

## **BAB I PENDAHULUAN**

### **A. Latar belakang**

Masa remaja adalah transisi dari kanak-kanak menjadi dewasa, yang mencakup semua perubahan yang terjadi dalam persiapan menuju masa dewasa. Menurut WHO batasan usia remaja adalah 10 sampai 24 tahun (WHO dalam Saerang et al., 2014). Setiap remaja mengalami perubahan fisik maupun psikis, perubahan ini meliputi semua perkembangannya yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. Salah satunya adalah perkembangan fungsi organ reproduksi. Masa remaja merupakan suatu periode pematangan organ reproduksi manusia dan sering disebut pubertas (Fadillah et al., 2022).

Secara alamiah setiap remaja putri akan mengalami perubahan hormonal bulanan yang memicu terjadinya siklus reproduksi. Hormon estrogen dan progesteron akan mempengaruhi terjadinya perubahan fisiologis pada ovarium dari uterus perempuan sebagai persiapan untuk terjadinya pembuahan sel telur. Namun apabila pembuahan tidak terjadi dengan sendirinya akan berlangsung menjadi menstruasi (Angrainy et al., 2020)

Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium (Manggul & Syamsudin, 2016). Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 21-35 hari setiap kali periode menstruasi. Pada dasarnya setiap wanita mengalami ketidakteraturan siklus menstruasi,

biasanya siklus menstruasi dapat maju dan mundur dalam waktu beberapa hari. Siklus haid menjadi tidak teratur bila terjadi ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron (Emi Yulita, 2019). Siklus menstruasi normal secara fisiologis menggambarkan organ reproduksi cenderung sehat dan tidak bermasalah. Siklus menstruasi sangat penting dalam reproduksi wanita karena akan mempengaruhi suatu rangkaian perubahan dalam sistem reproduksi wanita, tetapi banyak wanita yang mengalami gangguan siklus menstruasi sehingga akan berdampak pada kesehatan. (Anggraeni et al., 2022)

Menurut laporan *World Health Organization* (WHO) prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita sekitar 45% (2020). Data prevalensi rata-rata wanita umur 10-19 tahun yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur di Indonesia sebesar 13,7%, sementara prevalensi di DKI Jakarta mencapai 17,2%. Persentase tertinggi haid tidak teratur terdapat di daerah Gorontalo 23,3% dan terendah di Sulawesi Tenggara 8,7%, di Maluku Utara sebesar 15,7% siklus menstruasi pada wanita sekitar 45% (Riskesdas, 2018). Dan menurut Profil Kesehatan Provinsi Lampung (2019), siklus haid dalam satu tahun terakhir di Provinsi Lampung wanita berusia 15-49 tahun melaporkan 72,1% haid teratur, 8,4% belum haid dan 8,8% haid tidak teratur.

Salah satu penyebab gangguan menstruasi pada wanita adalah faktor stres, yang merupakan fenomena universal yang setiap orang bisa mengalaminya yang berdampak pada fisik, sosial, emosi, intelektual, dan

spiritual (Anggraeni et al., 2022). Pada usia remaja seringkali rawan terhadap stres perubahan psikologis remaja mengalami perubahan emosi yang tidak stabil sehingga dapat mempengaruhi remaja dalam menghadapi dan memecahkan masalah yang sedang dialami. Keadaan emosi yang selalu berubah-ubah akan menyebabkan remaja sulit memahami diri sendiri dan akan mendapatkan jalan yang buntu. Apabila masalah tidak ditangani secara benar, maka akan menimbulkan stres pada remaja, namun berbeda dengan usia dewasa yaitu perubahan pada perilaku emosionalnya dan lebih mampu mengontrol stres sehingga bisa mencegah terjadinya stres yang lebih berkelanjutan. Hal ini sesuai dengan teori (Sa'id, 2015, 54) dimana pada usia dewasa mengalami banyak perubahan kognitif, emosional dan sosial, mereka berpikir lebih kompleks, sehingga mampu mengendalikan terjadinya stres dan mampu mencegah terjadinya stres secara berkelanjutan (Wahyuningsih, 2018)

Seorang mahasiswa dituntut untuk menyelesaikan studinya sesegera mungkin. Umumnya di masa akhir studinya, mahasiswa diberikan tugas akhir yang sering disebut dengan skripsi. Tidak sedikit mahasiswa yang mengalami stres pada proses penyelesaian tingkat akhir. Peristiwa yang dianggap sebagai pemicu stress terjadi jika sudah diluar kendali, tidak dapat diprediksi dan menantang batas-batas kemampuan manusia sehingga menimbulkan konflik dalam diri seseorang. Apabila konflik tersebut tidak dapat ditangani maka akan menimbulkan

ketidaknyamanan dalam diri individu dan memicu timbulnya stress (Emi Yulita, 2019).

