

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Masa remaja merupakan masa transisi dalam rentang kehidupan manusia yang menghubungkan masa kanak-kanak dan masa dewasa. Menurut WHO batasan usia remaja adalah 12 sampai 24 tahun, sedangkan menurut Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2007 (Isnaeni, 2010), fase remaja merupakan segmen perkembangan individu yang sangat penting, diawali dengan matangnya organ-organ fisik (seksual) sehingga mampu bereproduksi. Masa remaja meliputi remaja awal usia 12-15 tahun, remaja madya usia 15-18 tahun dan remaja akhir usia 19-22 tahun (Knopka dalam Syamsu, 2011).

Kecemasan merupakan respons individu terhadap suatu keadaan yang tidak menyenangkan dan dialami oleh seluruh makhluk hidup. *Ansietas* atau kecemasan merupakan istilah yang akrab dengan kehidupan sehari-hari yang menggambarkan keadaan khawatir, gelisah yang tidak menentu, takut, tidak tenang, kadang-kadang disertai berbagai keluhan fisik (Sumiati, 2009).

Jumlah orang yang menderita gangguan kecemasan baik akut maupun kronik mencapai 5 % dari jumlah penduduk suatu negara, dengan perbandingan antara wanita dan pria adalah dua dibanding satu, dan diperkirakan antara 2% sampai 4% diantara penduduk suatu saat dalam kehidupannya pernah mengalami gangguan kecemasan (Hawari, 2011).

Diperkirakan 1% sampai 4% dari populasi di dunia pernah mengalami gangguan panik pada suatu saat dalam hidup mereka (APA, 2000 dalam Nevid, dkk, 2005). *Prevalensi* seumur hidup dari GAD (*Gangguan Anxiety Disorder*) pada populasi umum di Amerika Serikat diperkirakan sebanyak 5% (APA, 2000 dalam Nevid, dkk, 2005). Gangguan kecemasan ini dapat muncul dua kali lebih banyak pada perempuan dibandingkan pada laki-laki (Nevid, 2005).

Dalam perkembangan seksualitas remaja, ditandai dengan 2 ciri yaitu ciri seks primer dan ciri seks sekunder. Ciri seks primer pada remaja pria adalah matangnya organ seks, biasanya dapat ditandai dengan mengalami mimpi basah atau mimpi berhubungan seksual. Pada remaja wanita, kematangan organ seks dapat ditandai dengan tumbuhnya *rahim*, *vagina*, dan *ovarium* atau indung telur secara cepat. Ciri seks sekunder pada remaja pria meliputi tumbuh rambut pubik, terjadi perubahan suara, tumbuh kumis dan tumbuh jakun sedangkan ciri seks sekunder pada wanita meliputi tumbuhnya rambut *pubik*, bertambah besar buah dada, dan bertambah besarnya panggul (Syamsu, 2011).

Menstruasi yang normal siklusnya berkisar antara 21 hingga 35 hari dan berlangsung selama dua hingga delapan hari. Siklus tersebut terjadi akibat adanya sejumlah hormon yang beredar dalam tubuh dalam suatu siklus tertentu. Siklus hormon tersebut merupakan hasil dari suatu kerjasama antara otak kita, kandung telur, kelenjar-kelenjar berada di otak, serta kelenjar *tiroid*. Sehingga bila terjadi gangguan dalam peredaran hormon-hormon tersebut maka akan mengakibatkan terganggunya siklus menstruasi (Mustika, 2011). Gangguan emosional sebagai rangsangan melalui sistem saraf diteruskan ke susunan saraf

pusat yaitu bagian otak yang disebut *limbic sistem* melalui tranmisi saraf, selanjutnya melalui saraf autonom (*simpatis* atau *parasimpatis*) akan diteruskan ke kelenjar-kelenjar hormonal (*endokrin*) hingga mengeluarkan sekret (cairan) *neurohormonal* menuju *hipofisis* melalui *sistem prontal* guna mengeluarkan *gonadotropin* dalam bentuk *FSH* dan *LH*. Produksi kedua hormon ini adalah dibawah pengaruh *RH (Realezing Hormone)* yang disalurkan dari *hipotalamus* ke *hipofisis*. Pengeluaran *RH* sangat dipengaruhi oleh mekanisme umpan balik *estrogen* terhadap *hipotalamus* juga pengaruh luar seperti cahaya, bau-bauan dan hal-hal psikologik hingga selanjutnya mempengaruhi terjadinya proses menstruasi atau *haid* (Prawirohardjo, 2009).

