

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Siklus menstruasi sangat penting bagi reproduksi wanita karena mempengaruhi banyak perubahan pada system reproduksi wanita, namun banyak wanita yang mengalami gangguan siklus menstruasi yang mempengaruhi kesehatannya (Sinaga,2017). Menstruasi adalah keluarnya darah dari rahim secara teratur dan berkala. Hal ini disebabkan terlepasnya (pengelupasan) endometrium akibat penurunan hormon ovarium (estrogen dan progesteron), mengalami penurunan terutama progesteron, yang dimulai pada akhir siklus ovarium, biasanya sekitar 14 hari setelah ovulasi (Novita,2018).

Secara umum siklus menstruasi yang normal adalah 21-35 hari dan periode menstruasi adalah 3-7 hari (Hanzel et al,2018). Ketidakteraturan menstruasi dapat disebabkan oleh kondisi seperti stres yang mengganggu kerja hipotalamus. Gangguan menstruasi yang umum terjadi yaitu terlambat menstruasi, jumlah darah menstruasi sangat tinggi dan mencakup pertukaran berulang menstruasi yang tidak teratur, nyeri atau sakit saat menstruasi, gejala PMS, dan siklus menstruasi yang tidak teratur. Gangguan siklus menstruasi meliputi polimenorhea, oligomenorhea dan amenorrhea.(Hatmanti, 2018)

Berdasarkan data dari riset kesehatan dasar tahun 2013 sebanyak 86,3% perempuan di Indonesia yang berusia 10-59 tahun mengalami menstruasi teratur dan sebanyak 13,7% mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur

(RISKESDAS,2013).Siklus menstruasi yang tidak teratur dapat menyebabkan penyakit infertilitas dan mempengaruhi kesuburan (Hatmanti,2018).

Stres diketahui sebagai faktor-faktor penyebab (etiologi) terjadinya gangguan siklus menstruasi. Stres akan memicu pelepasan hormone kortisol dimana hormone kortisol ini dijadikan tolak ukur melihat derajat stres seseorang. Hormone kortisol diatur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitary, dengan dimulainya aktivitas hipotalamus, hipofisis mengeluarkan FSH dan proses stimulus ovarium akan menghasilkan estrogen (Carolin,2011). Jika terjadi gangguan pada hormone FSH (*Fillicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luitenizing Hormone*), maka akan mempengaruhi produksi ekstrogen dan progesterone yang menyebabkan ketidakteraturan siklus menstruasi. Dampaknya yaitu jadi lebih sulit hamil (*inferlitas*). Ketidakteraturan siklus menstruasi juga membuat wanita sulit mencari kapan masa subur dantidak (Hestiantoro dalam Nurlaila, DKK, 2015).

Stres dapat menyebabkan terjadinya penekanan pada hormon dan dapat menyebabkan kegagalan ovulasi pada wanita. Stres pada remaja sama halnya dengan yang terjadi pada orang dewasa, stres bisa berefek negatif pada tubuh remaja. Reaksi mereka tersebut ditentukan oleh suasana dan kondisi kehidupan yang tengah mereka alami (Priyoto, 2014). Dickinson (2013) memaparkan dalam penelitiannya bahwa stres meningkatkan resiko dari mahasiswa untuk mengalami berbagai gangguan mental dan penyakit fisik yang meliputi, kecemasan, depresi, sakit kepala, hilangnya energi dan gangguan tekanan darah. Stres yang dialami mahasiswa yang sedang mengerjakan tugas akhir

umumnya bersifat negatif, sebab stres tersebut menimbulkan kerugian pada diri mahasiswa.

Stres dapat terjadi pada semua orang, baik itu anak, dewasa dan orang tua. Stres dapat juga terjadi pada orang yang mengalami tekanan berat misalnya pada mahasiswa tingkat akhir yang sedang mengerjakan skripsi mereka. Mahasiswa tingkat akhir biasanya dibebankan pada skripsi sebagai syarat memperoleh gelar sarjana. Skripsi merupakan bukti kemampuan akademik mahasiswa dalam penelitian yang berhubungan dengan masalah yang dibahas.

