

BAB I PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kesehatan reproduksi remaja merupakan kesehatan secara fisik, mental dan kesejahteraan sosial secara utuh pada semua hal yang berhubungan dan sistem dan fungsi, serta proses reproduksi remaja, bukan hanya kondisi yang bebas dari penyakit atau kecacatan (Manuaba, 2009). Namun di Indonesia masalah kesehatan reproduksi masih memprihatinkan karena penyebaran penduduk yang belum merata, tingkat sosial ekonomi dan pendidikan belum memadai serta tingkat kesehatan belum terjangkau (Mulastin, 2011).

Di seluruh dunia lebih dari 1,2 miliar penduduk berusia 10-24 tahun (WHO, 2010). Hasil Sensus Penduduk tahun 2010 menunjukkan bahwa jumlah penduduk di Indonesia sebanyak 237,6 juta jiwa, dimana 26,67% adalah remaja (BPS, 2010). Hasil Sensus Penduduk 2010 mencatat jumlah penduduk DIY mencapai 3.457.497 jiwa (BPS, 2011). Jumlah remaja di Kabupaten Sleman pada tahun 2010 sebanyak 223.369 jiwa, diantaranya pria sebanyak 114.808 jiwa dan wanita sebanyak 108.561 jiwa (BPS, 2011).

Menurut *World Health Organization* (WHO, 2007) batasan usia remaja adalah 12-24 tahun. Menurut Depkes RI (2009) adalah antara 12-25 tahun dan belum kawin, sedangkan menurut BKKBN (2010) adalah 12-24 tahun, serta menurut Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI, 2007) remaja adalah laki-laki dan perempuan yang belum kawin dengan batasan usia remaja 15-24 tahun (BKKBN, 2010; Depkes RI, 2009; Wijaya;2009).

Pertumbuhan dan perkembangan manusia menjadi dewasa akan melewati suatu tahap yang disebut pubertas. Remaja perempuan mengalami masa pubertas lebih cepat dibandingkan laki-laki. Ciri khas kematangan secara reproduksi yang dialami oleh remaja perempuan adalah menstruasi. Sebagai puncak kedewasaan, wanita mulai mengalami perdarahan rahim pertama yang disebut *menarche* atau menstruasi (Manuaba, 2009).

Menstruasi merupakan proses perdarahan alamiah yang teratur sebagai tanda dari kematangan organ dan fungsi reproduksi wanita. Siklus menstruasi yang sehat adalah ketika siklus berlangsung secara konsisten dan tidak adanya gangguan atau keabnormalan yang dialami. Perhatian dan pemahaman remaja untuk menjaga siklus menstruasi yang sehat dan teratur dalam hal ini sangat dibutuhkan, karena siklus menstruasi yang teratur berbanding lurus dengan kesehatan reproduksi yang dimiliki. Menstruasi teratur artinya ovulasi terjadi secara teratur dan tanda keseimbangan hormon (Harnowo, 2012).

Umumnya keteraturan siklus menstruasi secara klasik adalah 28 hari, tetapi variasi keteraturan yang dialami wanita satu dengan yang lainnya adalah berbeda. Menurut Proverawati & Misaroh (2009), siklus menstruasi bervariasi pada tiap wanita dan hampir 90% wanita memiliki siklus 25-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus 28 hari. Siklus normal pada manusia dapat beragam dari 21-35 hari (Proverawati & Misaroh, 2009). Memasuki masa remaja, ketidakteraturan siklus menstruasi biasanya terjadi pada usia 12-13 tahun karena belum maksimalnya pengaturan hormonal, baru setelah umur remaja mencapai 17-18 tahun menstruasi mulai berjalan teratur dengan interval 28-35 hari. Tentunya apabila terjadi ketidakteraturan siklus menstruasi pada remaja yang telah memasuki kematangan secara usia dapat menandakan adanya gangguan. Gangguan menstruasi sangat umum terjadi pada wanita dengan tinggi tingkat prevalensi berkisar antara 30-70% (Zhou, *et al*, 2010).

Cakir, *et al* (2007) dalam studinya di Turki mengatakan bahwa wanita usia reproduksi memiliki masalah dengan menstruasi abnormal, seperti dismenorhea dan menstruasi tidak teratur. Prevalensi dismenorhea merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi terbesar (89,5%), diikuti ketidakteraturan menstruasi (31,2%). Bieniasz, *et al* (2007) menambahkan dalam studinya di *Wroclaw Medical University* mendapatkan prevalensi amenorea primer sebanyak 5,3%, amenorea sekunder 18,4%, oligomenorea 50%, polimenorea 10,5%. RISKESDAS (2010) menyatakan bahwa

sebanyak 11,7% remaja di Indonesia mengalami haid tidak teratur dan sebanyak 14,9% perempuan yang tinggal di daerah perkotaan di Indonesia mengalami haid tidak teratur (Bieniasz, *et al*, 2007; Cakir, *et al*, 2007; RISKESDAS, 2010).

