

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan manusia menjadi dewasa akan mengalami suatu tahap yang disebut pubertas. Menurut *World Health Organization* (WHO) batasan usia remaja adalah 12 sampai 24 tahun, sedangkan menurut Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2007, remaja adalah laki – laki dan perempuan yang belum kawin dengan batasan usia meliputi 15 – 24 tahun. Remaja perempuan mengalami masa pubertas lebih cepat dibandingkan laki – laki. Pubertas pada remaja perempuan ditandai dengan *menarche* yaitu mendapatkan menstruasi (haid) pertama (Wong, 2008).

Menurut laporan WHO (2008) prevalensi *oligomenore* pada wanita sekitar 45%. Penelitian Bieniasz J et al mendapatkan prevalensi gangguan menstruasi di dunia ditaksirkan *amenorea primer* sebanyak 5,3%, *amenorea sekunder* 18,4%, *oligomenorea* 50%, *polimenorea* 10,5%, dan gangguan campuran sebanyak 15,8% (Depkes RI, 2009).

Sedangkan Menurut survei kesehatan reproduksi Indonesia (SKRRI) remaja adalah laki – laki dan perempuan yang berusia 15 – 24 tahun (Wijaya, 2009). Menurut Depkes RI Husni (2010) dalam Kusyani (2012), data sensus BPS 2010 di Kabupaten Jombang jumlah penduduk 1.201.557 jiwa terdiri dari 597.219 jiwa (49,70%) laki – laki dan 604.338 jiwa (50,29%) perempuan. Sedangkan menurut data penduduk tahun 2011 di Desa

Tambakrejo Kecamatan Tambakberas Kabupaten Jombang jumlah penduduk 6.377 jiwa terdiri dari 3.186 jiwa (49,96%) laki – laki dan 3191 jiwa (50,03%) perempuan. Jumlah remaja di Desa Tambakrejo Kecamatan Tambakberas Kabupaten Jombang terdiri dari 1.018 jiwa (15,96%) laki – laki dan 2.037 jiwa (31,94%) perempuan. Jumlah ini relatif cukup besar, karena mereka akan menjadi generasi penerus yang akan menggantikan kita di masa yang mendatang. Status atau keadaan kesehatan mereka saat ini akan sangat menentukan kesehatan mereka disaat dewasa, khususnya bagi perempuan, terutama mereka yang menjadi ibu dan melahirkan.

Stres adalah respon tubuh yang sifatnya non spesifik terhadap tuntutan beban yang merupakan respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (*stressor*). Stresor dapat mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stress mental, perubahan perilaku, masalah – masalah dalam interaksi dengan orang lain dan keluhan – keluhan fisik lain yang salah satunya adalah gangguan siklus menstruasi (Sriati, 2008).

Stres diketahui sebagai faktor penyebab (etiologi) terjadinya gangguan siklus menstruasi. Kebanyakan wanita mengalami sejumlah perubahan dalam siklus menstruasi selama reproduksi. Dalam pengaruhnya terhadap siklus menstruasi, stres melibatkan sistem hormonal sebagai sistem yang berperan besar pada reproduksi wanita (Perdanakusuma, 2010).

Badan kesehatan dunia (WHO) menyebutkan bahwa 3 per mil dari sekitar 32 juta penduduk di Jawa Tengah menderita kegilaan dan 19 per mil lainnya menderita stres. Jumlah tersebut jika dipersentasekan, maka jumlahnya mencapai sekitar 2,2 persen dari total penduduk Jawa Tengah (balitbang jateng, 2007).

Menstruasi merupakan proses biologis yang terkait dengan pencapaian kematangan seks, kesuburan, ketidakhamilan, normalitas, kesehatan tubuh, dan bahkan pembaharuan tubuh itu sendiri. (Abdullah, 2009). Secara kematangan seksual (menstruasi, kematangan fisik) ini disebabkan antara lain oleh konstitusi fisik individual, ras, suku bangsa, iklim, cara hidup, dan lingkungan. Kondisi fisik yang kurang terjaga atau penyakit yang dialami seorang remaja putri dapat memperlambat datangnya menstruasi. Disamping itu rangsangan – rangsangan dari luar seperti : film – film seks, buku bacaan atau majalah seks, godaan, dan rangsangan dari kaum laki – laki dapat mengakibatkan reaksi seksual dan juga mengakibatkan kematangan seksual yang lebih cepat dari anak sewajarnya.(Guntoro, 2009).

