

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi sangat penting bagi laki-laki dan perempuan, akan tetapi kesehatan reproduksi lebih difokuskan kepada perempuan karena permasalahan kesehatan reproduksi lebih banyak terjadi pada perempuan, dimana penyakit pada perempuan lebih cenderung besar yang berkaitan dengan fungsi dan kemampuan reproduksi. Kesehatan reproduksi bagi perempuan merupakan kebutuhan khusus yang berhubungan dengan fungsi seksual dan reproduksi. Perempuan mempunyai sistem reproduksi yang sensitif terhadap kerusakan yang mengakibatkan suatu masalah (Kusmiran, 2011).

Kesehatan reproduksi remaja merupakan keadaan sejahtera baik fisik, mental, maupun sosial yang lengkap dan tidak memiliki adanya penyakit dan kelemahan dalam segala hal yang berhubungan dengan sistem dan fungsi reproduksi (ICDP. Cairo, 1994 dalam Romauli dan Vindari, 2009). Namun di Indonesia kesehatan reproduksi masih merupakan masalah yang cukup tinggi. Hal ini dapat dilihat dari data komponen kesehatan reproduksi salah satunya yaitu kesehatan reproduksi remaja. Masalah reproduksi pada remaja akan memengaruhi masalah malnutrisi atau kurang gizi, Pertumbuhan terlambat, penyakit, dan stres. (Hasanah, 2016; Widyastuti, 2009).

Remaja diseluruh dunia diperkirakan sejumlah 1,8 milyar dengan usia 10-24 tahun (UNFPA, 2014) Hasil sensus penduduk di Indonesia tahun 2018 kelompok usia remaja perempuan (10-24 tahun) 32,737 penduduk, dengan usia (10-14 tahun) 11,146.6 penduduk, (15-19 tahun) 10,864.2 penduduk, dan usia (20-24 tahun) 10,726.2 penduduk. Pada tahun 2018 hasil sensus penduduk di D.I. Yogyakarta pada perempuan usia (10-24 tahun) dengan jumlah 406,7 penduduk (BPS, 2013). Kabupaten D.I Yogyakarta terdapat 5 kabupaten dengan jumlah paling banyak yaitu kabupaten Sleman pada usia 10-24 tahun dengan jenis kelamin perempuan sebanyak 141,096 penduduk (BPS Yogyakarta Sleman, 2018).

Menurut WHO (2018) remaja merupakan penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun. Menurut Permenkes RI no 25 (2014) remaja adalah penduduk dengan rentang usia 10-18 tahun, yang dikutip dari Aryani (2012) dibagi menjadi tiga macam yaitu remaja awal (10-13 tahun), remaja pertengahan (14-16 tahun), dan remaja akhir (17-19 tahun), Sedangkan menurut BKKBN (2016) remaja merupakan penduduk dengan usia 10-24 tahun dan belum menikah.

Remaja adalah masa pergantian dari anak-anak menuju dewasa ditandai adanya perubahan fisik, emosional, dan kognitif. Pertumbuhan dan perkembangan manusia dari anak-anak menuju dewasa akan melewati tahap yang disebut pubertas. Remaja perempuan akan mengalami masa pubertas lebih cepat ditandai adanya kematangan reproduksi yaitu datangnya menstruasi (Jahja, 2011). Hal ini merupakan awal dari pengeluaran darah, lendir, dan jaringan sel yang hancur dari uterus dengan siklus rata-rata 28 hari (Widyastuti, 2009).

Menstruasi merupakan perdarahan vagina secara berulang akibat meluruhnya lapisan endometrium yang keluar melalui vagina bersamaan dengan darah, mukus, dan jaringan sel. Normalnya perempuan akan mengalami menstruasi pertama kali pada usia 12-13 tahun. Setelah mengalami menstruasi pada perempuan akan terlihat adanya perubahan fisik yaitu pada pinggul dan payudara. Fungsi menstruasi normal merupakan interaksi antara hipotalamus, hipofisis, dan ovarium dengan perubahan-perubahan terkait pada jaringan sasaran pada saluran reproduksi normal. Ovarium berperan penting dalam proses ini, karena ovarium bertanggung jawab dalam pengaturan perubahan menstruasi dan lamanya siklus menstruasi (Sukarni, 2013). Siklus menstruasi umumnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu 21-35 hari keadaan ini menjelaskan bahwa organ reproduksi perempuan dalam keadaan baik dan tidak bermasalah. Dengan munculnya siklus menstruasi yang teratur

seorang perempuan akan mudah mendapatkan kehamilan, menata aktivitas, dan menghitung masa subur (Wahyuningrum & Choitimah 2016).

