
- 2) Timbul nyeri hebat terutama jika baru muncul kemudian yang diperkirakan ada gangguan dalam organ reproduksi, terutama jika rasa nyeri itu semakin lama semakin bertambah intensitasnya.
- 3) Satu hal yang perlu diwaspadai adalah jika darah mengalir sangat berlebihan sehingga membutuhkan pembalut yang banyak dalam sehari.
- 4) Panjang hari menstruasi lebih dari normal.
- 5) Muncul noktah darah antara dua siklus menstruasi (*spotting*).
- 6) Warna darah kelihatan tidak seperti biasa, menjadi lebih kecoklatan atau merah darah segar (Kusmiran, 2011).

## **B. Hipermenorea**

### **1. Definisi Hipermenore**

Hipermenorea (*menoragia*) adalah perdarahan menstruasi dengan jumlah darah lebih banyak dan durasi lebih lama dari normal dengan siklus yang normal. Secara klinis *menoragia* didefinisikan dengan total jumlah darah menstruasi lebih dari 80 ml dan durasi haid lebih lama dari 7 hari. Sulit menentukan jumlah darah haid secara

tepat. Oleh karena itu, bisa disebutkan bahwa bila ganti pembalut 2-5 kali perhari menunjukkan jumlah darah normal. Menoragia adalah bila ganti pembalut lebih dari 6 kaliper hari (Prawirohardjo, 2011).

Hipomenorea merupakan aliran menstruasi yang sedikit, dalam waktu singkat yang dapat disebabkan oleh disfungsi endokrin. Darah menstruasi mungkin sedikit dan hanya berupa bercak darah selama 1 sampai 2 hari (Sharon dkk, 2012). Hipomenorea dapat disebabkan oleh gangguan hormonal endokrin dan kelainan uterus. Penanganannya adalah pemberian konseling psikoterapi dan penenangan diri.

Penyebab umum hipermenore (menoragia), antara lain :

1. Tumor uterus (baik yang jinak atau yang ganas)
2. Gangguan keseimbangan hormonal (misalnya jenis penyakit kelenjar gondok)
3. Penyakit darah yang menyebabkan mudah terjadi perdarahan (Nugroho, 2010).

## 2. Kategori *Hipermenorea*

*Hipermenorea/menoragia* dibagi menjadi 3 kategori yaitu:

### 1) Gangguan Pembekuan

Peluruhan saat haid bersifat *self limited* karena haid berlangsung secara simultan diseluruh *endometrium* serta jaringan *endometrium* yang terbentuk oleh *estrogen* dan *progesteron* normal yang bersifat stabil. *Estrogen breakthrough bleeding* menyebabkan lapisan *endometrium* menjadi semak in menebal namun akhirnya runtuh karena kurang sempurnanya struktur *endometrium* karena tidak sebandingnya jumlah *progesteron* yang ada dibanding jumlah *estrogen*.

### 2) Gangguan dalam Organ Dalam Pelvis

*Hipermenorea* biasanya berhubungan dengan fibroid pada uterus. *adenoniosis*, infeksi pelvis. *polips endometrial*, dan adanya benda asing seperti

IUD. Wanita dengan pendarahan haid melebihi 200 cc. 50% mengalami fibroid Sedangkan 40% dengan *adenoniosis* mengalami pendarahan haid melebihi 800 cc.

*Hipermenorea* pada retrofleksi dischabkan karena bendungan pada vena utenus sedangkan pada mioma uteri, discbabkan oleh kontraksi otot yang kurang kuat, permukaan endometrim yang luas dan bendungan vena uterus.

### 3) Gangguan Medis Lainnya

Gangguan medis lainnya yang dapat menyebabkan *hipermenorea* diantaranya *hipotiroid* dan sindrom *cushing*. patofisisologi terjadinya belum diketahui dengan pasti. Dapat juga terjadi pada hipertensi, dekompensasi kordis dan infeksi dimana dapat menurunkan kualitas pembuluh darah. *Hipermenorea* dapat terjadi pada orang *asthenia* dan yang baru sembuh dari penyakit berat karena menyebabkan kualitas miometrium yang tidak baik.