Selama masa menstruasi kebanyakan remaja putri sering mengalami ketidaknyamanan dalam bentuk kram perut, yaitu rasa sakit dibagian bawah perut yang kadang meluas ke pinggang, punggung bagian bawah atau paha. Bahkan ada yang merasa mual, muntah, atau diare. Sedikit kram perut pada hari pertama atau kedua menstruasi yang terjadi merupakan hal yang biasa. Lebih dari 50% perempuan mengalaminya. Namun hanya sekitar 10% perempuan mengalami rasa sakit yang demikian hebat hingga perlu minum

obat untuk dapat mengatasi rasa sakit tersebut. Bila tidak ada kelainan ginekologis, rasa nyeri tersebut disebut *dismenore primer*. *Dismenore primer* sering terjadi, kemungkinan lebih dari 50% perempuan mengalaminya dan 15% diantaranya mengalami nyeri yang hebat. Biasanya *dismenore primer* timbul pada masa remaja, yaitu sekitar 2 – 3 tahun setelah menstruasi pertama. Selain mengalami kram perut, seringkali remaja putri mengalami menstruasi yang tidak teratur. Hal ini dapat disebabkan karena perubahan kadar hormon akibat stres atau sedang dalam keadaan emosi. Disamping itu, perubahan drastis dalam porsi olahraga atau perubahan berat badan yang drastis juga dapat menyebabkan menstruasi yang tidak teratur. Rasa ketidaknyamanan terhadap menstruasi menimbulkan perilaku yang berbeda – beda antara satu remaja dengan remaja lainnya antara lain perilaku penentangan untuk membersihkan dirinya, menyembunyikan semua pakaian yang kotor dalam laci – laci atau disudut lemari, tidak mau melakukan aktivitas sehari – hari seperti tidak mau berenang, berolahraga, beribadah. Semua ini menjadi pengalaman yang kurang menyenangkan (Anurogo, 2009).

Gangguan pada siklus menstruasi dipengaruhi oleh gangguan pada fungsi hormon, kelainan sistemik, stres, kelenjar gondok, dan hormon prolaktin yang berlebihan. Gangguan pada siklus menstruasi terdiri dari tiga, yaitu : siklus menstruasi pendek yang disebut juga dengan *Polimenore*, siklus menstruasi panjang atau *oligomenore*, dan *amenore* jika menstruasi tidak datang dalam 3 bulan berturut – turut (Isnaeni, 2010).

Menurut Desi (2010) dalam Mesarini dan Astuti (2013), Prevelensi siklus menstruasi abnormal berdasarkan evaluasi medis, terdapat 9 – 13% wanita reproduksi mengalami siklus tidak teratur. Dari data beberapa hasil studi dikatakan bahwa pelajar perawat di Kusyu University dilaporkan sebanyak 34% mengalami menstruasi tidak teratur akibat stres kemudian penelitian di Jepang terdapat 63% pelajar mahasiswa mengalami menstruasi tidak teratur.

Menurut Wolfenden (2010), dalam Andnyani (2013) siklus menstruasi yang tidak teratur seperti *oligomenore* dapat disebabkan karena beberapa faktor seperti Stres, beban pikiran atau stres sangat berpengaruh terhadap kondisi tubuh, termasuk periode menstruasi.

Beberapa studi, menyatakan bahwa prevalensi pada populasi wanita usia 18 – 55 tahun mengalami gangguan dengan menstruasinya dan juga dari hasil penelitian pelajar lebih sering menunjukkan variasi menstruasi yang bermasalah, seperti menstruasi tidak teratur. Siklus menstruasi yang abnormal berhubungan dengan stres psikologi dan dari hasil penelitian beberapa studi juga menjelaskan bahwa sewaktu stres terjadi aktivitas *aksis hipotalamus – pituitary – adrenal* bersama – sama dengan sistem saraf autonom yang menyebabkan beberapa perubahan, diantaranya pada sistem reproduksi yakni siklus menstruasi yang abnormal. Hasil studi yang dilakukan pada mahasiswa D3 Kebidanan tingkat 3 di Stikes Bahrul Ulum Tambakberas Jombang di laporkan, berdasarkan data pada 43 mahasiswa D3 kebidanan tingkat 3 didapatkan 23 wanita (53,4%) mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi

dan 20 wanita (46,65%) mengalami siklus menstruasi teratur (Kusyani , 2012).