Tingkat kecemasan dan tekanan yang dialami mahasiswa juga dapat menyebabkan keadaan menstruasi yang tidak teratur. Satu siklus menstruasi normal rata-rata adalah 28 hari, tapi panjang 24-35 hari masih dikategorikan normal. Pendarahan menstruasi yang normal berlangsung kurang lebih 4-7 hari. Sistem kerja tubuh wanita berubah-ubah dari bulan ke bulan tapi ada beberapa wanita yang memiliki jumlah hari yang sama persis dalam setiap siklus menstrusinya (Verawaty, dkk. 2011).

Berdasarkan penelitian Rosdiana Putri Arsaningtias tahun 2017 dari Universitas Airlangga yang berjudul *Analysis of Stressor Factors Connected With Stress Study S1 Study Program Which Implements Thrrips In Airlangga University* Surabaya dilakukan terhadap 221 mahasiswa, didapatkan hasil mahasiswa mengalami stres dengan berbagai macam level ketika sedang mengerjakan skripsi, sebagian besar mahasiswa mengalami stres berat (25,8%) sedangkan sisanya merasakan stres normal (23,1%), stres ringan (12,7%), stres sedang (15,8%), dan stres sangat berat (22,6%) (Arsaningtias, 2017). Penelitian

ini menunjukkan banyak mahasiswa yang mengalami stres, stres dapat merangsang hipotalamus-pituitary- adrenal cortex axis sehingga menghasilkan hormon kortisol yang menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan hormonal (Iryani et al, 2017)

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Kartini pada tahun 2020 dari Universitas Sumatera Utara yang berjudul Pengaruh Tingkat Stres Terhadap Siklus Menstruasi pada Mahasiswa Tingkat Akhir di Fakultas Keperawatan Universitas Sumatera Utara didapatkan hasil mahasiswi mengalami stres dengan berbagai macam level saat mengerjakan skripsi, sebagian besar mahasiswi mengalami stres sedang (84,2%), sedangkan mahasiswi yang mengalami stres ringan (13,0%), dan stres sangat berat (2,7%). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Sari, dkk pada tahun 2016 didapatkan hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi Diploma IV Bidan Pendidik tingkat akhir di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, sebagian besar mahasiswa mempunyai tingkat stres sangat berat.

Studi pendahuluan dilakukan dengan cara wawancara terhadap 6 mahasiswi di Universitas Sahid Surakarta dengan hasil 3 mahasiswi mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur, mereka mengatakan kadang kadang sering terlambat “datang bulan” terutama ketika mereka mempunyai tugas-tugas kuliah. Mereka juga mengalami tidur malam yang terganggu, tidak konsentrasi, dan menjadisering lupa. Oleh karena itu, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Stres dalam Menyusul Skripsi

Dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Semester VII di Universitas Sahid Surakarta”.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan informasi di atas peneliti merumuskan masalah penelitian yaitu apakah ada hubungan tingkat stres dalam menyusun skripsi dengan siklus menstruasi mahasiswi semester VIII di Universitas Sahid Surakarta.

## **C. Tujuan Penelitian**

Tujuan penelitian ini terdiri dari tujuan umum dan khusus. Berikut adalah tujuan umum dan khusus penelitian ini :

### 1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat stres dalam menyusun skripsi dengan siklus menstruasi mahasiswi semester VIII di Universitas Sahid Surakarta.

### 2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswi semester VIII di Universitas Sahid Surakarta.

b. Untuk mengetahui siklus menstruasi pada mahasiswi semester VIII di Universitas Sahid Surakarta.

c. Menganalisis hubungan tingkat stres dalam menyusun skripsi dengan siklus menstruasi mahasiswi semester VIII di Universitas Sahid Surakarta.

