

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan masa peralihan dari masa anak ke masa dewasa yang meliputi semua perkembangannya yang dialami sebagai persiapan memasuki masa dewasa. World Health Organization (WHO) mengategorikan batas usia remaja antara usia 10-19 tahun, dengan kriteria untuk masa pra-remaja 10-12 tahun, masa remaja awal usia 12-15 tahun, remaja pertengahan 15-18 tahun dan remaja akhir 18-21 tahun. (Monks, F.J., Knoers, A.M.P & Haditono, S.R. 2015).

Di dunia diperkirakan kelompok remaja berjumlah 1,2 milyar atau 18% dari jumlah penduduk dunia (WHO, 2014). Data jumlah penduduk di Indonesia remaja usia 10-19 tahun pada tahun 2016 adalah sebanyak 65.813.917 jiwa. Sedangkan menurut catatan PKBI tahun 2017 mengalami peningkatan menjadi 70.197.219 juta jiwa (Profil Kesehatan Indonesia. 2016-2017). Pada tahun 2017 jumlah penduduk remaja di Jawa Tengah sebanyak 9.789.751 jiwa dengan penduduk remaja laki-laki 4.791.975 jiwa (49%) dan penduduk remaja perempuan sebanyak 4.997.776 jiwa (51%) (Profil Kesehatan Jawa Tengah 2017). Jumlah remaja di Kabupaten Klaten usia 10-14 tahun sebanyak 82.985 jiwa sedangkan usia 15-19 tahun sebanyak 87.789 jiwa (BPS, 2016).

Fase remaja adalah fase peralihan dari fase anak-anak menuju masa dewasa. Karakteristik yang bisa dilihat adalah adanya banyak perubahan yang terjadi baik itu perubahan fisik maupun psikis. Perubahan fisik yang dapat dilihat adalah perubahan pada karakteristik seksual seperti pembesaran buah dada, perkembangan pinggang untuk anak perempuan sedangkan anak laki-laki tumbuhnya kumis, jenggot serta perubahan suara yang semakin dalam. Perubahan mentalpun mengalami perkembangan. Pada fase ini pencapaian identitas diri sangat menonjol, pemikiran semakin logis, abstrak, dan idealistis. Periode ini disebut fase pubertas (*puberty*) yaitu suatu periode dimana kematangan kerangka

atau fisik tubuh seperti proporsi tubuh, berat dan tinggi badan mengalami perubahan serta kematangan fungsi seksual yang terjadi secara pesat terutama pada awal masa remaja (Amita Diananda, 2018).

Salah satu periode dalam rentang kehidupan individu yaitu masa (fase) remaja. Dimana pada masa ini segmen kehidupan akan terasa lebih penting dalam proses perkembangan individu dan merupakan masa transisi yang diarahkan menuju masa dewasa yang sehat. Tahap remaja merupakan masa transisi antara masa anak dan dewasa, dimana terjadi pacu tumbuh (*growth spurt*), dan terjadi perubahan-perubahan psikologis dan kognitif, serta ciri-ciri seks sekunder seperti menstruasi (Mansur, 2012). Menstruasi adalah perdarahan vagina secara bertahap dengan proses terjadinya pelepasan lapisan endometrium uterus, normalnya proses menstruasi terjadi yaitu hasil interaksi antara hipotalamus, hipofisis, dan ovarium yang bertanggung jawab dalam pengaturan perubahan-perubahan siklus maupun lama siklus menstruasi. Siklus menstruasi adalah jarak antara mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya (Rahmawati, 2017). Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 28-35 hari setiap kali periode menstruasi. Siklus menstruasi dikatakan tidak normal jika <28 hari dan >35 hari (Kusyani, 2012).