Stres digunakan secara bergantian untuk menjelaskan berbagai stimulus dengan insentias berlebihan yang tidak disukai berupa respon fisiologis, perilaku dan subjektif terhadap stresor, konteks yang menjabatani pertemuan antara individu dengan stimulus yang membuat stres, pada usia subur stress sangat mempengaruhi pada keseimbangan hormonal, sehingga sering mengganggu siklus menstruasi. stres melibatkan system *neuroendokrinologi* sebagai sistem yang besar peranannya dalam reproduksi wanita (Angrainy et al., 2020). Stres dapat memicu pelepasan hormon kortisol yang merupakan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Hormone kortisol telah diatur oleh kelenjar pituitar dan hipotalamus otak, hipotalamus memulai kerjanya, hormone FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dikeluarkan oleh hipofisis, dan menstimulasi ovarium sehingga menghasilkan estrogen. Ketidakteraturan siklus menstruasi dipengaruhi oleh produksi estrogen dan progesterone akibat gangguan hormone FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Lutenizing Hormon*) (Prawirohardjo, 2011)

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Damayanti et al., (2020) dan Saerang et al., (2014) menjelaskan bahwa terdapat hubungan stress dengan siklus menstruasi. Hal ini dikarenakan mahasiswi merasakan lelah setelah mengerjakan tugas, khawatir jika ujiannya tidak lulus serta merasakan detak jantung yang lebih keras dari biasanya. Selain itu stres yang

dialami mahasiswi disebabkan karena aktivitas diluar kampus seperti praktek atau dinas di rumah sakit. Namun, sebagian besarmahasiswi telah melakukan coping yang adaptif sehingga stres yang mereka alami masih dalam tingkat normal.

Dari prasurvey yang peneliti lakukan pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan Universitas Muhammadiyah Pringsewu berdasarkan hasil wawancara sederhana terhadap 10 mahasiswi didapatkan 7 mahasiswi merasa kesulitan saat mengerjakan skripsi, merasa terbebani dan gugup karena harus menyelesaikan skripsi tepat waktu, memiliki gangguan kesehatan, mengalami perubahan suasana hati saat mengerjakan skripsi. Sedangkan 3 dari 10 mahasiswi tidak merasakan kesulitan pada saat mengerjakan skripsi, selama mengerjakan skripsi tidak ada gangguan kesehatan tidak mengalami perubahan suasana hati. Sementara 6 mahasiswi mengatakan siklus haid tidak normal dan 4 mahasiswi mengatakan siklus haid normal

Jika dibandingkan dengan mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan Universitas Aisyah Pringsewu peneliti melakukan wawancara terhadap 10 mahasiswi didapatkan 6 mahasiswi merasa kesulitan saat mengerjakan skripsi, merasa terbebani dan gugup karena harus menyelesaikan skripsi tepat waktu, memiliki gangguan kesehatan, mengalami perubahan suasana hati saat mengerjakan skripsi. Sedangkan 4 dari 10 mahasiswi tidak merasakan kesulitan pada saat mengerjakan skripsi, selama mengerjakan skripsi tidak ada gangguan kesehatan tidak mengalami perubahan suasana

hati. Sementara 7 mahasiswi mengatakan siklus haid normal dan 3 mahasiswi mengatakan tidak normal

Berdasarkan uraian diatas, peneliti tertarik untuk meneliti dengan judul “Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Tingkat Akhir S1 Keperawatan Di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2023”. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di universitas muhammadiyah pringsewu tahun 2023.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan dari latar belakang diatas, maka rumusan masalah yang dikemukakan yaitu “apakah ada hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi S1 keperawatan tingkat akhir di Universitas Muhammadiyah Pringsewu tahun 2023”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Diketahui hubungan stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu tahun 2023

### **2. Tujuan khusus**

- a. Diketahui distribusi frekuensi usia pada mahasiswi tingkat akhir S1 keperawatan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2023

- b. Diketahui distribusi frekuensi stres pada mahasiswa tingkat akhir S1 keperawatan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2023
- c. Diketahui distribusi frekuensi siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir S1 keperawatan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2023
- d. Diketahui hubungan stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir S1 keperawatan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu Tahun 2023

#### **D. Ruang lingkup**

##### 1. Jenis penelitian

Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasi dengan desain penelitian cross sectional

##### 2. Variable penelitian

Variable independen dalam penelitian tersebut adalah stres

Variable dependen dalam penelitian tersebut adalah siklus menstruasi

##### 3. Sasaran penelitian

Sasaran penelitian ini adalah mahasiswa tingkat akhir S1 keperawatan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu

##### 4. Lokasi penelitian

Penelitian ini telah dilakukan di Universitas Muhammadiyah Pringsewu

##### 5. Waktu penelitian

Penelitian ini telah dilaksanakan dengan mengambil data primer pada bulan Maret 2023

6. Metode penelitian

Instrument penelitian ini adalah pengisian kuesioner. Uji statistic yang digunakan adalah uji statistik non parametrik yaitu Chi-square.

**E. Manfaat penelitian**

**1. Teoritis**

- a. Sebagai salah satu masukan dan referensi dalam pengembangan ilmu pengetahuan.
- b. Sebagai sarana pengembangan ilmu kesehatan reproduksi.
- c. Sebagai bahan acuan atau bahan perbandingan bagi mereka untuk penelitian selanjutnya.

**2. Praktik**

Bagi Tempat penelitian, dapat menambah pengetahuan dan wawasan, serta sebagai bahan evaluasi kemampuan diri mahasiswa