#### **D. Manfaat Penelitian**

Manfaat dari penelitian ini sebagai berikut:

1. Manfaat Teoritis

Menambah informasi mengenai tingkat stres dalam menyusun skripsi dengan siklus menstruasi mahasiswi semester VIII.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi Responden

Diharapkan responden dapat melakukan sebagai upaya preventif kesehatan untuk menghindari faktor risiko stres yaitu gangguan siklus menstruasi.

- b. Bagi Peneliti

Dari hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan dan memberikan gambaran mengenai hubungan tingkat stres dalam menyusun skripsi dengan siklus menstruasi mahasiswi semester VIII di Universitas Sahid Surakarta.

- c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi acuan untuk peneliti selanjutnya tentang stres dan menstruasi dengan intervensi keperawatan lain.

- d. Bagi Institusi Pendidikan

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai langkah awal untuk penelitian selanjutnya dalam bidang ilmu keperawatan khususnya menyangkut peran perawat sebagai edukator.

## E. Keaslian Penelitian

Sepanjang pengetahuan peneliti, ada beberapa penelitian sebelumnya yang sejalan mendukung dalam penelitian ini, diantaranya tampilkan dalam tabel sebagai berikut :

Tabel 1.1 Keaslian penelitian

Nama dan Tahun Penelitian	Judul	Metode Penelitian	Hasil Penelitian	Persamaan dan Perbedaan
Luh Made Wisniastuti (2018)	Hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi semester VIII di STIKes Wira Medika Bali	Deskriptif <i>correlational sectional</i> . Uji analisis menggunakan uji <i>rang spearman</i> . Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>simple random sampling</i> .	Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar tingkat stres adalah sedang yaitu sebanyak 15 orang (28,3%) dan siklus menstruasi responden sebagian besar adalah tidak teratur, yaitu sebanyak 38 orang (71,7%).	<b>a.Persamaan</b> Variabel dependen pada penelitian ini adalah menstruasi, variabelnya manusia. <b>b.Perbedaan</b> Penelitian ini dilakukan di Universitas Sahid Surakarta, sedangkan Penelitian sebelumnya dilaksanakan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Medika Bali
Nia Fransiska, Srimiyati, Romlah (2017)	Hubungan stres terhadap siklus menstruasi mahasiswi	Survey analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Analisis yang digunakan adalah <i>Kendall tau</i> . Teknik pengambilan sampling yaitu	Ada hubungan tingkat stres terhadap siklus menstruasi pada mahasiswi fakultas ilmu kesehatan Universitas Katolik Musi Charitas Palembang dengan <i>p.value</i> < 0,05.	<b>a.Persamaan</b> Variabel dependen pada penelitian ini adalah menstruasi, variabelnya manusia. <b>b.Perbedaan</b> Penelitian ini melakukan studi pendahuluan kepada

			<i>purposive sampling.</i>		mahasiswi, sedangkan penelitian sebelumnya menggunakan 15 mahasiswi dalam studi pendahuluan.
Adhuen Nur Latifah, Andri Nur Sholihah (2019)	Faktor-faktor yang berhubungan dengan perubahan siklus menstruasi pada mahasiswi semester II Diploma VI Bidan Pendidik Universitas Aisyiyah Yogyakarta	Deskriptif analitik dengan pendekatan <i>Cross sectional</i> . Uji analisis yang digunakan adalah <i>chi square</i> dengan Teknik pengambilan sampel yaitu <i>random sampling</i> .	Faktor yang terbukti memiliki hubungan dengan perubahan siklus menstruasi adalah status gizi, pola aktivitas, dan status psikologi.		<b>a.Persamaan</b> Variabel dependen pada penelitian ini adalah menstruasi, variabelnya manusia. <b>b.Perbedaan</b> Judul dalam penelitian ini adalah hubungan stres dalam menyusun skripsi dengan siklus menstruasi mahasiswi semester VII di Universitas Sahid Surakarta, sedangkan judul penelitian sebelumnya adalah faktor-faktor yang berhubungan dengan perubahan siklus menstruasi pada mahasiswi semester II Diploma IV bidan pendidik Universitas Aisyiyah Yogyakarta.