## C. Wanita Usia Subur

### 1. Definisi Wanita Usia Subur

Wanita Usia Subur (WUS) adalah wanita masih dalam masa usia reproduktif (sejak mendapat haid pertama dan sampai berhentinya haid), yaitu antara usia 15-49 tahun, dengan status belum menikah, menikah, atau janda, dan masih berpotensi untuk mempunyai keturunan (Novitasary et.al., 2013).

Wanita usia subur atau wanita usia produktif adalah wanita yang berumur 18-49 tahun yang berstatus belum kawin, kawin ataupun janda. Ibu usia produktif atau dalam masa subur yaitu wanita yang sudah mempunyai anak yang mempunyai rentang usia antara 20 sampai 45 tahun atau sebelum menopause (BKKBN, 2011 ).

## 2. Karakteristik Wanita Usia Subur

### a. Siklus Haid

Wanita yang mempunyai siklus haid teratur setiap bulan biasanya subur. Satu putaran haid dimulai dari hari pertama keluar haid hingga sehari sebelum haid datang kembali, yang biasanya berlangsung selama 28 hingga 30 hari. Oleh karena itu siklus haid dapat dijadikan indikasi pertama untuk menandai seseorang wanita subur atau tidak. Siklus 24 menstruasi dipengaruhi oleh hormon seks perempuan yaitu estrogen dan progesteron. Hormon-hormon ini menyebabkan perubahan fisiologis pada tubuh perempuan yang dapat dilihat melalui beberapa indikator klinis seperti, perubahan suhu basal tubuh, perubahan sekresi lendir leher rahim (serviks), perubahan pada serviks, panjangnya siklus menstruasi (metode kalender) dan indikator minor kesuburan seperti nyeri perut dan perubahan payudara.

### b. Alat Pencatat Kesuburan

Kemajuan teknologi seperti ovulation thermometer juga dapat dijadikan sebagai alat untuk mendeteksi kesuburan seorang wanita. Thermometer ini akan mencatat perubahan suhu badan saat wanita mengeluarkan benih atau sel telur. Bila benih keluar, biasanya thermometer akan mencatat kenaikan suhu sebanyak 0,2 derajat celsius selama 10 hari. Namun jika wanita tersebut mengalami perubahan suhu badan pada masa subur, berarti wanita tersebut tidak subur.

### c. Tes Darah

Wanita yang siklus haidnya tidak teratur, seperti datangnya haid tiga bulan sekali atau enam bulan sekali biasanya tidak subur. Jika dalam kondisi seperti ini, beberapa tes darah perlu dilakukan untuk mengetahui penyebab

dari tidak lancarnya siklus haid. Tes darah dilakukan untuk mengetahui kandungan hormon yang berperan pada kesuburan seorang wanita.

d. Pemeriksaan Fisik

Untuk mengetahui seorang wanita subur juga dapat diketahui dari organ tubuh seorang wanita. Beberapa organ tubuh, seperti buah dada, kelenjar tiroid pada leher, dan organ reproduksi. Kelenjar tiroid yang mengeluarkan hormon tiroksin berlebihan akan mengganggu proses pelepasan sel telur. Sedangkan pemeriksaan buah dada ditunjukkan untuk mengetahui hormon prolaktin yang tinggi akan mengganggu proses pengeluaran sel telur. Selain itu, pemeriksaan sistem reproduksi juga perlu dilakukan untuk mengetahui sistem reproduksinya normal atau tidak.

e. Track Record

Wanita yang pernah mengalami keguguran, baik disengaja ataupun tidak, peluang terjangkit kuman pada saluran reproduksi akan tinggi. Kuman ini akan menyebabkan kerusakan dan penyumbatan saluran reproduksi.

