

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja atau SMA merupakan masa perpindahan atau perubahan dari fase anak menuju fase dewasa (Efendi: 2009; Pieter, 2011) dalam (Rochmawati, D.H., Febriana, B., Rizki, A., Nur, 2020). masa remaja adalah masa yang paling rawan terhadap terjadinya stres emosional yang muncul akibat perubahan fisik yang cepat dan luas yang terjadi sewaktu pubertas. Masa remaja juga dikenal dengan *masastorm and stress*. Stres merupakan suatu fenomena global yang muncul di dalam kehidupan sehari-hari sehingga tidak bisa dihindari dan juga akan terjadi pada setiap individu. Suatu tekanan yang dialami individu untuk mampu beradaptasi dan menyesuaikan diri disebut sebagai stres. Remaja memerlukan penyesuaian diri dalam menjalani transisi kehidupan, salah satunya yaitu dilingkungan sekolah. Kegiatan serta tuntutan akademik yang tinggi membuat siswi-siswi mengalami stres. Stres dapat berdampak meluas terhadap kehidupan seseorang karena stres bisa mempengaruhi sistem hormon, sistem kekebalan serta siklus menstruasi. Wanita dikatakan sudah dewasa ketika sudah mengalami *menstruasi*. Pengeluaran darah, mukus dan debris dari mukosa uterus disertai pelepasan endometrium secara periode dan siklik yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi disebut dengan menstruasi. Akibat dari suatu stressor yang sudah dihubungkan dengan adanya fluktuasi hormonal semasa siklus menstruasi merupakan suatu jenis perubahan dari emosi. Terdapat beberapa peneliti yang menunjukkan terjadinya stresor meningkat panjang siklus menstruasi atau mengakibatkan terjadinya penundaan periode setiap bulannya.

Idealnya siklus menstruasi itu terjadi setiap bulannya sekitar 21-35 hari setiap kali masuk masa menstruasi. Ketika menstruasi kurang dari 21 hari atau melewati dari 35 hari maka menstruasi dinyatakan tidak teratur. Faktor stres juga merupakan salah satu gangguan dalam menstruasi, biasanya sering terjadi pada setiap individu yang dapat berdampak pada tubuh, lingkungan, intelektual, mood dan spiritual. Penyebab siklus menstruasi menjadi tidak teratur biasanya terjadi pada siswi-siswi yang memiliki beban tugas yang sangat banyak (kusyani, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian Ayu Shinta Dewi pada bulan maret 2014 terdapat 16 wanita (80%) siswi mengalami stres karena beban sekolah, 5 wanita (21%) siswi mengalami stres akibat masalah pribadinya, 3 wanita (15%) siswi tidak mengalami stres. Ada 7 wanita (35%) siswi terjadi menstruasi panjang (oligomenorea), ada 6 wanita (30%) siswi terjadi siklus menstruasi pendek (polimenorea) dan ada 3 wanita (15%) siswi mengalami menstruasi tetap.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh toduho di tahun 2014 di SMA NEGERI 3 Kepulauan Tidore, Maluku Utara. Pada siswi kelas 1 tentang hubungan stres psikologis dengan siklus menstruasi. Hasil yang telah diperoleh dari 68 responden yaitu 100% siswi mengalami stres psikologi. Terdapat 15 responden yang mengalami stres ringan (22,1%), 49 responden mengalami stres sedang (72,1%) serta 4 responden mengalami stres berat (5,9%) pada 68 sample telah diperoleh pada 42 responden (61,8%) terjadi siklus menstruasi tidak normal.

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan peneliti di SMA Negeri 3 Sukoharjo dengan menggunakan kuesioner didapatkan hasil dari 12 responden 3 mengalami stres berat, 7 stres sedang dan 2 stres ringan dengan siklus menstruasi teratur berjumlah 8 dan 4 responden lainnya tidak teratur. Dari latar belakang tersebut serta banyaknya pertanyaan dari siswi SMA Negeri 3 Sukoharjo mengenai hubungan

stres dengan gangguan siklus menstruasi membuat peneliti semakin tertarik dalam mengetahui apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XII di SMAN 3 Sukoharjo. Peneliti ingin mengambil sampel pada sekolah tersebut karena beberapa siswi yang rata-rata duduk di bangku kelas XII bertanya langsung kepada peneliti mengenai masalah yang dialami. Tingginya tingkat stres psikis siswa dalam persiapan menghadapi ujian menarik minat peneliti untuk melakukan penelitian. Dengan ini, pada siswi SMAN 3 Sukoharjo menjadi daya Tarik bagi peneliti (Fatsena et al., 2017).

Menurut riset kesehatan dasar (Riskesdas) tahun 2013, sekitar 87,3% wanita mengalami menstruasi normal sedangkan 13,7% wanita mengalami siklus menstruasi tidak teratur pada satu tahun terakhir.

Menurut data riset kesehatan dasar (Riskesdas) prevalensi kejadian stres mengalami peningkatan dari tahun ketahun. Di tahun 2013 sebesar 6,0% sedangkan di tahun 2018 sebesar 9,8% masyarakat di indonesia mengalami stres, kecemasan, depresi akibat dari gangguan mental emosional yang terjadi pada usia lebih dari 15 tahun. Prevalensi gangguan mental emosional depresi, cemas dan stres pada penduduk berumur 15 keatas di DIY pada tahun 2013 yaitu sebesar 8,1% sedangkan pada tahun 2018 mengalami kenaikan sebesar 10% diatas prevalensi nasional yaitu 9,8%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMA pada bulan agustus 2020 dengan melalui penyebaran kuesioner pada 10 siswi, diperoleh 6 siswi pernah mengalami siklus menstruasi tidak teratur disebabkan karena stres lalu 4 lainnya mengalami siklus menstruasi teratur

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, maka rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “apakah ada hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi SMA?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Bagaimanakah hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi di SMA

2. Tujuan Khusus

- a) Mengidentifikasi karakteristik siswi SMA
- b) Mengidentifikasi tingkat stres pada siswi SMA
- c) Mengidentifikasi siklus menstruasi pada siswi SMA
- d) Menganalisis hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada siswi SMA

D. Manfaat Penelitian

1. Pelayanan keperawatan

Penelitian ini diharapkan bisa berguna sebagai sumber informasi untuk menambah pengetahuan dalam masalah tingkat stres dengan siklus menstruasi

2. Pendidikan keperawatan

Data riset ini bisa berguna untuk menambah wawasan dan pengetahuan mengenai tingkat stres dengan siklus menstruasi dan bisa diterapkan sebagai pengetahuan di perkuliahan dan praktek di lapangan

3. Penelitian

Hasil penelitian ini dapat menjadi informasi tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi di SMA sebagai tugas akhir mahasiswa keperawatan

