

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kementrian Kesehatan Republik Indonesia mengemukakan remaja ialah penduduk pada usia 10 hingga 18 tahun (Kemenkes, 2020). Berdasarkan data, ada 1,2 miliar remaja di seluruh dunia, atau 18% dari total populasi (*World Health Organization*, 2020). Sementara itu di Indonesia, 45,3 juta orang, atau sejumlah 17% dari total populasi Indonesia, diperkirakan berusia antara 10 dan 19 tahun (Statistik, Data Kependudukan Indonesia, 2021).

Perubahan fisik pada masa remaja tidak hanya meliputi pertumbuhan ukuran tubuh yang bertambah tinggi atau berat saja, namun juga meliputi penyempurnaan fungsi tubuh, khususnya pada sistem reproduksi. Periode remaja adalah tahap di mana organ reproduksi mengalami pematangan yang dikenal dengan istilah pubertas (Rohan, 2019). Secara berkala, seluruh remaja perempuan akan menghadapi fluktuasi hormonal yang memengaruhi siklus menstruasi. Untuk mempersiapkan ovarium dan rahim untuk pembuahan, hormon progesteron dan estrogen membantu mengendalikan perubahan fisiologis pada organ-organ ini. Di sisi lain, menstruasi akan melanjutkan siklus jika pembuahan tidak berhasil (Novianti, 2019).

Wanita secara alami mengalami menstruasi saat mereka mendekati masa pubertas. Ketika ovum tidak mengalami fertilisasi, jaringan endometrium, yang kaya akan pembuluh darah meluruh menyebabkan darah mengalir dari rahim melalui vagina. Sekali sebulan, sel telur dilepaskan, apabila tidak terjadi pembuahan, ovum terlepas bersamaan darah dari lapisan endometrium yang telah mengeras, sekitar 14 hari kemudian (Rahayuningrum, 2019).

Siklus menstruasi merupakan adanya penyimpangan dari pola normal perdarahan menstruasi misalnya oligomenorrhea (menstruasi yang jarang), polymenorrhea (menstruasi yang sering), dan amenorrhea (tidak menstruasi selama 3 bulan). Gangguan siklus menstruasi ini berdasarkan fungsi dari ovarium yang berhubungan dengan anovulasi dan gangguan fungsi luteal. Gangguan pada siklus menstruasi dapat terjadi akibat tidak berfungsinya ovarium ini (Kusmiran E, 2019). Normalnya, siklus haid terjadi pada 21

sampai 35 hari. Stress dan keadaan lain yang mengganggu fungsi hipotalamus dapat menyebabkan menstruasi tidak teratur (Reni dan Suci, 2019).

Stress merupakan gangguan pada tubuh dan pikiran yang bisa timbul akibat tuntutan dan perubahan kehidupan (Donsu, 2019). Pada remaja tengah menuju remaja akhir terjadi perkembangan tekad untuk berkencan atau menarik lawan jenis dan menunjukkan rasa cinta. Cinta itu bisa berdampak pada patah hati yang dapat menyebabkan stress pada remaja sehingga siklus menstruasi pada remaja putri juga dapat terganggu karena hormon yang tidak seimbang.

Hasil dari penelitian Donsu, (2019) menunjukkan ada hubungan antara siklus menstruasi dan tingkat stres. Stres ialah hal yang dapat memberikan pengaruh terhadap siklus menstruasi, dan hal tersebut menjadi dasar adanya hubungan tersebut. Hasil dari penelitian Nia Amalia, (2023) menunjukkan bahwasanya adanya korelasi antara intensitas stress dengan pola haid. Faktor yang lain juga ditemukan berkontribusi terhadap gangguan siklus menstruasi remaja, yakni lingkungan, kegiatan jasmani, serta stress (fisik, perasaan, serta pikiran).

Hasil dari penelitian (Fitri et al., 2024) memberitahukan adanya korelasi antara intensitas stress dengan pola haid pada remaja putri. Intensitas stress teridentifikasi sebagai unsur dominan yang mampu memengaruhi pola haid remaja putri (*p-value* dibawah 0,001). Hasil dari riset (Damayanti et al., 2022) menunjukkan bahwa pengujian analisis bivariat memberitahukan bahwa terdapat korelasi intensitas stress dengan pola haid pada remaja putri dengan angka $p = 0,000$ (p dibawah 0,05). Stress dapat mempengaruhi ritme haid remaja putri. Hasil dari penelitian (Fadillah et al., 2022) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi *p-value* 0,015. Sebagian besar remaja putri mengalami stress berat dengan siklus menstruasi yang tidak normal.

Banyak aspek kehidupan sosial remaja, termasuk interaksi dengan keluarga, interaksi dengan teman, dan tekanan akademis, dapat menyebabkan stress. Kemungkinan terjadinya ketidaknormalan siklus menstruasi adalah

7,27 kali lipat pada remaja yang menghadapi stress dibandingkan dengan mereka yang tidak mengalaminya (Fitri et al., 2024).

Di provinsi Jawa Barat, memperlihatkan 14,4% perempuan remaja mengalami ketidakteraturan menstruasi (Riset Kesehatan Dasar, 2018 dalam (Fitri et al., 2024)). Di kabupaten Sumedang, tercatat 182 remaja perempuan umur 15-19 tahun dengan masalah siklus haid. Di kecamatan Cimalaka menempati urutan kelima tertinggi kasus siklus menstruasi pada kelompok usia tersebut (Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Sumedang, 2023). Studi Pendahuluan yang telah dilaksanakan di SMA Negeri 1 Cimalaka terhadap 10 siswi mengungkapkan 5 diantaranya mengalami ketidakteraturan haid dengan penyebabnya adalah tugas sekolah, putus cinta bahkan ekonomi dan dapat berdampak pada stress.

Berdasarkan uraian diatas, maka peneliti memutuskan untuk membuat skripsi dengan judul “Hubungan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Cimalaka”.

1.2 Rumusan Masalah

Menurut latar belakang tersebut, dapat diambil rumusan masalah dari penelitian ini yaitu “Apakah ada hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada remaja putri?”.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1. Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

1.3.2. Tujuan Khusus

- 1.3.2.1. Untuk mengidentifikasi tingkat stress pada remaja putri.
- 1.3.2.2. Untuk mengidentifikasi siklus menstruasi pada remaja putri.
- 1.3.2.3. Untuk mengidentifikasi hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1. Manfaat Teoritis

Temuan riset ini harapannya mampu dijadikan sumber rujukan dalam menambah ilmu & wawasan khususnya dalam ranah keperawatan maternitas.

1.4.2. Manfaat Praktis

1.4.2.1. Bagi Remaja Putri

Temuan riset ini harapannya bisa dijadikan acuan bagi remaja dalam memahami korelasi antara intensitas tekanan psikologis yang membuat siklus haid terganggu pada remaja putri.

1.4.2.2. Bagi Peneliti Selanjutnya

Temuan riset ini harapannya mampu mengembangkan wawasan ilmiah dalam bidang ilmu kesehatan sehingga dapat digunakan dalam bidang kesehatan khususnya hubungan intensitas stress dengan siklus haid pada remaja putri.