

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu periode dalam rentang kehidupan individu adalah masa remaja. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2007, batasan usia remaja adalah 12-24 tahun dan belum menikah. Tahap remaja merupakan masa transisi antara masa anak dan dewasa. Pada tahap ini, terjadi tumbuh kembang, perubahan psikologis dan kognitif serta munculnya ciri-ciri seks sekunder yang disebut dengan masa pubertas. Pubertas pada remaja laki-laki ditandai dengan tumbuhnya rambut kemaluan, perubahan suara, serta ejakulasi pertama melalui mimpi basah. Pubertas pada remaja perempuan di tandai dengan pertumbuhan payudara, tumbuhnya rambut kemaluan, pembesaran panggul dan menarche (datangnya menstruasi pertama kali) (Manuaba, 2009).

Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus melalui vagina sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang (BKKBN, 2008). Menurut Prawiroharjdo (2007) menstruasi adalah pengeluaran cairan dari vagina secara berkala (3-7 hari) yang dipengaruhi oleh hormon reproduksi selama masa usia reproduktif. Hari pertama dimulainya menstruasi sampai hari pertama menstruasi berikutnya disebut siklus menstruasi (Mansur, 2012).

Siklus menstruasi dianggap normal dengan interval 21-35 hari (Manuaba, 2009). Siklus menstruasi normal, menggambarkan organ reproduksi yang sehat dan tidak bermasalah. Dengan siklus menstruasi yang normal, seorang wanita akan lebih mudah mendapatkan kehamilan, menata rutinitas, dan menghitung masa subur (Wiknjosastro, 2007).

WHO tahun 2005 menyebutkan bahwa permasalahan remaja di dunia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan menstruasi (38,45%), masalah gizi yang berhubungan dengan anemia (20,3%), gangguan belajar (19,7%), gangguan psikologis (0,7%), serta masalah kegemukan (0,5%). Gangguan menstruasi merupakan hal yang sering terjadi dan dapat menyebabkan remaja harus memeriksakan diri ke dokter (Kundre, 2015). Gangguan menstruasi yang tidak ditangani dapat mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari (Sianipar, dkk, 2009). Penelitian Dars dkk (2014) menyatakan bahwa, pada remaja wanita di Pakistan, 3 tahun menstruasi pertama 60-80% wanita akan mengalami gangguan siklus menstruasi.

Gangguan dari siklus menstrasi terdiri dari tiga, yaitu: siklus menstrasi pendek yang disebut dengan polimenore, siklus menstrasi panjang atau oligomenore dan amenore jika menstrasi tidak datang dalam 3 bulan berturut – turut (Isnaeni, 2010). Penelitian Cakrir dkk (2007) menyatakan bahwa, prevalensi ketidak teraturan menstruasi sebesar 31,2%. Dari penelitian lain, didapatkan prevalensi amenore primer

sebanyak 5,3%, amenore sekunder 8,4%, oligominore 50%, polimenore 10,5%, dan gangguan campuran sebanyak 15,8% (Bieniasz, 2007).

Gangguan pada siklus mensturasi dipengaruhi oleh ketidakseimbangan hormon, stres, penyakit, perubahan rutinitas, gaya hidup dan berat badan (Wolfenden, 2010). Menurut Rikesdas (2010) penyebab gangguan siklus menstruasi 0,5% karena penyakit; 4,6% karena masalah hormonal; 2,3% karena masalah berat badan dan 6,9% karena faktor stres. Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur tekanan internal dan eksternal (stresor) (Hawari, 2008). Dalam pengaruhnya terhadap siklus menstruasi, stres melibatkan sistem hormonal sebagai sistem yang berperan besar pada reproduksi wanita (Pinasti, 2012).

Penelitian oleh Girdler & Gordon (2014), menyatakan dampak dari reaksi stres yang berupa ketidakstabilan tekanan darah dan ketidakseimbangan hormon menyebabkan gangguan siklus menstruasi. Penelitian di Jepang, dari 221 responden (mahasiswi) dengan kondisi stres, terdapat 63% mahasiswi yang mengalami siklus menstruasi tidak teratur (Yamamoto dkk, 2009). Selanjutnya Shinta (2014) melakukan penelitian pada mahasiswi angkatan IV sebuah sekolah kesehatan di Bali, mendapatkan hasil stres dapat mempengaruhi siklus menstruasi, dimana semakin tinggi tingkat stres semakin tinggi ketidakteraturan siklus menstruasi. Penelitian Kundre dkk (2015) menyatakan adanya hubungan stres psikologis dengan gangguan siklus menstruasi pada siswi kelas 1 sekolah menengah lanjutan.