Pada remaja yang sudah mengalami menstruasi, sering mengalami gangguan terkait dengan menstruasi. Dimana remaja akan merasa terganggu bila hidupnya mengalami perubahan, terutama bila menstruasi menjadi lebih lama atau banyak, tidak teratur, lebih sering atau tidak haid sama sekali (Dwi Sogi, 2011). Ada tiga jenis gangguan menstruasi yang termasuk kedalam siklus menstruasi yang tidak teratur yaitu *polimenorea*, *oligomenorea* dan *amenorea*. Gangguan pada siklus menstruasi dipengaruhi oleh gangguan pada fungsi hormon, kelainan sistemik, stres, kelenjar gondok dan hormone prolactin yang berlebihan (Muniroh & Widiatie, 2017).

Menurut data badan kesehatan dunia (World Health Organization, 2010) terdapat 75% remaja yang mengalami gangguan menstruasi dan ini merupakan alasan terbanyak seorang remaja putri mengunjungi dokter spesialis kandungan. Siklus menstruasi pada remaja sering tidak teratur, terutama pada tahun pertama

setelah menarche sekitar 80% remaja putri mengalami terlambat haid 1 sampai 2 minggu dan sekitar 7% remaja putri yang haidnya datang lebih cepat, disebabkan oleh ovulasi yang belum terjadi (*Anovulatory cycles*). Data dari Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS, 2013) menunjukkan bahwa sebagian besar 68% perempuan di Indonesia yang berusia 10–59 tahun melaporkan menstruasi teratur dan 13,7% mengalami masalah siklus menstruasi yang tidak teratur dalam satu tahun terakhir. Hasil prevalensi gangguan menstruasi di Jawa Tengah dengan presentase nyeri menstruasi 89,5%, ketidakteraturan menstruasi sebesar 31,2%, dan durasi menstruasi yang panjang sebesar 5,3%. Hasil study di daerah Klaten menyatakan bahwa dari 90% responden yang mengalami gangguan menstruasi, keluhan yang dirasakan mengganggu adalah hipermenorea sebanyak 45% dan oligomenorea sebanyak 35% dan desminorea 20% (Dinas Kesehatan JATENG, 2016).

Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (stressor). Stressor dapat mempengaruhi semua bagian dari kehidupan seseorang, menyebabkan stres mental, perubahan perilaku, masalah-masalah dalam interaksi dengan orang lain dan keluhan-keluhan fisik salah satunya gangguan siklus menstruasi. Dalam pengaruhnya terhadap pola menstruasi, stres melibatkan sistem neuroendokrinologi sebagai sistem yang besar perannya dalam reproduksi wanita. (Christian, M. 2015).

Manusia mengalami stres dari tiga sumber utama yaitu lingkungan, fisiologik, dan pikiran. Stres lingkungan mencakup kebisingan, kepadatan, tekanan waktu, standar prestasi, ancaman terhadap rasa aman dan harga diri serta penyesuaian diri dengan teman, pasangan dan perubahan keluarga. Stres fisiologik (dari tubuh) antara lain perubahan kondisi tubuh seperti masa remaja, haid, proses menua, kecelakaan, kurang gizi, kurang tidur. Stres pikiran merupakan pemaknaan diri dan lingkungan dimana pikiran menginterpretasi dan menerjemahkan pengalaman perubahan (Hazanah, Shoufiah & Nurlaila 2013).

Riset Kesehatan Dasar (Rikesdas, 2018) prevalensi kejadian stres pada remaja meningkat dari tahun ketahun. Pada tahun (2013) sebesar 6,0% dan di tahun (2018) sebesar 9,8% masyarakat Indonesia yang berumur lebih dari 15 tahun

mengalami gangguan mental emosional berupa stres, kecemasan, dan depresi. Prevalensi gangguan mental emosional (depresi, cemas dan stres) pada penduduk usia 15 tahun keatas di DIY pada tahun (2013) sebesar 8,1%, dan pada tahun (2018) sebesar 10% diatas prevalensi nasional yaitu 9.8%.