Penyebab lain gangguan siklus menstruasi adalah ketidakseimbangan hormonal. Hal ini disebabkan karena adanya gangguan pada organ-organ penghasil hormon di atas, namun kadang kala tidak bisa ditentukan penyebabnya. Untuk mengetahui adanya ketidakseimbangan hormonal ini perlu dilakukan pemeriksaan kadar berbagai jenis hormon di laboratorium (Mustika, 2011).

Dalam budaya Amerika, periode remaja ini dipandang sebagai masa “*Strom&Stress*”, frustasi dan penderitaan, konflik dan krisis penyesuaian, mimpi dan melamun tentang cinta, dan perasaan tersisihkan dari kehidupan sosial budaya orang dewasa (Syamsu, 2011). Gangguan emosi dan gangguan perilaku sebagai akibat dari tekanan-tekanan yang dialami remaja akibat perubahan fisik atau psikis yang terjadi pada dirinya, perubahan lingkungan sosial, kebimbangan mencari identitas diri, minat dalam pendidikan, minat seks dan perilaku seks atau mulai beradaptasi dengan lawan jenis, sehingga keadaan emosional pun sering

mengalami ketidakseimbangan (Syamsu, 2011). Masa remaja merupakan puncak emosionalitas, yaitu perkembangan emosi yang tinggi. Pertumbuhan fisik, terutama organ seksual mempengaruhi berkembangnya emosi dan perasaan cemas yang dialami sebelumnya (Syamsu, 2011).

Adanya rangsangan *stressor* psikososial mengakibatkan jaringan *neuro* di otak ikut serta dalam memberikan sinyal bahaya. Otak dapat secara konstan mengirim pesan bahwa ada sesuatu yang salah dan memerlukan perhatian segera (Nevid, 2005). Kecemasan sebagai rangsangan melalui system saraf diteruskan ke susunan saraf pusat yaitu *limbic system*, selanjutnya melalui saraf autonom (*simpatis* atau *parasimpatis*) akan diteruskan ke kelenjar-kelenjar hormonal (*endokrin*) hingga mengeluarkan sekret (cairan) *neurohormonal* menuju hipofisis melalui *sistem prontal* guna mengeluarkan *gonadotropin* dalam bentuk *FSH* (*Follikel Stimulazing Hormone*) dan *LH* (*Leutinizing Hormone*). Produksi kedua hormon tersebut adalah dibawah pengaruh *RH* (*Realezing Hormone*) yang disalurkan dari *hipotalamus* ke *hipofisis*. Pengeluaran *RH* sangat dipengaruhi oleh mekanisme umpan balik *estrogen* terhadap *hipotalamus* hingga selanjutnya mempengaruhi terjadinya proses *menstruasi* atau *haid* (Prawirohardjo, 2009).

Dari hasil studi pendahuluan yang dilakukan pada tanggal 4 Februari 2011 di SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta pada siswi kelas VII-VIII dengan menggunakan metode wawancara terhadap 10 siswi, didapatkan keterangan bahwa 10 siswi tersebut telah mendapat menstruasi, dari 10 siswi tersebut 6 siswi diantaranya mengalami *siklus menstruasi* yang tidak teratur, dan 4 siswi mengalami *siklus menstruasi* yang teratur, dari 6 siswi yang mengalami

siklus menstruasi tidak teratur tersebut terdapat 4 siswi yang mengalami perubahan siklus menstruasi (ada yang mengalami siklus menstruasi berubah menjadi cepat dan ada yang mengalami siklus menstruasi berubah menjadi lebih lama) akibat kecemasan yang disebabkan oleh pemberian tugas yang sangat padat, serta sistem penilaian yang ketat sehingga mempengaruhi siklus menstruasi siswi tersebut.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Siklus Menstruasi pada Siswi Kelas VII-VIII di SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta".