Dalam RISKESDAS (2010) dinyatakan bahwa persentase perempuan usia 10 – 59 tahun di Sulawesi Selatan yang mengalami haid tidak teratur sebesar 14,5%. Lebih rinci lagi, sebanyak 11,7% remaja berusia 15 – 19 tahun di Indonesia mengalami haid tidak teratur dan sebanyak 14,9% perempuan yang tinggal di daerah perkotaan di Indonesia mengalami haid tidak teratur. Alasan haid tidak teratur pada perempuan usia 10 – 59 tahun di Sulawesi Selatan adalah 0,5% karena sakit, 4,6% masalah KB, 2,3% menopause, 6,9% lain – lain, dan 11,3 % tidak mengetahui alasannya (litbang depkes, 2010).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti, terdapat 5 dari 20 mahasiswi Asrama Kalimantan Barat mengalami siklus haid tidak teratur. Maka peneliti sangat tertarik untuk meneliti hubungan tingkat stres dengan siklus haid pada mahasiswi Asrama Kalimantan Barat.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latar belakang dan survei pendahuluan yang dilakukan, maka dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut “apakah ada hubungan tingkat stres dengan siklus haid pada mahasiswi Asrama Kalimantan Barat ?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui apakah ada hubungan tingkat stres dengan siklus haid pada mahasiswi Asrama Kalimantan Barat.

2. Tujuan Khusus

- a. Mendeskripsikan tingkat stres pada mahasiswi di Asrama Kalimantan Barat.
- b. Mendeskripsikan siklus haid tidak teratur pada mahasiswi di Asrama Kalimantan Barat.
- c. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan siklus haid pada mahasiswi di Asrama Kalimantan Barat.

D. Manfaat Penelitian

Adapun manfaat bagi peneliti adalah :

1. Manfaat Teoritis

Sebagai referensi dalam menambah wawasan pengetahuan di bidang ilmu keperawatan dan kesehatan.

2. Manfaat Praktis

- a. Bagi mahasiswi, memberikan informasi kepada mahasiswi mengenai hubungan tingkat stres dengan siklus haid pada mahasiswi Asrama Kalimantan Barat.

- b. Bagi instansi pendidikan, dapat digunakan sebagai bahan kajian dalam pembelajaran mata kuliah kesehatan, keperawatan maternitas dan sebagai referensi bagi peneliti selanjutnya.
- c. Bagi penulis menambah pengetahuan sekaligus tugas akhir.

E. Keaslian Penelitian

Penelitian mengenai hubungan tingkat stres dengan siklus haid pada mahasiswi Asrama Kalimantan Barat belum pernah dilakukan, tetapi ada beberapa penelitian yang mendukung penelitian ini :

1. Fardiansyah (2014), meneliti tentang “*Gambaran stress dengan siklus menstruasi pada siswi menengah atas negeri 1 Wangi – Wangi Kabupaten Wakatobi*”. Penelitian ini bersifat *deskriptif analitik* dengan menggunakan *study cros sectional* yang merupakan rancangan penelitian dengan melakukan pengukuran atau pengamatan dilakukan pada satu saat bersamaan (sekali waktu), untuk melihat gambaran tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Wangi – Wangi, Kabupaten Wakatobi.

Uji statistik pada penelitian ini hanya terdiri dari uji univariat. Uji univariat ini dilakukan terhadap variabel – variabel dari hasil penelitian, kemudian analisis ini menghasilkan distribusi dan presentasi dari tiap – tiap variabel – variabel.

Menunjukkan bahwa distribusi responden berdasarkan tingkat stres siswi, ditemukan frekuensi terbanyak adalah stres berat yaitu

sebanyak 45 orang siswi (52,3%), sedangkan sebagian lainnya mengalami stres sedang yaitu sebanyak 41 orang siswi (47,7%).

Hasil penelitian yang dilakukan pada responden dengan jumlah responden sebanyak 86 orang siswi, yang bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi SMAN 1 Wangi – Wangi dengan menggunakan alat ukur berupa kuisioner. menunjukkan bahwa dari 86 responden yang menjadi subjek penelitian, sebagian besar responden mengalami siklus menstruasi tidak normal yaitu terdapat 48 orang siswi (55,8%) dan diikuti dengan siklus menstruasi normal yaitu sebanyak 38 orang siswi (44,2%).

Persamaan antara keaslian peneliti dengan peneliti yang akan dilakukan terletak pada variabel terikat, metode penelitian. Perbedaannya terletak pada variabel bebas, waktu, tempat, jumlah populasi.