Dewasa ini masyarakat dunia tengah diresahkan dengan adanya wabah Corona Virus Disease (COVID-19) yang menjadi sebuah pandemi. Seluruh dunia kini disibukkan dengan berbagai upaya pencegahan COVID-19 untuk menahan lonjakan pasien positif karena hingga saat ini masih belum ditemukan obat maupun vaksinya. Selain itu, dengan adanya virus COVID-19 pemerintah membuat beberapa kebijakan untuk menghentikan penyebaran wabah ini, seperti melakukan lockdown di daerah yang sudah termasuk ke dalam zona merah penyebaran virus, lalu physical quarantine untuk menghindari penyebaran virus secara kontak fisik. Salah satunya dari sektor pendidikan terutama pendidikan di Indonesia, saat ini pemerintah menggembor-gemborkan sekolah di rumah di mana siswa belajar secara daring dan tidak berangkat ke sekolah. Jika situasi ini terjadi dalam jangka panjang, tentunya tidak hanya kondisi fisik siswa tetapi kondisi mental siswa jauh lebih berdampak (Nurkholis, 2020).

Ketidakstabilan dan kecemasan hidup di masa pandemi tentunya menghasilkan perasaan tertekan, hal ini membuat stress yang berlebih selama masa pandemi. Ditambah lagi, frekuensi untuk bertemu dengan sahabat menjadi kurang dan tidak dapat pergi ke tempat-tempat yang menyenangkan untuk melepas penat. Kemudian stress yang dirasakan tidak teratasi dengan baik dan perasaan tersebut menumpuk hingga akhirnya turut mempengaruhi kondisi tubuh. Perlu diketahui, ketika seseorang mengalami stress berlebih, produksi estrogen, progesteron dan berbagai hormon lain di dalam tubuh menjadi kacau. Kekacauan didalam tubuh bisa menyebabkan siklus menstruasi tidak teratur. Penyebab menstruasi tidak teratur beberapa bulan ini bukan karena virus corona, melainkan efek stress yang dihasilkan oleh perubahan-perubahan hidup selama pandemi Covid-19 berlangsung (Kemenkes, 2020)

Stres dapat mempengaruhi siklus menstruasi, karena pada saat stres, hormon stres yaitu hormon kortisol sebagai produk dari glukokortikoid korteks adrenal

yang disintesa pada zona fasikulata bisa mengganggu siklus menstruasi karena mempengaruhi jumlah hormon progesteron dalam tubuh. Jumlah hormon dalam darah yang terlalu banyak inilah yang dapat menyebabkan perubahan siklus menstruasi (Chomaria, N. 2013) Menstruasi atau haid adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Pada wanita dewasa, setiap bulan, satu dari sel-sel telurnya akan matang dari salah satu indung telur sebelah kanan atau sebelah kiri secara bergantian, sampai sel-sel telur tersebut habis (menopause). Selama proses pematangan sel telur tersebut, dinding rahim akan menebal sebagai persiapan bantalan janin apabila terjadi pembuahan, apabila tidak terjadi pembuahan, maka lapisan dinding rahim yang menebal tersebut akan rusak dan luruh, yang kemudian keluar sebagai darah haid (Wijayanti, D. 2015).

Hasil wawancara dengan Kepala Desa Jurangjero diketahui bahwa terdapat sekitar 44 remaja putri di Dukuh Ngawinan-Tegalsari. Peneliti melakukan wawancara dengan 3 remaja putri didapatkan hasil bahwa dari ketiganya mengalami stress dalam menghadapi pandemi Covid-19. Stress dikarenakan sekolah secara online dan mendapatkan banyak tugas, tugas yang di dapat lebih banyak daripada saat sekolah seperti biasa. Stress juga dikarenakan adanya kebijakan pemerintah yang mengharuskan berada di rumah saja, dan merasa bosan. Siklus menstruasi menjadi lebih cepat dari biasanya.