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas rumusan masalah dalam penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada siswi kelas VII - VIII SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta Tahun 2011?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketuinya hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada siswi kelas VII – VIII di SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta tahun ajaran 2010-2011.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuahuinya tingkat kecemasan yang dialami oleh siswi kelas VII - VIII di SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta tahun ajaran 2010-2011.
- b. Diketuahuinya siklus menstruasi siswi kelas VII - VIII di SMPN 4 Gamping Sleman Yogyakarta tahun ajaran 2010-2011.
- c. Diketuahuinya keeratan hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada siswi kelas VII - VIII di SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta tahun ajaran 2010- 2011.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat digunakan dalam pengembangan ilmu kebidanan dan dapat dijadikan referensi, khususnya dalam bidang kebidanan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi siswi SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta

Sebagai bahan informasi serta menambah wawasan bagi remaja putri tentang hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi, sehingga mampu mencegah timbulnya kecemasan dengan harapan siklus menstruasi menjadi teratur.

- b. Bagi guru di SMP Negeri 4 Gamping Yogyakarta

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan yang dapat dijadikan bahan pertimbangan bagi SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta

Untuk mengoptimalkan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah sehingga pelayanan bimbingan dan konseling dapat dijadikan sebagai kekuatan inti di sekolah guna mencegah dan mengatasi kecemasan yang terjadi pada siswa sekaligus sebagai bahan pertimbangan untuk menyisipkan materi mengenai kesehatan reproduksi dan perkembangan remaja pada bidang pelajaran tertentu khususnya mengenai menstruasi.

- c. Bagi Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani.
 Penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi dan bahan kepustakaan untuk meningkatkan pengetahuan dan pengalaman bagi pembaca perpustakaan sehingga dapat berguna bagi semua mahasiswa di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Jenderal Achmad Yani.
- d. Bagi Peneliti Selanjutnya
 Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi, serta sebagai acuan untuk melakukan penelitian selanjutnya mengenai hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi.

E. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian yang telah dilakukan berkaitan tentang hal-hal yang berhubungan dengan tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi yaitu :

1. Pramitasari (2008) melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Antara Stres dengan Siklus Menstruasi pada Siswi Aliyah Pondok Pesantren Putri di Islamic Centre Bin Baz Piyungan Bantul Daerah Istimewah Yogyakarta Tahun 2008”. Jenis penelitian adalah *analitik kuantitatif non eksperimental*

yang bersifat *cross sectional* dengan skala *ordinal-nominal*. Sampel penelitian sejumlah 52 responden secara teknik *random sampling*. Alat ukur siklus menstruasi menggunakan kuesioner dan alat ukur stres menggunakan *Modifikasi Sosial Readjustmen Rating Scale for Stress Tolerance* dari Holmes dan Rahe dengan hasil tidak ada hubungan antara derajat stres dengan siklus menstruasi siswi Aliyah Pondok Pesantren Islami Center Bin Baz Tahun 2008 dengan nilai $p = 0,091$ ($p > 0,05$). Perbedaan dengan penelitian sekarang adalah penelitian akan dilakukan di SMP Negeri 4 Gamping Sleman Yogyakarta, uji reliabilitas menggunakan KR 20 dan alat ukur derajat kecemasan menggunakan tes HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*). Persamaan dengan penelitian ini skala yang digunakan adalah *ordinal-nominal* dengan teknik *random sampling*. Uji validitas penelitian ini menggunakan *product moment*, analisa data menggunakan *Chi kuadrat* dan memiliki persamaan dalam jumlah responden yaitu 52 responden.