2. Kusyani (2012), meneliti tentang “*Hubungan Tingkat Stress Dengan Ketidakteraturan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa D3 Kebidanan Tingkat 3 Di Stikes Bahrul Ulum Tambakberas Jombang*”. Desain penelitian ini menggunakan metode *case control* yaitu membandingkan antara variabel satu dengan variabel yang kedua untuk mengetahui proporsi kejadian berdasarkan riwayat ada tidaknya paparan. Untuk mengetahui hubungan antara variabel, dilakukan uji statistik *Rank Spearman* yaitu uji statistik yang dilakukan untuk mengetahui ada hubungan antara dua variabel yaitu variabel bebas dan variabel tergantung yang berskala ordinal dan nominal yang dilakukan dengan

bantuan program (SPSS) (Sugiyono, 2009). Dimana $\alpha < 0,01$ maka ada hubungan tingkat *stress* dengan ketidakteraturan siklus menstruasi pada mahasiswa D3 kebidanan, sedangkan $\alpha > 0,01$ tidak ada hubungan tingkat *stress* dengan ketidakteraturan siklus menstruasi pada mahasiswa D3 kebidanan tingkat 3. Berdasarkan tabel tabulasi silang diatas menunjukkan tingkat *stress* pada mahasiswa D3 Kebidanan tingkat 3 seluruh yaitu 15 orang (100%) mengalami tingkat *stress* yang sangat berat, 5 orang (100%) mengalami tingkat *stress* ringan, 7 orang (100%) mengalami tingkat *stress* sedang, 6 orang (100%) mengalami tingkat *stress* berat. Sedangkan ketidakteraturan siklus menstruasi pada mahasiswa D3 Kebidanan tingkat 3 hampir seluruh yaitu 37 orang (86,0%) mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur.

Sedangkan hasil analisis menggunakan uji *rank spearman* dengan $\alpha 0,01$ didapat $P (0,000) < \alpha (0,01)$, maka H_1 diterima berarti ada hubungan tingkat *stress* dengan ketidakteraturan siklus menstruasi.

Arah dan keamatan hubungan ditunjukkan dengan koefisien korelasi (0,535) positif (searah) artinya semakin tinggi tingkat *stress* maka siklus menstruasi semakin tidak teratur dengan keamatan hubungan agak lemah / rendah.

Persamaan antara keaslian peneliti dengan peneliti yang akan dilakukan terletak pada variabel terikat, variabel bebas, metode pendekatan *cross sectional*, Perbedaannya terletak pada,metode penelitian, waktu, tempat, jumlah populasi.

3. Sulistina (2009), meneliti tentang “*Hubungan Pengetahuan Menstruasi Dengan Perilaku Kesehatan Remaja Puteri Tentang Menstruasi Di SMPN I Trenggalek*”. Menggunakan *kuantitatif deskriptif analitik* dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Analisa univariat ini dilakukan terhadap tiap variabel dari hasil penelitian.

Pada umumnya hanya menghasilkan distribusi dan persentase dari tiap variabel. (Notoatmodjo, 2005) Peneliti menggunakan analisa univariat berupa distribusi frekuensi dari variabel – variabel yang diteliti untuk mendapatkan persentase subyek menurut pengetahuan remaja puteri tentang menstruasi dan perilaku kesehatan remaja puteri tentang menstruasi. Populasi penelitian adalah siswi kelas I SMPN I Trenggalek sejumlah 146 siswi, diambil sampel 107 siswi dengan kriteria inklusi siswi yang telah mengalami menstruasi dalam keadaan sehat jasmani rohani yang diambil secara acak menggunakan sistem lotere. Teknik pengumpulan data menggunakan instrumen kuesioner.

Berdasarkan data yang diperoleh menunjukkan bahwa sebagian besar siswi di SMPN I Trenggalek mempunyai tingkat pengetahuan baik tentang menstruasi dan berperilaku baik dalam menghadapi menstruasi dan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan menstruasi dengan perilaku kesehatan remaja puteri tentang menstruasi. kriteria baik untuk tingkat pengetahuan dan kriteria baik untuk perilaku kesehatan yaitu sebesar 49 siswi (45,80%) dengan umur tertinggi berada pada kelompok umur 13 tahun.

Sedangkan untuk pengetahuan dan perilaku terendah berada pada kriteria baik (pengetahuan) buruk (perilaku) dan kriteria cukup (pengetahuan). Buruk (perilaku) sejumlah 1 siswi (0,93%) dengan umur tertinggi 12 dan 13 tahun (1). Hasil uji *Chi square* dengan derajat kebebasan (df) = 2 dan tingkat kepercayaan = 0,05 didapatkan nilai (c2) hitung = 29,294 > (c2) tabel = 5,991 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan menstruasi dengan perilaku kesehatan remaja putri tentang menstruasi.

Persamaan antara keaslian peneliti dengan peneliti yang akan dilakukan terletak pada variabel terikat, metode penelitian dengan rancangan penelitian *cross sectional*. Perbedaan antara keaslian peneliti dengan penelitian yang akan dilakukan terletak pada tempat, jumlah populasi, waktu.