

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan proses peluruhan sel telur yang tidak dibuahi sel sperma sehingga terjadi peluran sel telur atau endometrium yang banyak mengandung pembuluh uterus yang keluar melalui mulut rahim dan vagina dalam bentuk darah (Hatmanti, 2018).

Siklus menstruasi adalah jarak waktu menstruasi sampai mulai menstruasi berikutnya. Terjadinya siklus menstruasi berlangsung sekitar 21-35 hari dan lama menstruasi 3-7 hari. Siklus menstruasi pada wanita dikatakan tidak normal apabila kurang dari 21 hari atau lebih dari 35 hari (Sari dkk, 2020). Siklus menstruasi yang tidak normal pada wanita ada tiga yaitu oligomenorea, polimenorea, dan amenorea (Hatmanti, 2018).

Penelitian di Jepang didapatkan mahasiswi yang mengalami menstruasi tidak teratur sebanyak 63%. Di Indonesia perempuan yang berusia 20-24 tahun yang memiliki siklus menstruasi teratur sebanyak 76,7% dan yang tidak teratur sebanyak 14,4% (Mulyani & Ladyani, 2018). Menurut data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2013) menyebutkan bahwa sebagian besar wanita Indonesia sebanyak 68% berusia 10-59 tahun melaporkan haid teratur dan 13,7 % mengalami masalah siklus menstruasi yang tidak teratur dalam satu tahun terakhir.

Penyebab perubahan siklus menstruasi tidak teratur dapat disebabkan oleh penyakit yang berhubungan dengan reproduksi, faktor psikososial, kelainan genetik, status gizi atau persen lemak dalam tubuh, dan aktivitas fisik yang rendah dapat memperpanjang siklus menstruasi (Satya dan Purnawati, 2016). Dampak siklus menstruasi yang tidak segera ditangani dapat meningkatkan risiko gangguan penyakit sistem reproduksi seperti gangguan kesuburan, sulit hamil (*Infertilitas*), dapat mengakibatkan polip rahim, kanker

rahim, sindrom ovarium polistik, dan kista ovarium. (Lestari & Amal, 2019); (Yulita, 2019).

Perbedaan masalah siklus menstruasi disebabkan karena beberapa faktor salah satunya yaitu stres. Stres dapat memengaruhi siklus menstruasi karena ketika stres hormon kortisol sebagai produk dari glukokortikoid korteks adrenal yang disintesa pada zona fasikula dapat mengganggu siklus menstruasi karena memengaruhi jumlah hormon progesteron dalam tubuh. Ketika jumlah hormon di dalam tubuh terlalu banyak maka dapat menyebabkan perubahan siklus menstruasi (Manurung, 2017).

Stres merupakan respon tubuh terhadap adanya *stressor* psikososial atau tekanan mental maupun beban kehidupan (Hatmanti, 2018). Seseorang yang mengalami stres dapat disebabkan karena beberapa faktor utama yaitu lingkungan, fisiologik dan pikiran (Hazanah dkk, 2013).

Menurut WHO, prevalensi kejadian stres mendapat peringkat ke-4 didunia dimana lebih dari 350 juta penduduk dunia mengalami stres. Berdasarkan studi prevalensi stres yang dilakukan oleh *health and safety executive* di Inggris didapatkan kejadian stres lebih besar terjadi pada perempuan sebanyak 54,62 %, dibandingkan pria sebanyak 45,38 % (Ambarwati dkk, 2017). Berdasarkan data hasil Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2018) didapatkan bahwa angka kejadian stres lebih besar terjadi pada wanita sebanyak 12,1%, dibandingkan pria 7,6%. Berdasarkan kelompok usia yang sering mengalami stres terjadi pada usia 14-24 tahun sebanyak 10%.

Penelitian yang dilakukan (Koochaki dkk, 2009) prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami masalah stres didapatkan sebesar 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3 % (Ambarwati dkk, 2017). Sementara itu, untuk prevalensi mahasiswa yang mengalami stres di Indonesia sebesar 35,7-71,6 % (Ambarwati dkk, 2017). Stres yang berkelanjutan dapat mengalami perubahan fisik seperti mudah lelah, berat badan turun drastis, bahkan sering sakit, sehingga metabolismenya terganggu. Apabila

metabolisme terganggu maka siklus menstruasi dapat ikut terganggu (Manurung, 2017).

Mahasiswa merupakan kelompok khusus dimana merupakan fase transisi dan kritis sebelum menjalani kehidupan di masyarakat. Pada fase ini mahasiswa dituntut untuk aktif, membagi waktu untuk belajar, mengerjakan tugas, mengalami banyak masalah baik masalah kampus, teman bahkan keluarga, masalah kesehatan diri sendiri, adaptasi dengan lingkungan dan lain sebagainya dimana keadaan ini dapat memicu timbulnya stres dalam kehidupan (Hatmanti, 2018).

Berdasarkan penelitian Deviliawati (2020) mengenai hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi didapatkan hasil tidak ada hubungan bermakna antara tingkat stres dengan siklus menstruasi. Sedangkan pada penelitian Yulita (2019) dengan judul penelitian hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri di SMKN 03 Pekanbaru didapatkan ada hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswi keperawatan tingkat akhir di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta pada 07 Maret 2021 sebanyak 10 mahasiswi. Didapatkan hasil mahasiswi yang mengalami siklus menstruasi normal sebanyak 4 mahasiswi, 2 mahasiswi mengalami polimenorea dan 4 mengalami oligomenorea. Sedangkan pada mahasiswi yang stres didapatkan hasil mahasiswi mengalami kecemasan, konsentrasi menurun, mudah lelah, mudah merasa bosan dan mengalami gangguan tidur. Hal tersebut disebabkan karena proses perkuliahan daring saat pandemi Covid-19, ditambah pengerjaan skripsi dan jadwal perkuliahan yang padat. Berdasarkan hasil dari studi penelitian tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah : “Adakah Hubungan Tingkat Stres Mahasiswa Keperawatan dengan Siklus Menstruasi di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta? ”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya tingkat stres pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- b. Diketuinya siklus menstruasi pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- c. Diketuinya keeratan hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa keperawatan di Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

a. Bagi Profesi Keperawatan

Sebagai bahan masukan kepada perawat Puskesmas Gamping 1 dalam melakukan pendidikan kesehatan tentang upaya preventif terkait penyebab yang dapat menimbulkan gangguan siklus menstruasi.

b. Bagi Mahasiswa

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi masyarakat dan mahasiswa keperawatan khususnya untuk mengetahui penyebab terjadinya siklus menstruasi pada mahasiswa keperawatan tingkat akhir.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi dan acuan bagi peneliti lain untuk dijadikan penelitian selanjutnya.

UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI YOGYAKARTA
PERPUSTAKAAN