

BAB 1

PENDAHULUAN

1. 1. Latar Belakang

Ansietas, yang dalam bahasa Inggris disebut *anxiety*, adalah perasaan ketakutan yang menyeluruh, tidak menyenangkan, bersifat samar-samar, dan seringkali disertai gejala otonomik seperti nyeri kepala, jantung berdebar, gangguan pada lambung maupun berkeringat. Ansietas juga merupakan respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal normal ketika diiringi dengan kemampuan untuk beradaptasi, terjadi ketika terdapat adanya perubahan, pengalaman baru atau yang belum pernah dilakukan, serta dalam menemukan identitas diri dan arti dari sebuah kehidupan.¹

Menurut Powell (2004), ansietas akan mempengaruhi *performance* individu dalam aktivitasnya. Individu yang mengalami ansietas akan menampilkan *performance* yang berbeda daripada saat individu tersebut tidak mengalami ansietas.² Sedangkan menurut Clark (2012), ansietas dapat menyebabkan terjadinya gangguan terhadap hubungan sosial serta depresi. Begitu seseorang mengalami ansietas, maka orang tersebut akan menghindari dari hal-hal yang membuatnya menjadi merasa terancam. Orang tersebut juga akan menjadi pribadi yang tertutup terhadap lingkungan sekitar. Ketiadaan orang lain dalam memberikan motivasi serta sebagai tempat curhat juga dapat membuat ansietasnya menjadi semakin parah hingga ketinggian panik.³ Ansietas yang berat dan berlangsung lama juga dapat mempengaruhi kinerja memori, menurunkan daya ingat, dan mengganggu konsentrasi belajar.⁴

Menurut Elvira (2008), ansietas merupakan suatu kondisi yang dapat dialami oleh setiap orang dalam kehidupan sehari-hari, biasanya ansietas dialami ketika menghadapi hal-hal baru di luar rutinitas yang biasa dilakukannya atau ketika menghadapi sesuatu yang datang secara tiba-tiba, misalnya ujian, perubahan lingkungan kerja atau pendidikan, dan perubahan suasana lainnya.⁵ Ansietas dan depresi yang tidak ditanggulangi berhubungan dengan rendahnya kemampuan bersosialisasi, yang berakibat meningkatnya kejadian *drop out*, serta pemikiran dan percobaan bunuh diri pada mahasiswa.⁶

Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2018 menunjukkan hasil sebesar 9,8% usia 15 tahun ke atas di Indonesia mengalami ansietas, dengan kata lain 25,97 juta penduduk di Indonesia mengalami gangguan mental emosional yang ditunjukkan dengan gejala - gejala ansietas. Selain itu juga didapatkan data bahwa angka kejadian gangguan mental emosional pada wanita lebih tinggi dibandingkan laki - laki. Sedangkan di Sumatera Barat didapatkan prevalensi lebih tinggi daripada prevalensi nasional yaitu sebesar 13,5%.⁷

Chandratika & Purnawati (2014) menyatakan mahasiswa kedokteran memiliki tingkat ansietas yang tinggi karena peran pentingnya mahasiswa tersebut dalam bidangnya.⁸ Pendidikan kedokteran dikenal sebagai sebuah *stressful environment* yang dapat berdampak negatif terhadap proses akademik, kesehatan fisik, dan psikososial mahasiswa. Oleh karena itu, Singh (2013) menyimpulkan bahwa mahasiswa kedokteran memiliki tingkat ansietas, depresi, serta stres yang lebih tinggi dibandingkan populasi umum pada kelompok usia yang sama.⁹

Pada penelitian yang dilakukan oleh Tomas Apriadi pada tahun 2016 terhadap mahasiswa yang akan mengikuti ujian tulis di Fakultas Kedokteran Universitas Andalas pada mahasiswa tingkat akhir pre-klinik ditemukan mahasiswa tanpa ansietas sebanyak 55,42%, ansietas ringan 32,53%, ansietas sedang 8,43%, dan mahasiswa dengan ansietas berat 3,62%.¹⁰

Pada tingkat akhir pre-klinik (tingkat empat) S1 Kedokteran, mahasiswa juga diwajibkan mengerjakan skripsi atau tugas akhir sehingga mahasiswa tingkat akhir akan mengalami ansietas walaupun sudah beradaptasi dengan lingkungan perkuliahan. Skripsi menjadi sebuah ketakutan bagi mahasiswa tingkat akhir karena membuat skripsi bukanlah hal yang mudah serta skripsi juga dibuat saat mahasiswa tersebut sedang menjalani kegiatan blok seperti biasanya, sehingga pikiran mahasiswa harus terbagi antara skripsi dan blok yang harus mereka lewati.¹¹ Mahasiswa seharusnya mampu mengatasi ansietas yang dialaminya, sehingga mahasiswa tersebut dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan baik. Namun, pada kenyataannya banyak mahasiswa yang tidak mampu mengatasi ansietas yang dialaminya. Hal ini dapat menyebabkan tertundanya penyusunan skripsi yang mengakibatkan timbulnya perasaan ansietas pada mahasiswa tersebut.¹² Faktor-faktor tersebut sangat berpotensi menjadi penyebab ansietas

pada mahasiswa tingkat akhir karena banyaknya yang harus dipersiapkan agar bisa lulus dan mendapatkan gelar sarjana kedokteran.¹¹

