

BAB I

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Tahap remaja adalah masa transisi atau pacu tumbuh (*growth spurt*) dari masa anak ke masa dewasa dengan timbul ciri-ciri seks sekunder seperti terjadinya perubahan psikologik, kognitif dan tercapainya fertilitas. Potensi biologiknya merupakan tingkat untuk mencapai tumbuh kembang yang normal (Gunarsa & Gunarsa, 2008). Pertumbuhan dan perkembangan manusia menjadi dewasa mengalami suatu tahap yang disebut masa pubertas. Remaja perempuan mengalami masa pubertas lebih cepat dibandingkan laki-laki. Pubertas pada remaja perempuan juga ditandai dengan *menarche* yaitu mendapatkan menstruasi (*haid*) pertama.

Menstruasi merupakan salah satu indikator kematangan seksual remaja putri dan salah satu faktor penyebab terjadinya gangguan menstruasi adalah stress (Welch, 2012). Siklus menstruasi adalah proses yang mencakup reproduktif dan endokrin. Dampak dari siklus yang tidak teratur adalah masalah kesuburan dan dampak dari stress yaitu akan berpengaruh pada psikologis dan fisik. Dimana telah dijelaskan, pada gangguan hormonal siklus menstruasi menjadi kacau dan tidak berovulasi apabila perempuan mengalami stress, depresi dan gangguan psikis berat lainnya.

Stress merupakan reaksi tubuh terhadap situasi yang menimbulkan tekanan, perubahan, ketegangan emosi dan lain-lain. Setiap orang pernah

mengalami stress dengan stress jangka panjang maupun jangka pendek sehingga orang normal dapat beradaptasi dengan stress dengan baik dan mudah berlalu (Sunaryo, 2011). Stress bisa dialami pada semua orang termasuk stress pada mahasiswa, khususnya mahasiswa tingkat akhir yaitu stress akademik. Stress akademik ialah tekanan hasil persepsi dan penilaian dari individu yang mengalami keadaan mengenai akademik yang berhubungan dengan pendidikan dan ilmu pengetahuan di perguruan tinggi

Adanya keadaan stress dapat kita jumpai pada mahasiswa yang saat ini sedang membuat karya tulis ilmiah digunakan sebagai tugas akhir skripsi. Tidak jarang karya tulis ilmiah memberikan suatu tekanan pada mereka, karena dalam penyusunannya mahasiswa dituntut menyelesaikan tugasnya dalam rentang waktu yang sudah ditetapkan. Kesulitan yang dialami dapat berupa kemampuan menulis yang kurang, literatur/referensi yang kurang. Banyak mahasiswa yang sudah memiliki bahan untuk ditulis, yang dari pengalaman secara empiris atau hasil dari membaca tetapi menjadi buntu ketika mereka mulai menulisnya.

Selain pada mahasiswa tingkat akhir, pada mahasiswa semester 3 dan semester 5 juga dijumpai adanya stress dimana mahasiswa banyak mengeluh karena tugas kuliah atau tugas laporan menumpuk yang diberikan dosen, jadwal yang padat seperti tidak bisa membagi waktu antara kuliah, jadwal dipondok pesantren tersendiri dan organisasi di kampus, kekurangan uang atau belum ditransfer uang dari orang tua.

Menurut data dari Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas, 2010) dalam 1 tahun terakhir perempuan Indonesia dengan usia sekitar 10-59 tahun telah melaporkan menstruasi teratur sebanyak lebih dari 68% dan mengalami masalah siklus haid yang tidak teratur dengan prevalensi 13,7%. Terkait mahasiswa, di Indonesia mahasiswa dengan umur 20-24 tahun yang memiliki siklus menstruasi teratur sebesar 76,7% dan yang tidak teratur 14,4%.

Pada penelitian yang dilakukan oleh Indah Melanti, dkk tahun (2017) di Universitas Mulawarman menyebutkan bahwa mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman mengalami stress seperti banyaknya kegiatan belajar yang dialami mahasiswa, seperti cara pemilihan belajar, mengatur waktu belajar, mempelajari buku yang ditulis dalam bahasa asing atau dengan bahasa Inggris, dan membuat laporan atau resume dan sebagainya. Pada penelitian ini didapatkan responden yang mempunyai siklus menstruasi teratur sebesar 80% (12 orang), pada responden mengalami siklus tidak teratur sebesar 89,7% (35 orang). Selain pada penelitian di atas terdapat penelitian lain, Varitas Praditiningtyas pada tahun (2013) di Lembaga Belajar Primagama Demak Ijo mengalami stress seperti memberikan tekanan pada siswa untuk mendapatkan nilai yang baik saat UAN. Didapatkan hasil penelitian 16 orang (66,7%) siklus menstruasi teratur dan menstruasi tidak teratur sebanyak 40 siswa (33,3%).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada hari Sabtu 22 September 2018 di Pondok Pesantren kompleks R2 Al Munawwir Krapyak, dengan menggunakan wawancara didapatkan hasil 36 mahasiswi mengalami siklus menstruasi teratur sebanyak 22 mahasiswi (61,1%), siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 14 mahasiswi (38,9%). Kemudian untuk stress didapatkan hasil 36 mahasiswa mengalami stress yang dibagi menjadi stress ringan sebanyak 22 mahasiswi (61,1%), stress sedang 2 mahasiswi (5,5%), stress berat sebanyak 3 mahasiswi (8,4), tidak mengalami stress sebanyak 9 mahasiswi (25%).

