

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG

Remaja merupakan individu yang mengalami pubertas dimana terjadi perubahan-perubahan dari kecil menuju masa dewasa. Masa remaja dicirikan dengan berubahnya bentuk fisik, psikolog serta sudah matangnya reproduksi. Dimasa remaja seorang wanita, salah satu tanda primer adalah pubertas yakni terjadinya mens yang pertama kali keluar (*Menarche*). Pada kali pertama sehabis darah mens keluar untuk pertama kalinya, siklus dan waktu menstruasi tidak sepenuhnya akan teratur. Pada masa pubertas kebanyakan dimulai pada umur (8 sampai 10 tahun) dan akan berhenti pada usia dibawah 16 tahun (WHO,2015). Remaja diartikan sebagai penduduk dalam rentang umur (10- 18) tahun dan menurut Badan kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang umur remaja adalah 10-24 tahun dan belum berkeluarga (Infodatin Reproduksi Remaja, 2020).

Laporan WHO (2020) prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita sekitar 45%. Data Riset Kesehatan Dasar (2018), menjelaskan bahwa di Indonesia, wanita usia 10-59 tahun mengalami masalah menstruasi tidak teratur sebanyak 13,7 % dalam 1 tahun. Gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur pada perempuan Indonesia usia 17-29 tahun serta 30-34 tahun cukup banyak yaitu sebesar 16,4%. Adapun alasan yang dikemukakan perempuan yang mempunyai siklus menstruasi tidak teratur dikarenakan gangguan psikis dan banyak pikiran sebesar 5,1% (Yuni & Ari, 2020). Dampak dari siklus menstruasi yang tidak teratur yang tidak segera ditangani dengan baik dan benar adalah adanya gangguan kesuburan (*infertilitas*), memicu terjadinya anemia defisiensi besi dan *osteoporosis*. Ketidakteraturan siklus menstruasi juga menjadi indikator penting untuk menunjukkan adanya gangguan sistem reproduksi yang nantinya dapat dikaitkan dengan

peningkatan risiko berbagai penyakit pada sistem reproduksi, antara lain kanker endometrium dan hiperplasia endometrium (Wardani, 2022).

Menurut WHO (2021) gangguan emosi sering terjadi pada remaja. Gangguan kecemasan (yang mungkin melibatkan rasa panik atau kekhawatiran yang berlebihan) adalah yang paling umum terjadi pada kelompok usia ini dan lebih sering terjadi pada remaja yang lebih tua dibandingkan remaja yang lebih muda. Diperkirakan 3,6% anak usia 10–14 tahun dan 4,6% anak usia 15–19 tahun mengalami gangguan kecemasan. Depresi diperkirakan terjadi pada 1,1% remaja berusia 10–14 tahun, dan 2,8% pada remaja berusia 15–19 tahun. Depresi dan kecemasan memiliki beberapa gejala yang sama, termasuk perubahan suasana hati yang cepat dan tidak terduga (WHO:2021). Berdasarkan Riskesdas tahun 2018 (Ditjen P2 Masalah Kesehatan Jiwa dan NAPZA:2020) pada penduduk usia >15 tahun yang mengalami Gangguan Mental Emosional prevalensinya meningkat yaitu 9,8 % (sekitar 19 juta orang), dibandingkan Riskesdas tahun 2013 sebesar 6 %.

Dalam survei *Indonesia – National Adolescent Mental Health Survey* (I-NAMHS) pada bulan Juni 2023, 26 % remaja perempuan Indonesia mengalami kecemasan. Kecemasan merupakan masalah kesehatan mental yang paling lazim baik bagi remaja laki-laki (25.4%) dan remaja perempuan (28.2%). Kecemasan mengakibatkan perubahan sistemik dalam tubuh khususnya pada sistem saraf. Kecemasan memicu lepasnya hormon kortisol dimana hormon kortisol akan menekan hipotalamus dan mengganggu kerja dan fungsi hipotalamus, yang salah satunya adalah mensekresi hormon menstruasi *follicle stimulating hormone* (FSH) dan *lutinizing hormone* (LH). Terjadi perubahan prolaktin atau endogeneous opiat yang memengaruhi elevasi kortisol basal sehingga menurunkan hormon LH. Apabila terjadi gangguan pada hormon LH dan FSH, maka akan mempengaruhi produksi estrogen dan progesterone sehingga akan menyebabkan ketidakteraturan siklus menstruasi (Kusmiran,2016).