Beberapa hal sering dikaitkan sebagai penyebab ketidakaturan siklus menstruasi, salah satunya adalah stres. Faktor-faktor yang berhubungan dengan ketidakaturan siklus menstruasi seperti berat badan, aktivitas fisik dan stres (Kusmiran, 2012). Secara psikis rasa cemas dapat muncul sebagai respon adanya ketidakaturan siklus menstruasi yang dialami, yang menandakan stres lanjutan dapat saja terjadi dan tidak hanya sebagai penyebab melainkan juga sebagai dampak adanya ketidakaturan siklus menstruasi yang dialami (Brunner and Suddart, 2009).

Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal yang disebut stresor (Hawari, 2006). Stresor dapat dimiliki oleh setiap orang, terutama remaja karena masa remaja merupakan masa peralihan, sehingga sering dikaitkan dengan masa pencarian identitas, yang rentan terhadap stres baik fisik maupun psikososial (Sriati, 2008). Remaja akan mengalami rasa cemas terkait dengan penerimaan secara sosial ataupun nilai pelajaran (Willis, 2012). Stres dapat berpengaruh pada kehidupan seseorang, menyebabkan gangguan mental, perubahan perilaku, dan berbagai macam keluhan fisik seperti ketidakaturan siklus menstruasi yang sudah disinggung sebelumnya. Dalam pengaruhnya terhadap pola menstruasi, stres melibatkan *neuroendokrinologi* sebagai sistem yang besar peranannya dalam reproduksi wanita (Sriati, 2008).

Ditinjau secara anatomi dan fisiologis adanya peningkatan *Corticotropic Releasing Hormon* (CRH) dan *Adrenocorticotrophic Hormon* (ACTH) yang dihasilkan oleh hipotalamus karena rangsang stresor dari neurotransmitter, secara tidak langsung dapat mempengaruhi sekresi hormon-hormon reproduksi. Munculnya kortisol akibat dari peningkatan CRH dan ACTH yang menekan hipotalamus tersebut akan mengganggu kerja dan fungsi

hipotalamus, yang salah satunya adalah mensekresi hormon menstruasi *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Lutheinizng Hormon* (LH). Apabila sekresi hormon terganggu maka keteraturan siklus menstruasi menjadi tidak menentu dengan kata lain stres dapat mengganggu kerja hormon yang berperan dalam siklus menstruasi (Laszlo & Kopp, 2009).

Adanya stresor dapat kita jumpai pada mahasiswa Stikes Achmad Yani Yogyakarta tahun 2014. Penyesuaian diri diperlukan mahasiswa dalam menjalani transisi kehidupan, salah satunya adalah transisi di lingkungan perkuliahan. Rutinitas dan tuntutan akademik yang tinggi terkadang membuat mahasiswa-mahasiswa rentan mengalami stres. Menurut Greenberg dalam Astuti (2006), *stressor* yang ada pada mahasiswa, yaitu: perubahan gaya hidup, nilai, jumlah mata kuliah yang diambil, masalah pertemanan, cinta, rasa malu, dan kecemburuan. Murphy dan Archer dalam Rahayu (2013), menambahkan bahwa persaingan antar mahasiswa yang tinggi merupakan salah satu pemicu stres bagi mahasiswa. Stres yang dialami oleh mahasiswa memberikan dampak yang negatif pada kondisi fisik dan psikis. Dampak tersebut dapat berupa gejala fisiologis, emosional, kognitif, psikososial (Astuti, 2006; Rahayu 2013). Hal tersebut karena perempuan tiga kali lebih rentan terhadap stres dibandingkan laki-laki (Kring et al, 2007 dalam Fitriani & Hidayah, 2012).

Penelitian yang dilakukan oleh Ayu & Wahyu (2013) menunjukkan hasil bahwa sebagian besar responden yaitu 20 (57,2%) mengalami gejala stres sedang diikuti stres ringan sebanyak 11 (31,4%) dan stres berat sebanyak 4 (11,4%). Kemudian Untuk siklus menstruasi sebagian besar responden 20 (57,1%) mengalami siklus menstruasi tidak teratur dan 15 (42,9%) mengalami siklus teratur. Sedangkan berdasarkan penelitian Sekar (2012) tentang “Hubungan antara Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi” didapatkan hasil bahwa 38 (57,6%) responden mengalami stres ringan. Sedangkan untuk siklus menstruasi sebanyak 48 (72,7%) mengalami siklus menstruasi teratur dan 18 (26,3) mengalami siklus menstruasi tidak teratur.

Hasil studi pendahuluan yang dilaksanakan di kampus Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta pada tanggal 26 Februari 2015 didapatkan jumlah keseluruhan mahasiswi semester III PSIK dan D3 Kebidanan yaitu 243 orang dan jumlah mahasiswi yang mengalami menstruasi teratur sebanyak 109 orang. Dari 5 mahasiswi yang diwawancarai pernah mengalami stres dan terdapat 2 mahasiswi mengatakan dalam enam bulan terakhir siklus menstruasinya teratur, 1 mahasiswi mengatakan dalam enam bulan terakhir pernah mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi seperti siklus memendek dan 2 mahasiswi mengatakan bahwa siklusnya memanjang. Ada kemungkinan bahwa siklus menstruasi yang tidak teratur tersebut berhubungan dengan stres yang dialami mahasiswi.