Beberapa penelitian menggambarkan tingkat stres pada mahasiswa tergolong tinggi. Labrague (2013) menyatakan stres sering terjadi pada mahasiswa keperawatan. Mayoral (2006) melakukan penelitian terhadap 334 responden mahasiswa, dengan hasil bahwa mahasiswa yang sedang skripsi lebih banyak mengalami stres. Kondisi yang dihadapi oleh mahasiswa tahun akhir dalam mengerjakan skripsi adalah kesulitan mendapatkan referensi, keterbatasan waktu penelitian, proses revisi yang berulang-ulang, kesulitan dalam hal mencari tema, judul, sampel, dan alat ukur skripsi, keterbatasan dana, dosen pembimbing sibuk dan sulit ditemui, lamanya umpan balik dari dosen pembimbing, serta kurangnya konsultasi dengan dosen pembimbing ketika menyelesaikan skripsi (Maritapiska, 2003).

Mahasiswi program A 2012 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas merupakan mahasiswi tahun akhir yang sedang mengerjakan skripsi. Selain mengerjakan skripsi, juga mengikuti praktek klinik di Rumah Sakit dan mengikuti semester pendek untuk mengulang mata kuliah yang nilainya harus diperbaiki. Kondisi sulit yang dihadapi selama skripsi, mengerjakan tugas-tugas kuliah, mengerjakan laporan praktek klinik dengan waktu yang terbatas, dan tekanan yang didapat selama praktek merupakan bentuk-bentuk stresor yang dihadapi mahasiswi tahun akhir program A 2012 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas dalam empat bulan terakhir. Dengan banyaknya stresor yang dialami oleh mahasiswi program A 2012 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas, banyak dari mereka yang

mengeluarkan mengalami gangguan siklus menstruasi, yang sebelum mendapat stresor siklus menstruasi mereka teratur.

Studi awal dilakukan oleh peneliti dengan mewawancarai 10 orang mahasiswi tahun akhir program A 2012 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas. Keseluruhan mahasiswi menyatakan mengalami gejala-gejala stres seperti cepat marah, sulit berkonsentrasi, tidak mampu bersantai pada saat yang tepat, ingatan melemah, merasa tidak memiliki kemampuan untuk menyelesaikan tugas, merasa mudah gelisah, sering sakit kepala dan terkadang diikuti dengan jantung berdebar, diare dan mual. Dari 10 mahasiswi yang menyatakan mengalami gejala stres, 80% mahasiswi diantaranya menyatakan stres disertai dengan ketidakteraturan siklus menstruasi, seperti siklus menstruasi yang terjadi memanjang dan memendek. Sedangkan 20% mahasiswi menyatakan stres tidak disertai dengan gangguan pada siklus menstruasi.

Berdasarkan latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tahun akhir program A 2012 Fakultas Keperawatan Universitas Andalas”.

B. Rumusan Masalah

Dari latar belakang yang telah diuraikan diatas, maka rumusan masalah penelitian ini adalah bagaimana hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat stres pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas
- b. Mengetahui distribusi frekuensi siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas
- c. Mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas



D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Responden

Penelitian ini diharapkan dapat bermanfaat bagi responden yang berada pada kondisi stres agar melakukan penanganan pada stres yang dialami untuk mengembalikan keseimbangan tubuh dengan mengontrol stres dan melakukan manajemen stres sehingga tidak terjadi efek yang lebih buruk.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi pihak Institusi pendidikan diharapkan dapat memfasilitasi mahasiswi dengan bimbingan konseling (BK) untuk mengatasi permasalahan yang dialami oleh mahasiswi serta mengupayakan untuk memberikan informasi-informasi yang lengkap dan bermanfaat tentang manajemen stres dan kesehatan reproduksi.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan dan perbandingan dalam melakukan penelitian lebih lanjut tentang penerapan teori hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Andalas.