Hasil penelitian tentang Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Siklus Menstruasi Remaja Putri yang dilakukan oleh Ai Rita Suherman (2023) diketahui bahwa dari 57 responden didapatkan siklus menstruasi normal 32 remaja putri (56,1%) dan siklus menstruasi oligomenorea 25 remaja putri (43,9%) dengan p-value:0,003. Penelitian dari Shindy Novita (2023) tentang Gambaran Tingkat Kecemasan Remaja Putri saat Mengalami Menarche di Sekolah Dasar Muhammadiyah 1 Denpasar. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 60 responden, mayoritas responden berada pada kategori tingkat kecemasan berat sebanyak 31 responden (51,7%), kecemasan berat sekali sebanyak 14 responden (23,3%), kecemasan sedang sebanyak 11 responden (18,3%), kecemasan ringan sebanyak 4 responden (6,7%). Untuk itu diharapkan remaja putri dapat mengendalikan kecemasannya dengan baik khususnya pada saat mengalami menstruasi pertama kali dengan cara beristirahat dengan cukup dan tetap rileks.

SMK YPIB Tumijajar adalah salah satu Satuan Pendidikan Swasta yang dinaungi oleh Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Provinsi Lampung yang beroperasi di kecamatan Tumijajar tepatnya di kelurahan Murnijaya. Terdapat Satuan Pendidikan Nasional dan Swasta (SMK/SMKS) di Kecamatan Tumijajar. Berdasarkan data dari SMK YPIB Tumijajar tahun ajaran 2023/2024 diketahui jumlah seluruhnya sebanyak 88 orang, yang terdiri dari dua jurusan, yaitu Asisten keperawatan dan Asisten Farmasi. Jumlah siswa pada Asisten Keperawatan sebanyak 22 siswa dan Asisten Farmasi sebanyak 66 orang. Untuk siswa kelas X sebanyak 2 kelas yaitu Asisten Farmasi dan Asisten Keperawatan dengan jumlah siswa sebanyak 28 orang yang terdiri dari 3 laki-laki dan 25 perempuan, kelas XI sebanyak 2 kelas dengan jumlah siswa sebanyak 33 orang yang terdiri dari 5 laki-laki dan 28 perempuan dan kelas XII sebanyak 2 kelas dengan jumlah siswa sebanyak 27 orang yang terdiri dari 5 laki-laki dan 22 perempuan. Penelitian ini dilakukan pada remaja putri(siswa perempuan) kelas X,XI dan XII.

Pada penelitian ini, sebelumnya peneliti melakukan survei awal pada 16-20 Oktober 2023 ke beberapa Satuan Pendidikan Nasional/Swasta

(SMK/SMKS) di kecamatan Tumijajar. Yaitu pada SMK YPIB Tumijajar, SMK Muhammadiyah Tumijajar, dan SMK As-sunniah dengan mewawancarai 10 remaja putri dengan memberikan dua pertanyaan yaitu siklus menstruasi yang teratur atau tidak teratur dan ada atau tidaknya kecemasan pada remaja putri tersebut.

Peneliti mendapatkan data dari jawaban 10 remaja putri dari 3 sekolah tersebut yaitu pada remaja putri pada SMK YPIB Tumijajar, dimana jumlah total keseluruhan remaja ada 88 dengan remaja putra berjumlah 11 orang didapatkan remaja putri 77, dengan melakukan wawancara 10 orang didapatkan remaja putri yang mengalami kecemasan seluruhnya sebanyak 6 responden (7,79%), ragu-ragu sebanyak 2 responden (2,59%) dan tidak mengalami kecemasan 2 responden (2,59%). Serta pada remaja putri SMK YPIB yang mengalami perubahan siklus menstruasi sebanyak 6 responden (7,79%), responden yang tidak mengalami perubahan siklus menstruasi sebanyak 4 responden (5,19%).

