

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi atau haid adalah perubahan fisiologis dalam tubuh wanita yang terjadi secara berkala yang dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Periode menstruasi sangat penting dalam kesehatan reproduksi, periode tersebut bisa terjadi setiap bulan antara usia pubertas dan berhenti bereproduksi. Siklus menstruasi rata-rata terjadi sekitar 28 hari. Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 21-35 hari setiap kali periode menstruasi.⁷ Siklus menstruasi tidak selalu normal yang setiap bulan mengalami menstruasi, banyak wanita yang mengalami gangguan. Siklus menstruasi yang biasa dialami oleh wanita, yaitu siklus memanjang atau lebih dari 35 hari (*oligomenore*), siklus menstruasi yang pendek kurang dari 21 hari (*polimenore*) bahkan tidak menstruasi selama 3 bulan (*amenore*) berturut-turut.⁸

Perubahan siklus menstruasi merupakan masalah yang cukup sering pada remaja akhir ditemukan dengan prevalensi 75%. Perubahan siklus menstruasi merupakan indikator penting untuk menunjukkan adanya gangguan sistem reproduksi yang dapat dikaitkan dengan peningkatan risiko berbagai penyakit dalam sistem reproduksi, diantaranya kanker Rahim, dan infertilitas.⁹ Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (2017) bahwa perempuan di Indonesia berusia 10-59 tahun yang mengalami menstruasi teratur 68% dan yang mengalami masalah menstruasi tidak teratur dalam 1 tahun sebanyak 13,7%. Pada usia 17-29 serta usia 30-34 mengalami masalah menstruasi tidak

teratur cukup banyak yaitu sebesar 16,4%. Adapun alasan yang dikemukakan perempuan usia 10-59 tahun yang mempunyai menstruasi tidak teratur dikarenakan stres dan banyak pikiran sebanyak 51,%. Sedangkan masalah menstruasi tidak teratur sudah mulai banyak terjadi di usia 45-49 tahun 17,4% dan usia 50-54 tahun 17,1% kemungkinan terkait dengan umur menopause.⁹ Menurut WHO bahwa hampir 264 juta penduduk dunia mengalami stres dan/atau depresi pada tahun 2019. Lalu, di Indonesia terdapat 6,1% penduduk berusia >15 tahun mengalami stres/depresi.⁶

Stres diketahui sebagai faktor-faktor penyebab terjadinya gangguan siklus menstruasi. Stres akan memicu pelepasan hormon kortisol yang mana hormone tersebut dijadikan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Hormon kortisol diatur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitari, sehingga dimulainya aktivitas hipotalamus. Hipofisis mengeluarkan FSH dan proses stimulus ovarium akan menghasilkan estrogen.⁵ Jika terjadi gangguan pada hormon FSH dan LH, maka akan mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan tidak teraturnya siklus menstruasi. Dampaknya yaitu sulit hamil (infertilas). Ketidakteraturan siklus menstruasi juga membuat wanita sulit mencari kapan masa subur dan tidak masa subur. Jumlah mahasiswa yang mengalami tingkat stres akademik meningkat tiap semester. Stres paling umum dialami oleh mahasiswa adalah stres akademik. Stres akademik diartikan sebagai suatu keadaan seseorang mengalami tekanan hasil persepsi dan penilaian tentang stresor akademik, yang berhubungan dengan ulmi pengetahuan dan pendidikan di perguruan tinggi.⁷

Coronavirus Disease 2019 (COVID-19) adalah penyakit menular yang disebabkan oleh *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus 2 (SARS-CoV-2)*. Kemunculan wabah ini membuat masyarakat panik karena penyebaran yang cepat dan tak terkendali ditambah virus ini sangat berbahaya, bahkan WHO (*World Health Organization*) sebagai Badan Kesehatan Dunia menilai risiko akibat virus tersebut termasuk kategori tinggi di tingkat global dan menetapkan status *Public Health Emergency of International Concern (PHEIC)* sejak tanggal 30 Januari 2020.²Anjuran penerapan PSBB pun menimbulkan beberapa dampak, seperti ditutupnya instansi pendidikan yang telah mengubah kehidupan sehari-hari secara tiba-tiba.