Gangguan menstruasi yang terjadi pada perempuan usia reproduksi terbagi menjadi dua yaitu masalah gangguan dengan jumlah darah pada lama menstruasi dan gangguan siklus menstruasi (Manuaba, 2009). Gangguan siklus menstruasi merupakan gangguan dari pola perdarahan menstruasi seperti adanya *amenorrhea* (tidak adanya menstruasi selama 3 bulan), *polimenorhea* (siklus menstruasi dengan jangka pendek <21 hari), dan *oligomenorhea* (siklus menstruasi dengan jangka waktu yang lama >35 hari). Faktor yang berhubungan dengan gangguan siklus menstruasi diantaranya adalah berat badan, aktifitas fisik, diet, dan stres (Kusmiran, 2011). Gangguan siklus menstruasi dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, anemia, dan kesulitan hamil yang disebabkan karena tidak terjadinya ovulasi (Irianto, 2015). Gangguan siklus menstruasi dengan prevalensi di Indonesia 16,3%, dan di D.I. Yogyakarta 15,8%, pada usia 10-59 tahun yang mengalami gangguan siklus menstruasi disebabkan karena penggunaan alat kontrasepsi (5,1%), memasuki masa menopause/mengalami menopause (2,9%), adanya penyakit (0,5%), hamil dan masa nifas (2,8%), lainnya seperti adanya stres (5,1%) (RISKESDAS, 2010).

Stres merupakan situasi dari tubuh yang bersifat non spesifik terhadap masalah individu untuk berespon atau melakukan tindakan termasuk respon fisiologis dan psikologis yang diatur oleh stimulus yaitu stresor (Ardhiyanti, 2014). Seseorang yang sedang mengalami stresor dapat mempengaruhi stres mental, perubahan dalam perilaku masalah dalam berinteraksi sosial, dan keluhan fisik seperti siklus menstruasi yang telah dijelaskan sebelumnya. Dalam pengaruh pola menstruasi stres melibatkan sistem neuroendokrin sebagai sistem yang berperan dalam reproduksi (Sriati, 2008).

Ditinjau Secara teori jika terjadi stres maka terjadi aktivitas pada amigdala di sistem limbik. Sistem ini berfungsi sebagai stimulus pelepasan hormon dari hipotalamus yaitu *Corticotrophin Releasing Hormone* (CRH). Hormon ini secara langsung akan menghambat sekresi GnRH hipotalamus dari tempat produksinya di *Nukleus Arkuata* proses ini terjadi melalui penambahan sekresi opioid endogen. Meningkatnya kadar CRH akan

menstimulus pelepasan endorfin dan *Adrenocorticotropic Hormone* (ACTH) kedalam darah. Hormon-hormon tersebut secara langsung dan tidak langsung akan menyebabkan kadar GnRH menurun, dimana melalui proses ini maka stres terdapat hubungan dengan gangguan siklus menstruasi (Kartikawati & Sari, 2017).