Pada SMK Muhammadiyah Tumijajar yang mempunyai sekitar 1100 orang remaja dengan remaja putri sekitar 735 orang. Melalui wawancara 10 remaja putri, yang mengalami kecemasan adalah 3 responden (0,41%), tidak mengalami kecemasan 7 responden (0,95%). Serta pada remaja putri SMK Muhammadiyah Tumijajar yang mengalami perubahan siklus menstruasi yaitu 3 responden (0,41%), responden yang tidak mengalami perubahan siklus menstruasi 7 responden (0,95%). Pada SMK As Sunniah dengan total remaja 98 orang, dengan remaja putri 82 orang. Peneliti melakukan wawancara terhadap 10 remaja putri pada SMK As Sunniah didapatkan remaja putri yang mengalami kecemasan yaitu 3 responden (3,65%), tidak mengalami kecemasan 7 responden (8,53%). Dan remaja putri SMK As Sunniah yang mengalami perubahan siklus menstruasi 5 responden (6,09%), responden yang tidak mengalami perubahan siklus menstruasi sebanyak 5 responden (6,09%).

Berdasarkan data diatas, peneliti melakukan penelitian di SMK YPIB Tumijajar karena berdasarkan survei awal yang dilaksanakan dengan wawancara sebanyak 10 remaja putri. Didapatkan remaja putri yang

mengalami kecemasan seluruhnya sebanyak 6 responden, ragu-ragu sebanyak 2 responden dan tidak mengalami kecemasan 2 responden . Serta pada remaja putri SMK YPIB yang mengalami perubahan siklus menstruasi sebanyak 6 responden, remaja putri yang tidak mengalami perubahan siklus menstruasi sebanyak 4 responden. Hasil wawancara diperoleh bahwasannya remaja putri merasa cemas, takut, dalam proses pembelajaran yang sedang ditempuh, kecemasan terhadap diri sendiri dan kecemasan ketika siklus menstruasinya tidak teratur setiap bulannya, serta peranan lingkungan sekitar yang menyebabkan pemikiran negatif muncul pada remaja putri sehingga mengalami kecemasan dan kekhawatiran. Hal ini terjadi karena kurangnya pemahaman serta edukasi kesehatan mengenai menstruasi yang belum di dapatkan dari orang tua, sekolah mengenai kecemasan dan apa saja yang menimbulkan siklus menstruasi menjadi tidak teratur.

Berdasarkan studi pendahuluan dan latar belakang tersebut peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Perubahan Siklus Menstruasi Pada siswi Di SMK YPIB Tumijajar”

B. Identifikasi Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan perubahan siklus menstruasi pada remaja putri?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Diketahui hubungan tingkat kecemasan dengan perubahan siklus menstruasi pada remaja putri SMK YPIB Tumijajar Tahun 2023.

2. Tujuan Khusus

a. Diketahui gambaran karakteristik usia remaja putri di SMK YPIB Tumijajar Tahun 2023.

b. Diketahui gambaran tingkat kecemasan remaja putri di SMK YPIB Tumijajar Tahun 2023.

c. Diketahui gambaran siklus menstruasi remaja putri di SMK YPIB Tumijajar Tahun 2023.

- d. Diketahui hubungan tingkat kecemasan dengan perubahan siklus menstruasi remaja putri di SMK YPIB Tumijajar Tahun 2023.

D. Ruang Lingkup

1. Variabel penelitian : Variabel independen adalah tingkat kecemasan, dan Variabel dependen adalah siklus menstruasi.
2. Objek penelitian : remaja putri sesuai kriteria inklusi dan eksklusi
3. Tempat penelitian : SMK YPIB Tumijajar
4. Waktu penelitian : Oktober 2023
5. Metode penelitian : *Cross sectional*.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini secara teoritis diharapkan dapat memberi tambahan pengetahuan remaja putri tentang siklus menstruasi.

2. Manfaat Praktisi

a. Bagi Remaja Putri

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi, pengetahuan dan menambah pemahaman pada remaja putri terhadap kecemasan dan siklus menstruasi.

b. Bagi Sekolah

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi dan masukan untuk SMK YPIB Tumijajar dalam memberikan konseling tentang kecemasan dan gangguan siklus menstruasi.

c. Bagi Institusi

Dapat digunakan sebagai bahan referensi atau bahan bacaan di perpustakaan untuk mahasiswa/i khususnya yang berkaitan dengan kecemasan dan gangguan siklus menstruasi.

d. Bagi Peneliti Selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi

tambahan dan sebagai sumber awal untuk mengembangkan penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan kecemasan dan gangguan siklus menstruasi.