Mahasiswa yang salah satu jumlahnya paling banyak diberbagai institusi pendidikan tentunya sangat merasakan dampak pandemic COVID-19, yang mana pembelajaran yang biasanya dilakukan tatap muka baik di lingkungan kampus maupun di lahan praktik harus mengikuti kegiatan belajar mengajar jarak jauh (PJJ) dengan metode *e-learning*.⁴Perubahan yang terjadi secara tiba-tiba ini, bukan hanya berdampak pada kesehatan mahasiswa, tapi juga pada para pekerja baik secara fisik maupun mental. Dampak kesehatan yang dapat terjadi karena ada perubahan metode pembelajaran langsung menjadi PJJ adalah stres. Kondisi Ketika seseorang merasa begitu tertekan yang mungkin terjadi akibat beban kerja berat atau berlebihan.⁵

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Yikealo, diketahui bahwa sebagian besar mahasiswa di *Eritrea Institute of Technology* cenderung mengalami stres tingkat sedang (71%). Hasil penelitian tersebut menyebutkan

bahwa stresor yang paling sering menjadi pemicu terjadinya stres pada mahasiswa yaitu fasilitas pembelajaran yang kurang memadai (40,7%), kesulitan belajar untuk jangka waktu yang lama (32,5%), tugas yang terlalu banyak, dan beban akademik (23,5%). Penelitian ini juga menunjukkan bahwa mahasiswa tidak hanya mengalami stres, akan tetapi kondisi stres mental juga menyebabkan stres secara fisik pada mahasiswa. Penelitian tersebut menyebutkan bahwa ada 10 gejala atau gangguan kesehatan, antara lain kelelahan (24,4%), nafsu makan menurun (10,6%), *back pain* dan masalah pencernaan (9,8%), demam (7,3%), insomnia (5,8%), sistem urinaria (4,9%), sakit kepala dan denyut jantung meningkat (4,1%), dan masalah sistem pernapasan (3,3%)¹¹, sedangkan penelitian tentang hubungan tingkat stres dengan perubahan siklus menstruasi pada remaja pernah dilakukan oleh Pramaisela di Pondok Pesantren Hidayatul Mutaqien Temepel. Hasil penelitian diketahui dari 51 responden Sebagian besar responden mengalami tingkat stres ringan yaitu sebanyak 26 responden (51,0%) dan yang mengalami siklus menstruasi tidak normal yaitu sebanyak 32 responden (62,7%)¹³.

Berdasarkan latar belakang di atas, bahwa siklus menstruasi dapat dipengaruhi oleh tingkat stres, di antaranya stres akademik. Seperti pembelajaran yang dilakukan secara daring di masa pandemi COVID-19. Hasil studi pendahuluan melalui *google form* yang dilakukan pada 10 mahasiswi Alih Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan pada tanggal 27 Maret 2021, bahwa yang mengalami tingkat stres ringan yaitu sebanyak 3 mahasiswi dari 10 mahasiswi, 7 mahasiswi mengalami tingkat stres sedang dan tidak ada yang

mengalami tingkat stres berat. Sehingga didapatkan tingkat stres yang mempengaruhi siklus menstruasi dari 10 mahasiswi 5 diantaranya mengalami siklus menstruasi tidak normal dan sisanya mengalami siklus menstruasi normal. Berdasarkan latar belakang tersebut, penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan antara Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Selama Pandemi COVID-19 pada Mahasiswi Alih Jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (2017) bahwa perempuan di Indonesia berusia 10-59 tahun yang mengalami menstruasi teratur 68% dan yang mengalami masalah menstruasi tidak teratur dalam 1 tahun sebanyak 13,7%. Pada usia 17-29 seerta usia 30-34 mengalami masalah menstruasi tidak teratur cukup banyak yaitu sebesar 16,4%. Adapun alasan yang dikemukakan perempuan usia 10-59 tahun yang mempunyai menstruasi tidak teratur dikarenakan stres dan banyak pikiran sebanyak 51,%. Sedangkan masalah menstruasi tidak teratur sudah mulai banyak terjadi di usia 45-49 tahun 17,4% dan usia 50-54 tahun 17,1% kemungkinan terkait dengan umur menopause.⁵

Berdasarkan studi pendahuluan, ditemukan masih banyak mahasiswi yang mengalami stres sehingga peneliti tertarik mengkaji masalah stres tersebut dikaitkan dengan siklus menstruasi Oleh karena itu penulis menarik suatu rumusan masalah “Apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi selama masa pandemi Covid-19 pada mahasiswi alih jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres, dukungan keluarga dan umur dengan siklus menstruasi selama masa pandemi COVID-19 pada mahasiswi alih jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat stres pada mahasiswi alih jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- b. Untuk mengetahui siklus menstruasi pada mahasiswi alih jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- c. Untuk mengetahui karakteristik siklus menstruasi pada mahasiswi alih jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- d. Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi alih jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- e. Untuk mengetahui hubungan antara dukungan keluarga dengan siklus menstruasi pada mahasiswi alih jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta
- f. Untuk mengetahui hubungan antara umur dengan siklus menstruasi pada mahasiswi alih jenjang Sarjana Terapan Kebidanan di Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini mencakup ruang lingkup profesi kebidanan yaitu masalah Kesehatan reproduksi dengan fokus penelitian pada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi.