Masalah yang dialami oleh mahasiswi berdasarkan studi pendahuluan bahwa rata-rata mahasiswi tidak mengetahui penyebab siklus menstruasi tidak teratur, rata-rata mengalami siklus menstruasi 20-25 hari, mahasiswi mengalami menstruasi setiap bulannya, usia *menarche* rata-rata 11-15 tahun, jika menstruasi terlambat mahasiswi tidak meminum obat pelancar, darah yang dikeluarkan saat menstruasi normal, mengalami flek (warna coklat) saat menstruasi, dan menghitung siklus menstruasi secara mandiri. Stress didapatkan hasil seperti sering mengalami beban pikiran, mengatasi stress dengan *refreshing*, tidur dan istirahat, penyebab stress adalah banyaknya tugas, jadwal padat, uang menipis, dan banyak pikiran, tanda-tanda mahasiswi yang mengalami stress pusing, mudah marah, mudah lelah, kurang konsentrasi, stress tidak berdampak ke bunuh diri, mengalami konflik secara bersamaan, mengalami kegagalan, dan mengalami perubahan hati secara mendadak.

Menurut studi pendahuluan yang sudah dilaksanakan stress yang dikarenakan banyaknya aktivitas atau kegiatan di kampus atau diluar kampus seperti di pondok pesantren, sehingga akan menyebabkan siklus menstruasi pada mahasiswi teratur dan tidak teratur.

Berdasarkan dari latar belakang dan fenomena tersebut peneliti ingin mengetahui bagaimana hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswi di Pondok Pesantren Al Munawwir Komplek R2 Krapyak.

B. RUMUSAN MASALAH

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Adakah hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswi di Pondok Pesantren Al Munawwir Komplek R2 Krapyak”

C. TUJUAN PENELITIAN

Tujuan Umum: Mengetahui hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswi di Pondok Pesantren Al Munawwir Komplek R2 Krapyak.

1. Tujuan Khusus:

- a. Mengetahui tingkat stress yang dialami oleh mahasiswi di Pondok Pesantren Al Munawwir Komplek R2 Krapyak.

- b. Mengetahui siklus menstruasi mahasiswi di Pondok Pesantren Al Munawwir Komplek R2 Krapyak.

D. MANFAAT PENELITIAN

1. Bagi Masyarakat

Adanya penelitian ini diharapkan agar menambah informasi dalam pengembangan ilmu pengetahuan dan menambah wawasan yang lebih luas khususnya mengenai hubungan stress terhadap siklus menstruasi.

2. Bagi instansi kesehatan

Diharapkan memberi gambaran tingkat stress yang dialami dengan siklus menstruasi.

3. Bagi pendidikan dan mahasiswa

Dengan adanya penelitian ini akan memberi informasi mengenai stress hubungannya dengan siklus menstruasi yang dialami mahasiswi.

Tabel 1.1 Keaslian Peneliti

E. PENELITIAN TERKAIT

Nama Penelitian	Judul	Tujuan	Metode Pelaksana	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Varitas Pradiptaningtias	Hubungan tingkat kecemasan menghadapi hasil UAN dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XII SMA di Lembaga Belajar Primagama Demak Ijo 2013	Untuk mengetahui apakah ada hubungan atau tidak antara kecemasan dengan siklus menstruasi pada remaja	Dengan menggunakan kuesioner tingkat kecemasan dan siklus menstruasi	Ada hubungan tingkat kecemasan menghadapi hasil UAN dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XII di Lembaga Belajar Primagama Demak Ijo. Pada penelitian ini didapatkan 9 orang (21,4%) dengan tingkat kecemasan ringan dan siklus menstruasi teratur, 7 orang tingkat kecemasan sedang dengan siklus menstruasi teratur dan 14 orang (33,3%) dengan tingkat kecemasan	Menggunakan penelitian kuantitatif dan metode cross sectional. Menggunakan uji Chi Square	Menggunakan desain analitik survey. Menggunakan total sampel. Sampel adalah siswi

Nama Penelitian	Judul	Tujuan	Metode Pelaksana	Hasil	Persamaan	Perbedaan
Indah Milanti, dkk	Gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Mulawarman 2017	Untuk mengetahui gambaran faktor-faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi berdasarkan usia menarche, indeks masa tubuh, aktivitas fisik, dan tingkat stress pada mahasiswi	Menggunakan data primer berupa kuesioner	berat dan siklus menstruasi tidak teratur. Berdasarkan tingkat stress, 80% mahasiswi ddengan stress ringan mengalami siklus teratur dan sebesar 89,7% mengalami siklus tidak teratur untuk stress berat.	Menggunakan penelitian deskriptif dan penelitian kuantitatif	Pengambilan data menggunakan total sampling
Meitria Syahadanita, dkk	Hubungan tingkat depresi dengan gangguan menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat 2014	Mengetahui Hubungan tingkat depresi dengan gangguan menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung	Diambil melalui lembar kuesioner siklus menstruasi kemudian mendiagnosis tingkat depresi dengan kuesioner BDI II	Tidak terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan gangguan menstruasi pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Lambung	Dengan teknik purposive sampling	Metode penelitian adalah survey analitik dengan menggunakan pendekatan prospektif.

Nama Penelitian	Judul	Tujuan	Metode Pelaksana	Hasil	Persamaan	Perbedaan
		Mangkurat		Mangkurat. Hasil penelitian menunjukkan terdapat depresi ringan 2 orang, gangguan menstruasi berupa menoragia 2 orang, hipermenorea 2 orang, oligomenorea 3 orang dan polimenorea 2 orang.		