2. Isnaeni (2010) melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Antara Stres dengan Pola Menstruasi pada Mahasiswa D IV Kebidanan Jalur Regular Universitas Sebelas Maret Surakarta Tahun 2010”. Jenis penelitian ini adalah *observasional analitik* yang bersifat *cross sectional*, dengan skala *ordinal-ordinal*. Jumlah sampel sebanyak 89 responden diambil secara teknik *non random sampling* dan hasil penelitian terdapat hubungan antara stres dengan pola menstruasi pada mahasiswa D IV kebidanan jalur regular Universitas Sebelas Maret Surakarta Tahun 2010 dengan nilai $p = 0,016$ dan nilai *korelasi spearman* 0,282. Analisa *bivariate* menggunakan *spearman rank correlation*

dengan taraf signifikan (α) 0,05 tingkat kepercayaan 5%. analisa data yang digunakan uji *spearman rank correlation* dengan taraf signifikan (α) 0.05 dan tes stres yang digunakan adalah DASS 42, serta uji reliabilitas yang menggunakan *alpha cronbach*, data diolah menggunakan program SPSS 16 dalam penelitian ini terdapat pada variabel bebas adalah tingkat kecemasan dengan skala *ordinal* dan variabel terikat adalah siklus menstruasi dengan skala *ordinal*, sedangkan penelitian sekarang menggunakan *uji chi square* serta untuk uji reliabilitas menggunakan KR 20, tes kecemasan menggunakan HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) dan data diolah menggunakan SPSS 15. Persamaan penelitian ini adalah metodologi yang digunakan yaitu *cross sectional* dengan uji validitas yang menggunakan *product moment*.

3. Zulhita (2007) melakukan penelitian yang berjudul " Hubungan Antara Tingkat kecemasan Dengan Siklus Haid Pada Mahasiswi D IV Kebidanan Di Universitas Sebelas Maret ". Jenis penelitian adalah *analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel yang digunakan adalah 59 responden yang diambil secara teknik *random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner untuk mengukur siklus haid dan tes HRS-A. Hasil penelitian yaitu didapat $X_{hitung} = 35,10$ lebih besar dari X_{tabel} yaitu 5,991 dengan taraf *signifikasi* 0,05 dan derajat kebebasan (db) 2. Sehingga dapat ditarik kesimpulan terdapat hubungan yang bermakna secara statistik pada tingkat kecemasan dengan siklus haid pada mahasiswi D IV kebidanan reguler tahun akademik 2006/2007 di Universitas Sebelas Maret. Sedangkan dalam penelitian ini terdapat pada variabel bebas adalah tingkat kecemasan dengan

skala *ordinal* dan variabel terikat adalah siklus menstruasi dengan skala *ordinal*, sedangkan penelitian sekarang menggunakan *uji chi square* serta untuk uji reliabilitas menggunakan *KR 20*, tes kecemasan menggunakan *HARS* (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) dan data diolah menggunakan *SPSS 15*. Persamaan penelitian ini adalah metodologi yang digunakan yaitu *cross sectional*.

4. Rima (2010) melakukan penelitian dengan judul “ Pengaruh Olahraga Terhadap Siklus Haid Atlit “. Jenis penelitian adalah *observasional* dengan rancangan lintang. Jumlah sampel yang digunakan adalah 24 *responden* yang diambil secara teknik *random sampling*. Alat ukur yang digunakan adalah kuesioner. Uji validitas yang dilakukan adalah validitas *expert* yang dilakukan dengan cara mengirimkan kuesioner kepada 3 orang ahli. Sedangkan dalam penelitian ini terdapat pada variabel bebas adalah tingkat kecemasan dengan skala *ordinal* dan variabel terikat adalah siklus menstruasi dengan skala *ordinal*, sedangkan penelitian sekarang menggunakan *uji chi square* serta untuk uji reliabilitas menggunakan *KR 20*, tes kecemasan menggunakan *HARS* (*Hamilton Anxiety Rating Scale*) dan data diolah menggunakan *SPSS 15*. Persamaan penelitian ini adalah teknik yang digunakan yaitu *random sampling*.