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat untuk meningkatkan pengetahuan tentang tingkat stres yang dapat mempengaruhi siklus menstruasi.

2. Manfaat Praktik

a. Bagi Mahasiswi Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang tingkat stres yang mempengaruhi siklus menstruasi dan menumbuhkan kesadaran dengan berperilaku sehat.

b. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan dapat dimanfaatkan untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi.

c. Bagi Mahasiswa Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi tentang hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi.

F. Keaslian Penelitian

Penelitian yang berhubungan dengan penelitian ini antara lain:

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Peneliti/Judul Penelitian /Tempat Penelitian	Metode	Variabel	Hasil	Persamaan	Perbedaan
1	Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi semester VIII di Stikes Wira Medika Bali. Wisniastuti, dkk (2018) STIKes Wira Medika Bali ¹¹	Deskriptif <i>correlational</i> rancangan dengan <i>cross sectional</i>	Variabel Independen: Tingkat Stres Variabel Dependen: Siklus Menstruasi	Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi semester VIII.	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah desain penelitian, jenis instrument, Teknik sampling dan responden penelitian	Perbedaan penelitian tersebut dengan yang akan dilakukan adalah waktu, lokasi, metode penelitian, hasil pengukuran dengan skala ordinal dan nominal
2	Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Program Studi D3 Farmasi tingkat 1 (satu) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram. Sari, dkk, (2020) Universitas Muhammadiyah Mataram. ¹²	Observasional Analitik dengan rancangan <i>cross-sectional</i>	Variabel Independen: Tingkat Stres Akademik Variabel Dependen: Siklus Menstruasi	ada hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi mahasiswi D3 Farmasi Tingkat 1 (satu) Universitas Muhammadiyah Mataram	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah rancangan penelitian, jenis instrument, dan responden penelitian	Perbedaan penelitian tersebut dengan yang akan dilakukan adalah waktu, lokasi, dan metode penelitian korelatif dengan uji <i>Chi-square</i> menggunakan <i>purposive sampling</i> .
3	Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi	jenis penelitian yang bersifat analitik	Variabel Independen: Tingkat Stres	terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan siklus	Persamaan penelitian tersebut dengan	Perbedaan penelitian tersebut dengan yang akan

	Keperawatan Semester VIII UIN Alauddin Makasar. Masturi, (2017) UIN Alauddin Makassar ¹³	dengan pendekatan kasus kontrol (<i>case control</i>)	Variabel Dependen: Siklus Menstruasi	menstruasi dengan kekuatan korelasi yang sedang pada mahasiswi keperawatan semester VIII UIN Alauddin Makassar	penelitian yang akan dilakukan adalah jenis instrumen, dan responden penelitian	dilakukan adalah waktu, lokasi, menggunakan desain analitik dengan rancangan <i>Case Control</i> .
4.	Hubungan Tingkat Stres dengan Perubahan Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Pondok Pesantren Hidayatul Mutaqien Tempel Anita Candra Pramaisela dan Anjarwati (2019) Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta ¹³	jenis penelitian yang bersifat deskriptif analitik dengan rancangan <i>Cross-Sectional</i>	Variabel Independen: Tingkat Stres Variabel Dependen: Perubahan Siklus Menstruasi	Ada hubungan antara tingkat stres dengan perubahan siklus menstruasi pada remaja di Pondok Pesantren Hidayatul Mutaqien Tempel	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah metode penelitian dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Perbedaan penelitian tersebut dengan yang akan dilakukan adalah respondennya dan menggunakan metode total <i>sampling</i> dan analisis data menggunakan <i>Chi Squar</i> .
5.	<i>The Level of Stress among College Students: A Case in the College of Education, Eritrea Institute of Technology.</i> Dawit Yikealo, et all.(2018) Eritrea Institute of Technology, Eritrea. ¹²	jenis penelitian yang bersifat deskriptif dengan metode survei	Variabel Dependen: Tingkat Stres	Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat tingkat stres yang sedang di antara siswa. Dari lima domain, stresor akademik dan lingkungan ditemukan berkontribusi paling besar terhadap tingkat stres siswa.	Persamaan penelitian tersebut dengan penelitian yang akan dilakukan adalah responden mahasiswa	Perbedaan penelitian tersebut dengan yang akan dilakukan adalah menggunakan metode survei dan hanya memiliki variable dependen.