

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehidupan manusia sejak lahir dibagi dalam beberapa masa, yaitu masa bayi, masa kanak-kanak, masa pubertas, masa reproduksi, masa klimakterum dan masa senium. Masing-masing masa mempunyai kekhususan tersendiri. Apabila terjadi gangguan tertentu pada masa tersebut dapat dikatakan khas, yang merupakan penyimpangan dari kondisi faal yang khas pula dari masa yang bersangkutan. (Sastrawinata, 1997 dalam Santoso 2003).

Pada setiap masa-masa tersebut, manusia mengalami perkembangan dan pertumbuhan. Dimana perkembangan adalah serangkaian perubahan progresif yang terjadi pada sebagian akibat dari proses kematangan dengan pengalaman. Pada dasarnya ada dua proses perkembangan yang saling bertentangan yang terjadi secara serempak selama kehidupan, yaitu pertumbuhan atau evolusi dan kemunduran atau involusi, keduanya mulai dari perbuahan dan berakhir kematangan (Elizabeth B' Hurlock, 1998 dalam Santoso 2003).

Wanita mulai dari usia remaja hingga dewasa normalnya akan mengalami periode menstruasi atau haid dalam perjalanan hidupnya, yaitu pengeluaran darah yang terjadi secara periodik melalui vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Keluarnya darah tersebut disebabkan karena sel telur tidak dibuahi sehingga terjadi peluruhan lapisan dalam rahim yang banyak mengandung pembuluh darah (Mochtar, 1989 dalam Eka Atifah 2011).

Setiap wanita yang mengalami masa subur akan mendapatkan haid secara teratur setiap bulannya sesuai dengan siklus haidnya. Siklus haid pada wanita adalah bervariasi, ada wanita yang mendapat haid setiap 20 hari sekali, dan bahkan ada pula yang mendapat haid setiap 45 hari sekali. Namun, kebanyakan wanita mengalami menstruasi setiap 28 hari sekali. (Grensspan, 1998 dalam Santoso 2003).

Dewasa ini tidak sedikit wanita yang memilih bekerja demi memenuhi kebutuhan hidup untuk membantu perekonomian keluarga, Jumlah tenaga kerja wanita di dunia meningkat setiap tahunnya, begitu juga di Indonesia (Budiono, 2003). Daerah Khusus Ibukota Jakarta sebagai contoh sebesar 31% pekerjanya adalah wanita (BPS 2010). Sedangkan yang mengalami haid tidak teratur sebanyak 17,2 % (Riskesdas,2010).

Keunggulan tenaga kerja wanita adalah lebih teliti dan lebih jujur. Namun, ada hal yang dapat mengganggu produktivitas kerja wanita salah satunya adalah kejadian haid. Merujuk Undang-undang No 13 tahun 2003 tentang Ketenagakerjaan, Pasal 81 menyebutkan, idealnya setiap perusahaan memberikan hak cuti haid kepada pekerjanya sebanyak satu hingga dua hari setiap bulan. Namun, belum semua perusahaan menetapkan aturan tersebut. Siklus haid yang seharusnya datang secara berkala setiap bulan terkadang mengalami gangguan sehingga haid menjadi tidak teratur.

Siklus haid seorang wanita seringkali mencerminkan keadaan organ reproduksinya. Jika siklus tersebut tidak normal, maka kemungkinan ada gangguan di sistem reproduksi (Anonim, 2008). Segala keadaan yang menghambat produksi estrogen dengan sendirinya akan mempengaruhi siklus

reproduksi normal (Hanafiah, 2007)., Beberapa penyebab ketidakseimbangan hormon yang akan mempengaruhi siklus haid adalah pola makan, stresor lingkungan, polutan, dan stress psikologis (Claudia Welch, 2012). Risiko tinggi infertilitas sudah ditemukan baik pada wanita overweight maupun underweight. Hal ini jelas tampak bahwa berat badan memiliki peranan dalam infertilitas (Grodstein, 1994). Kejadian gangguan siklus menstruasi pada wanita yang mengalami obesitas 1,89 kali lebih besar dibandingkan dengan wanita status gizi normal, Obesitas dan stress merupakan factor yang dapat menyebabkan terjadinya gangguan siklus menstruasi (Asniya Rahmawati,2012). Terlalu gemuk atau terlalu kurus dapat mempengaruhi metabolisme lemak. Gangguan metabolisme lemak ini akan mempegaruhi produksi hormon estrogen karena estrogen disintesis dari lemak. Selain lemak zat gizi lain seperti vitamin E dapat mempengaruhi kelainan menstruasi termasuk seperti siklus haid.