Berdasarkan fenomena yang telah dijabarkan pada latar belakang diatas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta”.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang yang sudah dijabarkan, maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Adakah Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat stres mahasiswi mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.
- b. Mengetahui siklus menstruasi mahasiswi mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

- c. Mengetahui keeratan hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi semester III Stikes Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat dari hasil penelitian ini adalah:

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat digunakan sebagai acuan ilmu pengetahuan khususnya mengenai hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi.

2. Manfaat Praktisi

a. Bagi Mahasiswa Stikes A. Yani Yogyakarta

Penelitian ini dapat digunakan sebagai tambahan pengetahuan serta sebagai sumber informasi bagi pembaca di perpustakaan mengenai hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi.

b. Bagi Tenaga Kesehatan

Memberikan masukan yang digunakan sebagai dasar dalam melakukan pendidikan kesehatan reproduksi bagi remaja khususnya tentang siklus menstruasi.

c. Bagi Peneliti selanjutnya

Sebagai bahan masukan atau acuan untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan tentang stres maupun siklus menstruasi.

E. Keaslian Penelitian

Beberapa penelitian yang telah dilakukan berkaitan dengan hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi yaitu:

1. Ayu & Wahyu. (2013) tentang “Stres dan Mekanisme Koping terhadap Gangguan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri”. Penelitian tersebut menggunakan desain *cross sectional*. Subjek dalam penelitian tersebut adalah mahasiswi tingkat IV STIKES RS Baptis Kediri. Besar sampel adalah 35 orang, tehnik sampel yang digunakan *purposive sampling*. Hasil analisis menggunakan *regresi logistic* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai $p=0,018$, atau nilai $p<0,05$. Hasil penelitian *Univariat* yaitu 20(57,1%) mahasiswi menggunakan mekanisme koping

maladaptif, 20(57,2%) mahasiswi mengalami stres tingkat sedang dan 20(57,1%) mahasiswi mengalami siklus tidak normal. Hasil analisis Bivariat menunjukkan tidak ada hubungan antara mekanisme koping dengan stres, akan tetapi ada hubungan antara stres dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat IV STIKES RS Baptis Kediri.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan dilihat dari jenis variabel bebasnya yaitu mekanisme koping sedangkan penelitian yang dilakukan adalah tingkat stres. Metode penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan dengan pendekatan *prospektif*.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan dilihat variabel terikatnya yaitu siklus menstruasi.

2. Sekar (2012) tentang “Hubungan antara Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Siswi Kelas 2 di SMA Negeri 1 Kendal”. Penelitian tersebut menggunakan metode survey analitik dengan menggunakan rancangan *cross sectional*. Subjek dalam penelitian tersebut adalah siswi kelas 2 di SMA Negeri 1 Kendal. Besar sampel adalah 66 orang, tehnik sampel yang digunakan *proportional stratified random sampling*. Hasil analisis menggunakan *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai $p = 0,012$ ($p < 0,050$). Hasil penelitian univariat yaitu 38(57,6%) siswi mengalami stres ringan dan 37(56,1%) siswi mengalami siklus normal. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi kelas 2 di SMA Negeri 1 Kendal.

Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan dilihat dari metode penelitian ini menggunakan survey analitik dengan pendekatan *cross sectional*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode korelasi dengan pendekatan *prospektif*.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan yaitu sama-sama meneliti tentang tingkat stres dengan siklus menstruasi

dan sama-sama menggunakan teknik sampel *proportional stratified random sampling*.

3. Toduho S, dkk (2014) tentang “Hubungan Stres Psikologis dengan Siklus Menstruasi pada Siswi Kelas 1 Di SMA Negeri 3 Tidore Kepulauan”. Penelitian tersebut menggunakan metode deskriptif analitik dengan menggunakan rancangan *cross sectional*. Subjek dalam penelitian tersebut adalah siswi kelas 1 di SMA Negeri 3 Tidore Kepulauan. Besar sampel adalah 68 orang, teknik sampel yang digunakan *total sampling*. Hasil analisis menggunakan *chi-square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai $p=0,000$, atau nilai $p<0,05$. Hasil penelitian univariat yaitu 49(72,2%) siswi mengalami stres psikologis ringan dan 42(61,8%) siswi mengalami siklus tidak normal. Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan antara stres psikologis dengan siklus menstruasi pada siswi kelas 1 di SMA Negeri 3 Tidore Kepulauan. Perbedaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan dilihat dari jenis variabel bebasnya yaitu stres psikologis sedangkan penelitian yang dilakukan adalah stres secara keseluruhan. Metode penelitian ini menggunakan observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan menggunakan metode korelasi dengan pendekatan *prospektif*. Teknik sampel penelitian ini adalah *total sampling*, sedangkan penelitian yang akan dilakukan dengan *proportional stratified random sampling*.

Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan dilihat variabel terikatnya yaitu siklus menstruasi.