

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Menstruasi merupakan proses alamiah yang terjadi pada setiap perempuan sebagai tanda bahwa organ reproduksi sudah berfungsi matang¹. Menstruasi pertama (*menarche*) pada remaja putri sering terjadi pada usia 11 tahun. Menstruasi merupakan pertanda masa reproduktif pada kehidupan seorang perempuan, yang dimulai dari *menarche* sampai terjadinya menopause². Terjadinya siklus menstruasi yang reguler merupakan penanda bahwa organ-organ reproduksi seorang wanita berfungsi dengan baik. Satu siklus terhitung mulai dari hari pertama dalam satu periode hingga hari pertama pada periode berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita normal berkisar antara 21-35 hari, dengan rata-rata durasi siklus ialah 28 hari³.

Faktor-faktor yang memengaruhi siklus menstruasi meliputi berat badan, aktivitas fisik, stres, diet, paparan lingkungan kerja, gangguan endokrin, dan gangguan perdarahan. Siklus menstruasi merupakan indikator penting dalam kesehatan fungsi sistem reproduksi karena berkaitan erat dengan tingkat fertilitas. Gangguan-gangguan proses menstruasi seperti lamanya siklus menstruasi dapat menimbulkan risiko penyakit kronis. Dampak dari gangguan menstruasi yang kronis dapat menyebabkan infertilitas, atau anemia bila didapatkan perdarahan yang hebat dan osteoporosis dini. Jika gangguan tidak ditangani, dapat memengaruhi

kualitas hidup karena menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas sehari-hari dan dapat menjadi masalah serius¹.

Penelitian tentang prevalensi dan pola gangguan menstruasi pernah dilakukan di Beirut, Lebanon terhadap mahasiswa keperawatan. Hasil yang didapatkan dari 352 mahasiswa yang mengisi kuesioner, gangguan menstruasi paling umum terjadi ialah frekuensi menstruasi yang tidak teratur (80,7%), sindroma pramenstruasi (54%), durasi menstruasi yang tidak teratur (43,8%), disminorea (38,1%), polimenore (37,5%), dan oligomenore (19,3%)⁴. Selain itu, data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2013 menunjukkan bahwa sebagian besar perempuan di Indonesia yang berusia 10–59 tahun melaporkan menstruasi teratur yaitu sebanyak 87,3% dan sisanya yaitu 13,7% mengalami masalah siklus menstruasi yang tidak teratur dalam satu tahun terakhir⁵.

Gangguan pada siklus menstruasi (durasi perdarahan yang lebih lama dan ketidakteraturan siklus) disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya ialah stres. Wanita memiliki dua kali lipat kecenderungan mengalami stres dibanding laki-laki. Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis, dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (stresor). Stresor dapat memengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stres mental, perubahan perilaku, masalah-masalah dalam berinteraksi dengan orang lain, dan keluhan-keluhan fisik salah satunya gangguan siklus menstruasi. Dalam pengaruhnya terhadap pola menstruasi,

stres melibatkan sistem neuroendokrinologi sebagai sistem yang berperan penting dalam reproduksi wanita⁶.

Menurut data Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas, 2018) prevalensi kejadian stres pada remaja meningkat dari tahun ke tahun. Pada tahun 2013 sebesar 6,0% dan di tahun (2018) sebesar 9.8% masyarakat Indonesia yang berumur lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental emosional berupa stres, kecemasan, dan depresi. Prevalensi gangguan mental emosional (depresi, cemas dan stres) pada penduduk usia 15 tahun keatas di DIY pada tahun 2013 sebesar 8,1%, dan pada tahun 2018 sebesar 10% diatas prevalensi nasional yaitu 9,8%⁷.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Tyas *et al* (2018) pada mahasiswa tingkat akhir Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo. Dari 43 responden didapatkan hampir setengahnya atau 16 responden (37,2%) mengalami stres sedang dan siklus menstruasi *oligomenore* yang akan berpengaruh buruk kedepannya bagi mahasiswa tersebut⁸. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Maya Sari (2016) pada mahasiswa Diploma IV Bidan Pendidik Universitas Aisyiyah Yogyakarta. Dari 75 responden didapatkan sebagian besar mahasiswa mengalami stres sangat berat, yaitu 30 orang (40,0%) dan yang mengalami gangguan siklus menstruasi yaitu 46 orang (61,3%)⁹.

Menurut Govarest dan Gregoire, stres yang paling umum dialami oleh mahasiswa ialah stres akademik, yaitu suatu kondisi atau keadaan

individu yang mengalami tekanan sebagai hasil persepsi dan penilaian mahasiswa yang berhubungan dengan ilmu pengetahuan dan pendidikan. Selain itu, mahasiswa juga sangat rentan mengalami stres akademik yang diakibatkan oleh tuntutan dari rutinitas belajar dalam dunia perkuliahan, tuntutan untuk berpikir lebih tinggi dan kritis, kehidupan yang mandiri, serta berperan serta dalam kehidupan sosial bermasyarakat¹⁰.