Hasil penelitian Kartikawati & Sari (2017) menyebutkan sebanyak 87 orang diantaranya 20 orang (23,0%) mengalami stres normal, 26 orang (29,9%) stres ringan, 39 orang (44,8%) stres sedang, dan dua orang (2,3%) stres berat. Menstruasi pada kategori teratur sebanyak 31 orang (35,6%) dan tidak teratur sebanyak 56 orang (64,4%). Dari hasil penelitian tersebut terdapat hubungan yang signifikan dengan *p-value* $0,001 < 0,05$. Sedangkan hasil penelitian dari Hayati *et al.* (2017) menyebutkan sebanyak 96 orang diantaranya yaitu 71 orang (74%) mengalami stres normal, 21 orang (22%) stres ringan, empat orang (4%) stres sedang, dan tidak ada responden yang mengalami stres berat. Siklus menstruasi pada kategori normal sebanyak 87 orang (90,6%) dan tidak normal sembilan orang (9,3%). Penelitian tersebut menyebutkan tidak adanya hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi dengan *p-value* $0,085 > 0,05$.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 26 Februari 2019 di SMPN 1 Sleman Yogyakarta yang berada di Kabupaten Sleman dan bertempat dipertengahan Kecamatan terdapat jumlah siswi kelas VIII sebanyak 128 siswa. Studi pendahuluan dilakukan dengan cara wawancara terlebih dahulu dengan guru bimbingan dan konseling (BK) mengenai keadaan siswi khususnya mengenai kesehatan reproduksi. Hasil wawancara tersebut menyatakan bahwa sekolah telah memberikan pelajaran mengenai kesehatan reproduksi tetapi tidak menjelaskan bagian kesehatan reproduksi mengenai keteraturan siklus menstruasi, kemudian mengenai siswi SMPN 1 Sleman Yogyakarta sudah hampir semua mengalami menstruasi, tetapi guru bimbingan dan konseling menyatakan bahwa tidak tahu apakah siswi yang berada di SMPN 1 Sleman Yogyakarta mengalami siklus menstruasi yang normal atau tidak. Kemudian dilanjutkan wawancara kepada 10 orang

siswi dari kelas VIII A, VIII B, VIII C, VIII D, VIII E, VIII F, dan VIII G dengan perwakilan dua orang setiap kelasnya. Hasil dari wawancara 10 siswi tersebut menyatakan sebanyak tiga orang tidak ada gangguan menstruasi, tiga orang mengalami polimenorea, dan empat orang mengalami oligomenorea. Ada kemungkinan bahwa siklus menstruasi yang tidak teratur berhubungan dengan adanya stres. Pada saat wawancara peneliti menanyakan mengenai kegiatan sekolah, masalah bersama teman-teman, dan masalah dengan lingkungan rumah. Mereka mengatakan kadang-kadang kegiatan belajar di sekolah membuat stres karena banyaknya tugas dan waktu pulang sekolah disore hari.

Berdasarkan latar belakang diatas. Peneliti tertarik untuk melakukan penelitian pada usia remaja pertengahan dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Siswi SMPN 1 Sleman Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian yang sudah dijelaskan pada latar belakang, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Siswi di SMPN 1 Sleman Yogyakarta”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada siswi di SMPN 1 Sleman Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui tingkat stres pada Siswi di SMPN Sleman Yogyakarta
- b. Diketahui gangguan siklus menstruasi pada Siswi di SMPN 1 Sleman Yogyakarta
- c. Diketahui keeratan hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada Siswi di SMPN 1 Sleman Yogyakarta

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah informasi yang dapat digunakan sebagai masukan pada ilmu pengetahuan dan acuan pengembangan penelitian praktik ilmu keperawatan jiwa dan maternitas khususnya mengenai hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi.

2. Manfaat Praktik

penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat bagi:

a. Guru Bimbingan dan Konseling

Hasil penelitian ini dapat menjadi bahan masukan bagi guru bimbingan dan konseling untuk selalu mendukung serta memberikan informasi kepada anak didiknya tentang kesehatan reproduksi khususnya terkait gangguan siklus menstruasi.

b. Bagi remaja putri

Remaja dapat mendapatkan informasi tentang gangguan siklus menstruasi.

c. Bagi institusi

Bagi institusi penelitian ini diharapkan dapat berguna dan dijadikan sebagai bahan bacaan dan referensi bagi mahasiswa fakultas kesehatan di Universitas Jenderal Achmad Yani

Yogyakarta, khususnya mengenai tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi.

d. Peneliti lain

Sebagai bahan masukan atau acuan bagi peneliti selanjutnya khususnya faktor lain yang memengaruhi gangguan siklus menstruasi seperti berat badan, aktifitas fisik, dan diet yang belum dilakukan penelitian.

PEPUSTAKAAN
UNIVERSITAS JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA