

# BAB I

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar Belakang

Remaja adalah seseorang yang ada di masa atau umur antara anak-anak dan dewasa. Masa remaja yaitu masa perubahan dari masa anak-anak dan masa dewasa, yang diawali saat terjadinya kematangan seksual (Aisyaroh, 2010). Menurut WHO 2018, diperkirakan jumlah remaja di dunia sebanyak 1,2 milyar yang ekuivalen dengan 18% dari total populasi penduduk dunia atau 1 dari 6 populasi di dunia. Sedangkan di Indonesia menurut Badan Pusat Statistik 2017, total kelompok rentang usia 10-19 tahun sebanyak 45,3 juta, atau sekitar 17% dari jumlah keseluruhan masyarakat Indonesia (Yolandiani et al., 2020). Pada masa remaja, kelenjar reproduksi mulai bekerja yang ditandai dengan adanya karakteristik seks primer. Hal-hal yang tampak pada saat remaja mengalami pubertas adalah pertumbuhan tubuh yang cepat, munculnya ciri-ciri kelamin sekunder, *menarche* dan perubahan psikis. Pubertas pada perempuan ditandai dengan terjadinya haid atau menstruasi. Haid atau menstruasi merupakan proses keluarnya darah dari rahim melewati vagina yang terjadi setiap bulan selama masa usia subur (Wardani et al., 2021).

Pola atau siklus menstruasi normal terjadi setiap 21-35 hari sekali, dengan lama menstruasi dapat berlangsung selama 3-7 hari (Islamy & Farida, 2019). Pola atau siklus menstruasi tidak teratur bisa diakibatkan oleh beberapa faktor yaitu status gizi, aktivitas fisik, dan tingkat stress (Armayanti & Damayanti, 2021).

Menurut WHO 2014 rata-rata lebih dari 75% wanita mendapat gangguan menstruasi. Di swedia 72%, di Amerika Serikat paling banyak terjadi sebanyak 94,9% mengalami gangguan menstruasi yang terjadi pada remaja usia 12-17 tahun (Yolandiani et al., 2020). Berdasarkan riskesdas (2010) bahwa siklus menstruasi teratur pada wanita usia 10-59 tahun di Indonesia sebanyak 68,0% sedangkan siklus menstruasi yang tidak teratur 13,7%. Remaja putri yang tinggal di perkotaan di Indonesia, mengalami siklus menstruasi yang tidak

teratur sebanyak 14,9% (Ilmi & Selasmi, 2019). Salah satu penyebab yang sering dijumpai yang mempengaruhi pola siklus menstruasi yaitu stres.

Menurut Rohan, 2017 (Yolandiani et al., 2020) dampak yang muncul dari tidak teraturnya siklus menstruasi yang tak segera diatasi dengan benar yaitu adanya gangguan pada kesuburan, tubuh kehabisan banyak darah, maka akibat yang terjadi yaitu anemia yang ditandai dengan gampang lelah, wajah pucat, kurangnya konsentrasi dan tanda-tanda anemia yang lainnya. Tidak teraturnya siklus menstruasi juga merupakan indeks penting untuk menandakan adanya gangguan sistem reproduksi yang kemudian bisa berkaitan dengan meningkatnya risiko berbagai penyakit sistem reproduksi, misalnya kanker rahim dan infertilitas.

Stres merupakan suatu keadaan dimana kondisi tubuh terganggu karena tekanan psikologis (Hazanah et al., 2013). Saat seseorang mengalami stres tubuh akan menghasilkan adrenalin sebagai bentuk pertahanan. Gangguan siklus menstruasi bisa diakibatkan karena meningkatnya kadar kortisol di dalam darah (Nainggolan & Sukatendel, 2021).

Berdasarkan data dari RISKESDAS yang dihimpun oleh Depkes RI tahun 2013, menyatakan bahwa prevalensi kejadian stres pada masa remaja setiap tahunnya mengalami peningkatan. Sebanyak 6% remaja di Indonesia dengan usia lebih dari 15 tahun mengalami gangguan mental seperti stres, depresi, dan kecemasan. Secara umum mereka cenderung akan melakukan tindakan yang membahayakan diri sendiri ataupun orang lain karena mudah terpicu oleh kondisi lingkungan sekitar, sehingga dapat menyebabkan tindakan agresif.

Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh (Hazanah et al., 2013) dengan judul penelitian “Hubungan Stres dengan Siklus Menstruasi pada Usia 18-21 tahun” dengan hasil penelitian yang didapatkan bahwa 47 remaja tidak stres dengan menstruasi teratur, 18 remaja tidak stres dengan menstruasi tidak teratur, 25 remaja mengalami stres dengan menstruasi teratur dan 42 remaja mengalami stres dengan siklus menstruasi tidak teratur. Sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara stres dan siklus menstruasi dengan nilai  $p$  value = 0,001.

Dimasa pandemi seperti sekarang ini banyak sekolah-sekolah yang melakukan pembelajaran secara online atau disebut juga dengan daring. Dengan pembelajaran daring ini banyak siswa siswi yang mengeluh kurang memahami materi serta tugas-tugas yang diberikan sehingga menyebabkan stres pada siswi yang dapat mempengaruhi terhadap pola siklus menstruasi. Berdasarkan hasil wawancara dengan 8 orang siswi remaja didapatkan hasil bahwa 3 orang remaja mengatakan siklus menstruasi normal atau teratur, dan 5 orang remaja mengatakan siklus menstruasi terganggu atau tidak teratur. Dari 8 orang siswi remaja, 5 diantaranya mengalami stres yang diakibatkan oleh pembelajaran daring dan banyaknya tugas atau disebut juga dengan stres akademik sehingga menyebabkan siklus menstruasi nya tidak lancar.

Oleh karena itu penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi di SMKN 2 Sumedang”.

## **1.2 Rumusan Masalah**

Apakah ada hubungan antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi?

## **1.3 Tujuan Penelitian**

### **1.3.1 Tujuan Umum**

Menggambarkan hubungan tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi pada remaja putri di SMKN 2 Sumedang.

### **1.3.2 Tujuan Khusus**

1. Menggambarkan tingkat stres pada remaja putri di SMKN 2 Sumedang.
2. Menggambarkan siklus menstruasi pada remaja putri di SMKN 2 Sumedang.
3. Menggambarkan hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMKN 2 Sumedang.

## **1.4 Manfaat Penelitian**

### **1.4.1 Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian diharapkan dapat memberi informasi serta wawasan bagi remaja putri tentang tingkat stres dan siklus menstruasi.

### **1.4.2 Manfaat Praktis**

1. Hasil penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai penambah referensi untuk peneliti selanjutnya dan sebagai bahan informasi dalam meningkatkan mutu pelayanan tentang kesehatan reproduksi.
2. Hasil penelitian ini diharapkan dijadikan sebagai informasi untuk SMKN 2 Sumedang sebagai lokasi penelitian tentang tingkat stres yang dialami oleh siswi di SMKN 2 Sumedang.