Siklus Haid juga berpengaruh terhadap masa subur WUS (Wanita Usia Subur). Para wanita selalu merasa gelisah apabila siklus haidnya tidak lancar. Banyak faktor yang mempengaruhi siklus haid diantaranya adalah gizi (lemak dan vitamin E) dan stress.

Berdasarkan hal-hal tersebut diatas,oleh karena itu peneliti tertarik untuk melihat hubungan antara asupan vitamin E, asupan lemak dan stress dengan siklus haid. Stress dalam hal ini dilihat dari transportasi yang digunakan menuju tempat bekerja, daerah tempat tinggal dan kepemilikan pasangan.Untuk itu peneliti ingin mengetahui hubungan asupan vitamin E, asupan lemak dan stress dengan siklus haid pada Karyawati Customer Relationship Management di PT. Abbott Indonesia dan PT. Wyeth Indonesia.

B. Identifikasi Masalah

Gaya hidup yang sibuk memberikan dampak besar pada siklus menstruasi. Daerah Khusus Ibukota Jakarta sebagai contoh sebesar 31% pekerjaanya adalah wanita (BPS 2010). Sedangkan yang mengalami haid tidak teratur sebanyak 17,2 % (Risksdas,2010). Menurut McVay 2012, zat gizi lemak mempengaruhi siklus haid. Siklus haid seorang wanita seringkali mencerminkan keadaan organ reproduksinya. Jika siklus tersebut tidak normal, maka kemungkinan ada gangguan di sistem reproduksi (Anonim, 2008). Segala keadaan yang menghambat produksi estrogen dengan sendirinya akan mempengaruhi siklus reproduksi normal (Hanafiah, 2007)., Beberapa penyebab ketidakseimbangan hormon yang akan mempengaruhi siklus haid adalah pola makan, stresor lingkungan, polutan, dan stress psikologis (Claudia Welch, 2012). Siklus menstruasi yang teratur merupakan indikator dari kemampuan seorang wanita untuk hamil. Siklus haid wanita tergantung dari beberapa hal, termasuk kesehatan, gizi dan stress.

C. Pembatasan Masalah

Penulis membatasi masalah dikarenakan keterbatasan pengetahuan, kemampuan, waktu, biaya, peralatan dan tenaga sehingga penelitian dapat lebih mendalam.

Responden dalam penelitian ini adalah wanita usia subur, tidak hamil, tidak menggunakan alat kontrasepsi yang mempengaruhi hormonal, bersedia menjadi responden dan ada ditempat saat penelitian berlangsung.

D. Perumusan Masalah

Bagaimanakah hubungan asupan vitamin E, asupan lemak dan stress dengan siklus haid pada karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT. Wyeth Indonesia ?

E. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan asupan vitamin E, asupan lemak dan stress dengan siklus haid pada karyawan PT. Abbott Indonesia dan PT. Wyeth Indonesia.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi umur karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- b. Mengidentifikasi asupan vitamin E karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- c. Mengidentifikasi asupan lemak karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- d. Mengidentifikasi transportasi karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- e. Mengidentifikasi daerah tempat tinggal karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- f. Mengidentifikasi kepemilikan pasangan karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- g. Mengidentifikasi siklus haid karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.

- h. Menganalisa hubungan umur dengan siklus haid pada karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- i. Menganalisa hubungan asupan vitamin E dengan siklus haid pada karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- j. Menganalisa hubungan asupan lemak dengan siklus haid pada karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- k. Menganalisa hubungan transportasi dengan siklus haid pada karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- l. Menganalisa hubungan daerah tempat tinggal dengan siklus haid pada karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.
- m. Menganalisa hubungan kepemilikan pasangan dengan siklus haid pada karyawan PT.Abbott Indonesia dan PT.Wyeth Indonesia.

F. Manfaat Penelitian

1. Bagi Perusahaan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi perhatian bagi PT. Abbott Indonesia dan PT. Wyeth Indonesia untuk memperhatikan kesehatan karyawan.

2. Bagi Mahasiswa

Dapat dijadikan bahan informasi dalam hal kesehatan wanita dan penunjang penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan kesehatan wanita.

3. Bagi Universitas Esa Unggul.

Sebagai informasi dan ilmu pengetahuan untuk para mahasiswanya, memperkaya khasanah ilmu gizi khususnya dan ilmu kesehatan masyarakat pada umumnya.