Menstruasi merupakan pendarahan yang terjadi akibat luruhnya dinding sebelah dalam rahim (endometrium) yang banyak mengandung pembuluh darah. Lapisan endometrium dipersiapkan untuk menerima implantasi embrio. Jika tidak terjadi implantasi embrio, maka lapisan ini akan meluruh, sehingga darah keluar melalui servik dan vagina. Pendarahan ini terjadi secara periodik dengan jarak waktu antara menstruasi yang satu dengan menstruasi berikutnya dikenal dengan istilah siklus menstruasi.¹³

Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi pada periode berikutnya. Sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dengan mulainya menstruasi pada periode berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisar antara 21–35 hari dan hanya 10–15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3–5 hari, dan ada juga yang 7–8 hari.¹⁴ Menurut Kusmiran (2013), faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi antara lain berat badan, aktivitas fisik, stres serta ansietas, diet, paparan lingkungan serta kondisi lingkungan ketika bekerja, interaksi sosial dan lingkungan.¹⁵

Menurut Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) tahun 2010, 68% perempuan di Indonesia berusia 10-59 tahun mengalami menstruasi teratur dan 13,7% mengalami masalah siklus menstruasi tidak teratur dalam 1 tahun terakhir. Masalah haid tidak teratur sudah mulai banyak terjadi pada usia 45-49 tahun 17,4% dan 50-54 tahun 17,1% kemungkinan terkait dengan umur menopause. Masalah haid tidak teratur pada usia 17-29 tahun serta 30-34 tahun cukup banyak yaitu sebesar 16,4%. Adapun alasan yang dikemukakan perempuan 10-59 tahun yang mempunyai siklus menstruasi tidak teratur dikarenakan stres maupun ansietas dan banyak pikiran sebesar 5,1%.¹⁶

Berdasarkan uraian tersebut, penulis ingin melakukan penelitian untuk mengetahui hubungan antara tingkat ansietas dengan keteraturan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1. 2. Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan pada latar belakang, dapat diambil suatu perumusan masalah, yaitu: “apakah terdapat hubungan antara tingkat ansietas dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2019?”.

1. 3. Tujuan Penelitian

1. 3. 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara tingkat ansietas dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas tahun 2019.

1. 3. 2. Tujuan Khusus

1. Untuk mengetahui distribusi frekuensi ansietas pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
2. Untuk mengetahui kejadian siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
3. Untuk menganalisis hubungan antara tingkat ansietas dengan siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
4. Untuk mengetahui hubungan antara usia responden dengan tingkat ansietas pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.
5. Untuk mengetahui hubungan antara tempat tinggal responden dengan tingkat ansietas pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1. 4. Manfaat Penelitian

1. 4. 1. Manfaat Teoritis

Untuk memperluas wacana ilmu pengetahuan khususnya ilmu kedokteran jiwa, serta memberikan data ilmiah tentang hubungan antara tingkat ansietas dengan siklus menstruasi serta karakteristik responden (usia dan tempat tinggal) pada mahasiswi tingkat empat S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas

Andalas. Penelitian ini juga dapat digunakan sebagai rujukan untuk penelitian selanjutnya.

1. 4. 2. Manfaat Praktis

1. 4. 2. 1. Bagi Peneliti

1. Sebagai salah satu syarat kelulusan untuk menyelesaikan pendidikan Program Studi S1 Kedokteran di Universitas Andalas.
2. Menambah pengetahuan tentang hubungan antara tingkat ansietas dengan siklus menstruasi, usia, dan tempat tinggal pada mahasiswi S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Andalas.

1. 4. 2. 2. Bagi Mahasiswa Kedokteran

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi sumber informasi bagi mahasiswa S1 Kedokteran agar tidak mengalami ansietas dalam menuntut ilmu dengan cara belajar yang maksimal serta persiapan psikis dan mental agar ketika terjadi suatu masalah tidak langsung menjadi sebuah ansietas. Selain itu, mahasiswa bisa juga berkonsultasi kepada bagian bimbingan konseling atau kepada dosen PA (Penasehat Akademik) agar mendapatkan solusi dari permasalahan yang terjadi. Kemudian penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan mahasiswa tentang hubungan antara tingkat ansietas dengan keteraturan siklus menstruasi.

1. 4. 2. 3. Bagi Ilmu Pengetahuan

Diharapkan penelitian ini sebagai langkah awal untuk penelitian-penelitian yang lebih luas di masyarakat, dengan membedakan faktor risiko dan mempertimbangkan latar belakang subjek yang berbeda seperti tempat tinggal responden, riwayat gangguan emosional sebelumnya, usia, tipe kepribadian, status ekonomi-sosial, dll.