## **D. Konsep Dasar Kecemasan**

### **1. Definisi Kecemasan**



Menurut kamus Kedokteran Dorland, kata kecemasan atau disebut dengan anxiety adalah keadaan emosional yang tidak menyenangkan, berupa respon-respon psikofisiologis yang timbul sebagai antisipasi bahaya yang tidak nyata atau khayalan, tampaknya disebabkan oleh konflik intrapsikis yang tidak disadari secara langsung (Dorland, 2010).

Kecemasan merupakan suatu perasaan was-was seakan sesuatu yang buruk akan terjadi dan merasa tidak nyaman seakan ada ancaman. Seorang ibu mungkin merasakan takut akan rasa sakit dan bahaya fisik yang akan timbul pada waktu persalinan (Keliat dkk, 2011).

Ansietas adalah perasaan tidak tenang yang samar-samar karena ketidaknyamanan atau ketakutan yang disertai dengan ketidakpastian, ketidakberdayaan, isolasi dan ketidaknyamanan (Stuart dalam Sutejo, 2017)

Ansietas merupakan pengalaman individu yang bersifat subjektif, yang sering bermanifestasi sebagai perilaku yang disfungsi yang diartikan sebagai perasaan “kesulitan” dan kesusahan terhadap kejadian yang tidak diketahui dengan pasti (Varcarolis, dalam Donsu, 2017).

Ansietas adalah suatu perasaan takut akan terjadinya sesuatu yang disebabkan oleh antisipasi bahaya dan merupakan sinyal yang membantu individu untuk bersiap mengambil tindakan menghadapi ancaman. Pengaruh tuntutan, persaingan, serta bencana yang terjadi dalam kehidupan dapat membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologi. Salah satu dampak psikologis yaitu ansietas atau kecemasan (Sutejo, 2018).

## 2. Tingkatan Kecemasan

Menurut Hawari (2011) kecemasan atau ansietas terdapat beberapa tingkatan sebagai berikut:

- 1) *Ansietas* ringan, berhubungan dengan ketegangan kehidupan sehari-hari, ansietas ini menyebabkan individu menjadi waspada dan meningkatkan lapang persepsinya. Ansietas dapat memotivasi belajar dan menghasilkan pertumbuhan kreativitas.
- 2) *Ansietas* sedang, memungkinkan individu untuk berfokus pada hal yang penting dan mengesampingkan yang
- 3) g lain. Ansietas ini mempersempit lapang persepsi individu. Dengan demikian, individu mengalami tidak perhatian yang selektif namun dapat berfokus pada lebih banyak area jika diarahkan untuk melakukannya.
- 4) *Ansietas* berat sangat mengurangi lapang persepsi individu. Individu cenderung berfokus pada sesuatu yang rinci dan spesifik serta tidak berfikir tentang hal lain. Semua perilaku ditukan untuk mengurangi ketegangan. Individu tersebut memerlukan banyak arahan untuk berfokus pada area lain.
- 5) Tingkat panik berhubungan dengan terperangah, ketakutan dan teror. Hal yang rinci terpecah dari proporsinya. Karena mengalami kehilangan kendali, individu yang mengalami panik tidak mampu melakukan sesuatu walaupun dengan arahan. Panik mencakup disorganisasi kepribadian dan menimbulkan peningkatan aktivitas motorik, menurunnya kemampuan untuk berhubungan dengan orang lain, persepsi yang menyimpang, dan kehilangan pemikiran yang rasional. Tingkat ansietas ini tidak sejalan dengan kehidupan, jika berlangsung terus dalam waktu lama, dapat terjadi kelelahan dan kematian.