Hasil penelitian-penelitian terdahulu dapat dilihat bahwa cukup banyak wanita dan mahasiswa dengan stres psikologis mengalami pola menstruasi terganggu. Banyak yang khawatir mengenai kesehatan mereka terutama dalam hal fertilitas. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara stres dan siklus menstruasi pada mahasiswa Kelas Reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

B. Rumusan Masalah

Gangguan menstruasi merupakan indikator penting dalam kesehatan fungsi sistem reproduksi. Dampak dari gangguan menstruasi yang kronis dapat menyebabkan infertilitas, dan osteoporosis dini. Salah satu penyebab dari gangguan siklus menstruasi adalah stres. Mahasiswa merupakan kelompok yang rentan terkena stres. Stres yang paling umum dialami oleh mahasiswa yaitu tekanan dalam pendidikan, tuntutan berfikir kritis, kehidupan yang mandiri, serta berperan serta dalam kehidupan sosial bermasyarakat. Berdasarkan uraian pada latar belakang, rumusan masalah

dalam penelitian ini adalah adakah hubungan antara stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa Kelas Reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui ada atau tidaknya hubungan antara stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswa Kelas Reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui gambaran stres pada mahasiswa Kelas Reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.
- b. Mengetahui gambaran siklus menstruasi pada mahasiswa Kelas Reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta.

D. Ruang Lingkup

Penelitian ini termasuk dalam lingkup bidang asuhan kesehatan reproduksi

E. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan dalam dunia kebidanan yang dapat dikembangkan lagi di kemudian hari.

- b. Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai bahan masukan dalam kegiatan proses belajar mengajar terhadap mata kuliah yang berhubungan dengan asuhan kebidanan kesehatan reproduksi.

2. Manfaat Praktis

- a. Manfaat bagi masyarakat Yogyakarta

Dapat memberikan informasi kepada masyarakat Yogyakarta, khususnya wanita usia reproduktif tentang gambaran stres terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa Kelas Reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta, agar masyarakat mencegah stres sehingga dapat mengurangi terjadinya infertilitas pada wanita usia reproduktif.

- b. Manfaat bagi Poltekkes Kemenkes Yogyakarta

Memberikan informasi terkait gambaran stres terhadap siklus dan pola perdarahan menstruasi mahasiswa kelas reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan dalam bidang pendidikan untuk meminimalisasi terjadinya stres pada mahasiswa dalam upaya peningkatan kualitas.

- c. Manfaat bagi peneliti selanjutnya

Menambah pengetahuan, pengalaman, wawasan, dan dasar informasi ilmiah mengenai hubungan stres dengan siklus

menstruasi pada mahasiswa kelas reguler Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Yogyakarta sehingga dapat menjadi bahan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1. Keaslian Penelitian

No	Penulis, Tahun, dan Judul Penelitian	Desain dan Hasil Penelitian	Persamaan	Perbedaan
1)	Kevin C. Tombokan, Damajanty H. C. Pangemanan, 2017 yang berjudul Hubungan antara stres dan pola siklus menstruasi pada mahasiswa Kepaniteraan Klinik Madya (co-assistant) di RSUP Prof. Dr. R. D. Kandou Manado ⁶	Penelitian ini bersifat analitik dengan rancangan <i>observasional analitik</i> dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Hasil uji korelasi Spearman antara stres dan pola siklus menstruasi mendapatkan nilai $r=0,417$ dengan $p=0,014$ yang menunjukkan terdapat hubungan moderat yang bermakna antara stres dan pola siklus menstruasi	1) Teknik sampling menggunakan <i>purposive sampling</i> 2) Alat ukur tingkat stres DASS-42 3) Menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i>	1) Analisis data penelitian ini menggunakan uji <i>Spearman</i> sedangkan penelitian penulis menggunakan uji <i>Fisher's Exact Test</i>
2	Siska Delvia, Muhammad Hasan Azhari., 2020 yang berjudul Hubungan Tingkat Stres Terhadap Siklus Menstruasi di Asrama Putri Akper Almaarif ¹¹	Penelitian ini menggunakan rancangan <i>observasional analitik</i> dengan pendekatan <i>cross sectional</i> . Dari uji statistik chi-square diperoleh p value 0,03 (<0,05), menunjukkan ada hubungan tingkat stres terhadap siklus menstruasi di Asrama Putri Akper Al-Ma,arif	1) Populasi pada mahasiswa 2) Menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i>	1) Teknik sampling menggunakan <i>total sampling</i> sedangkan pada penelitian ini menggunakan <i>purposive sampling</i> 2) Analisis data penelitian ini menggunakan <i>chi-square</i> , penelitian penulis menggunakan <i>Fisher's Exact Test</i>
3	Indah Maya Sari, Maulita Listian	Desain penelitian ini menggunakan	1) Populasi pada mahasiswa	Pengambilan sampel

	Eka Pratiwi, 2016 yang berjudul Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Diploma IV Bidan Pendidik Tingkat Akhir di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta ⁹	pendekatan <i>cross sectional</i> . Hasil dari hasil uji <i>Chi-Square</i> terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi dengan taraf signifikan 0,028.	2) Menggunakan pendekatan <i>cross sectional</i>	menggunakan <i>probability random sampling</i> sedangkan penelitian penulis menggunakan metode <i>Proporsionate Stratified Random Sampling</i>
4	Dwi Rohmaning Tyas, Metti Verawati, Tetik Nurhayati, 2018 yang berjudul Gambaran Stres dan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat Akhir di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Ponorogo ⁸	Desain penelitian ini adalah deskriptif, hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa 16 responden (37,2%) memiliki tingkat stres sedang dan siklus menstruasi oligomenore	Populasi pada mahasiswa	1)Desain penelitian menggunakan deskriptif sedangkan penelitian ini menggunakan <i>cross sectional</i> 2)Teknik sampling menggunakan <i>purposive sampling</i> sedangkan pada penelitian ini menggunakan metode <i>Proporsionate Stratified Random Sampling</i>