### 3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Kecemasan

Faktor-faktor yang mempengaruhi kecemasan menurut Stuart (2012) antara lain

:

a. Usia

Usia muda ternyata lebih mudah mengalami gangguan akibat kecemasan daripada seseorang yang lebih tua usianya kategori menurut Depkes RI (2009).

b. Pekerjaan

Masalah pekerjaan merupakan sumber stres kedua setelah perkawinan. Banyak orang menderita depresi dan kecemasan karena masalah pekerjaan tidak cocok, mutasi jabatan, kenaikan pangkat, pension, kehilangan pekerjaan (PHK) dan lain-lain (Wijayaningsih,2012).

c. Jenis kelamin

Gangguan cemas lebih sering dialami wanita daripada pria. Perempuan memiliki tingkat kecemasan yang lebih tinggi dibanding laki-laki. Karena adanya alasan bahwa perempuan lebih peka terhadap emosinya yang pada akhirnya peka pula terhadap perasaan cemasnya. Perempuan cenderung melihat hidup atau peristiwa yang dialaminya dari segi detail sedangkan laki-laki cenderung global atau tidak detail (Struat, 2012).

d. Religiusitas

Nilai spiritual dapat mempengaruhi cara berfikir dan tingkah laku seseorang. Hal tersebut dirasakan oleh sebagian orang ketika tingkat cemas makin meningkat terkadang agama adalah jalan untuk menurunkan kecemasan.

e. Lingkungan

Lingkungan sekitar atau tempat tinggal akan mempengaruhi cara berfikir kita terhadap diri sendiri dan orang lain. Hal ini bisa saja disebabkan pengalaman kita dengan keluarga, dengan sahabat, dengan rekan kerja dan juga perilaku yang dilakukan yang dapat menyimpang.

f. Emosi yang Ditekan

Kecemasan bisa terjadi jika kita tidak mampu menemukan jalan keluar untuk perasaan kita dalam hubungan personal. Kecemasan dapat timbul jika kita menekan rasa marah atau frustrasi dalam jangka waktu yang lama sekali.

g. Tingkatan Pendidikan

Tingkat pendidikan seseorang sangat berpengaruh dalam memberikan respon terhadap sesuatu yang datang dari luar maupun dalam.

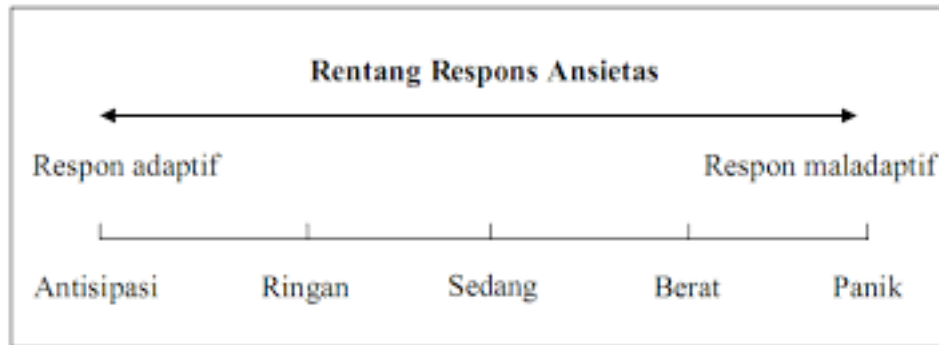
h. Pengalaman dirawat

Pengalaman anak dirawat di rumah sakit akan menjadikan dasar pengalaman anak untuk mempresepsikan perawatan berikutnya. Anak yang belum pernah dirawat sebelumnya bisa saja kecemasannya cenderung lebih tinggi karena perawatan di rumah sakit merupakan hal yang baru, dan bisa juga kecemasannya cenderung lebih rendah karena belum memiliki pengalaman yang kurang menyenangkan. Begitu juga apabila anak pernah dirawat sebelumnya dan anak mengalami pengalaman yang tidak menyenangkan dirawat di rumah sakit sebelumnya akan menyebabkan anak takut dan trauma dan apabila ketika anak dirawat di rumah sakit dan anak mendapatkan perawatan yang baik dan menyenangkan anak akan lebih kooperatif pada perawat dan dokter (Supartini, 2010).

#### 4. Rentang Respon Kecemasan

**Skema 2.1**

**Rentang Respon Kecemasan**



##### 1) Pengukuran Tingkat Kecemasan

Kecemasan sering diukur dengan menggunakan kuesioner. Kuesioner dapat digunakan pada remaja dan orang dewasa, sebab tidak dipengaruhi oleh keterbatasan vokabulari (kata – kata), pemahaman dan perkembangan. Kuesioner yang sering digunakan untuk melakukan penilaian kecemasan adalah CDAS dan MDAS (Modified Dental Anxiety Scale's) (Riksavianti, 2014).

##### 2) Alat Ukur Kecemasan

Alat ukur kecemasan Untuk mengetahui sejauh mana derajat kecemasan seseorang apakah ringan, sedang, berat sekali orang menggunakan alat ukur (instrument) yang dikenal dengan nama *Hamilton Rating Scale For Anxiety* (HRS-A). Skala HRS-A pertama kali digunakan pada tahun 1959, yang diperkenalkan oleh Max Hamilton dan sekarang telah menjadi standar dalam pengukuran kecemasan terutama pada penelitian trial clinic yaitu 0,93 dan 0,97. Kondisi ini akan menunjukkan bahwa pengukuran kecemasan dengan menggunakan skala HRS-A akan diperoleh hasil yang valid dan reliabel. Alat ukur ini telah

dimodifikasi dibagian pertanyaan yang lebih spesifik lagi untuk tingkat kecemasan ibu melahirkan dan terdiri dari 14 kelompok gejala masing-masing kelompok dirinci lagi dengan gejala-gejala yang lebih spesifik. Masing-masing kelompok gejala diberi penilaian angka (skor) antara 0-4 yang artinya adalah :

0 = 0% tidak ada gejala sama sekali

1 = 1%-25% satu dari gejala yang ada

2 = 26%-50% sedang/seapruh dari gejala yang ada

3 = 51%-75% berat/lebih dari setengah gejala yang ada

4 = 76%-100% sangat berat semua gejala ada

Selanjutnya masing-masing nilai angka kelompok gejala tersebut dijumlahkan dan dari hasil penjumlahan tersebut dapat diketahui derajat kecemasan seseorang dengan menggunakan pengukuran tingkat kecemasan HARS (Hidayat, 2013), yaitu:

Total nilai (skor) :

Kurang dari 14 = tidak ada kecemasan

14-20 = kecemasan ringan

21-27 = kecemasan sedang

28-41 = kecemasan berat

42-56 = kecemasan berat sekali/panik.

### 3) Aspek-Aspek Kecemasan

Deffenbacher dan Hazaleus dalam Ghufroon & Risnawita (2017) mengemukakan bahwa sumber penyebab kecemasan, meliputi hal-hal dibawah ini.

- a. Kekhawatiran (worry) merupakan pikiran negatif tentang dirinya sendiri, seperti perasaan negatif bahwa ia lebih jelek dibandingkan dengan teman-temannya.

- b. Emosionalitas (emosionalitas) sebagai reaksi terhadap rangsangan saraf otonomi, seperti jantung berdebar-debar, keringat dingin, dan tegang.
- c. Gangguan dan hambatan dalam menyelesaikan tugas (task generated interference) merupakan kecenderungan yang dialami seorang yang selalu tertekan karena pemikiran yang rasional terhadap tugas.

## E. Kerangka Teori

### Skema 2.2

#### Kerangka Teori

Gambaran Tingkat  
Kecemasan Wanita Usia  
Subur Saat Terjadi  
Hipermenorea Di RW 10  
Perumahan Bukit  
Waringin

Faktor yang mempengaruhi  
kecemasan, yaitu:

1. Usia
2. Pekerjaan
3. Jenis Kelamin
4. Religiusitas
5. Lingkungan
6. Emosi yang ditekan
7. Tingkatan Pendidikan
8. Pengalaman di rawat

(Stuart, 2012)