B. Rumusan Masalah

Dewasa ini masyarakat dunia tengah diresahkan dengan adanya wabah Corona Virus Disease (COVID-19) yang menjadi sebuah pandemi. Seluruh dunia kini disibukkan dengan berbagai upaya pencegahan COVID-19 untuk menahan lonjakan pasien positif karena hingga saat ini masih belum ditemukan obat maupun vaksinya. Selain itu, dengan adanya virus COVID-19 pemerintah membuat beberapa kebijakan untuk menghentikan penyebaran wabah ini, seperti melakukan lockdown di daerah yang sudah termasuk ke dalam zona merah penyebaran virus, lalu physical quarantine untuk menghindari penyebaran virus secara kontak fisik. Salah satunya dari sektor pendidikan terutama pendidikan di

Indonesia, saat ini pemerintah menggembor-gemborkan sekolah di rumah di mana siswa belajar secara daring dan tidak berangkat ke sekolah. Jika situasi ini terjadi dalam jangka panjang, tentunya tidak hanya kondisi fisik siswa tetapi kondisi mental siswa jauh lebih berdampak (Nurkholis, 2020).

Ketidakstabilan dan kecemasan hidup di masa pandemi tentunya menghasilkan perasaan tertekan, hal ini membuat stress yang berlebih selama masa pandemi. Ditambah lagi, frekuensi untuk bertemu dengan sahabat menjadi kurang dan tidak dapat pergi ke tempat-tempat yang menyenangkan untuk melepas penat. Kemudian stress yang dirasakan tidak teratasi dengan baik dan perasaan tersebut menumpuk hingga akhirnya turut mempengaruhi kondisi tubuh. Perlu diketahui, ketika seseorang mengalami stress berlebih, produksi estrogen, progesteron dan berbagai hormon lain di dalam tubuh menjadi kacau. Kekacauan didalam tubuh bisa menyebabkan siklus menstruasi tidak teratur. Penyebab menstruasi tidak teratur beberapa bulan ini bukan karena virus corona, melainkan efek stress yang dihasilkan oleh perubahan-perubahan hidup selama pandemi Covid-19 berlangsung (Kemenkes, 2020)

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti merumuskan masalah “Adakah hubungan tingkat stres dalam menghadapi pandemi covid-19 dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Dukuh Ngawinan-Tegalsari, Jurangjero, Karangnom, Klaten?”

C. Tujuan

1. Tujuan umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk menganalisa Hubungan antara tingkat stress dalam menghadapi pandemi covid-19 dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Dukuh Ngawinan-Tegalsari, Jurangjero, Karangnom, Klaten

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden (Umur, Berat badan, Tinggi badan)

- b. Mengidentifikasi tingkat stress dalam menghadapi Covid-19 pada remaja putri
- c. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada remaja remaja putri
- d. Menganalisis hubungan tingkat stress dalam menghadapi covid-19 dengan siklus menstruasi pada remaja putri

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah khasanah ilmu keperawatan maternitas khususnya tentang tingkat stress dalam menghadapi pandemi covid-19 dengan siklus menstruasi

2. Manfaat praktis

a. Bagi remaja

Hasil penelitian ini dapat memberikan pengetahuan terhadap remaja khususnya dalam bidang keperawatan maternitas dan dapat menambah pengetahuan tentang tingkat stress remaja dan siklus menstruasi.

b. Bagi orangtua

Hasil penelitian ini dapat memberikan dampak positif kepada orangtua supaya orangtua dapat mengetahui tingkat stress dalam menghadapi pandemi covid-19 dan siklus menstruasi pada remaja putri.

c. Bagi masyarakat

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi bagi masyarakat pada umumnya dan bagi mahasiswi pada khususnya untuk mengetahui hubungan tingkat stress dalam menghadapi pandemi covid-19 dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

d. Bagi perawat

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai referensi tambahan dalam memeberikan informasi tentang faktor-faktor yang mempengaruhi stress dalam menghadapi pandemi covid-19 kepada remaja putri.

e. Bagi peneliti selanjutnya

Hasil penelitian yang dilakukan diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri dan dapat menjadi acuan penelitian selanjutnya.

E. Keaslian Penelitian

1. Ika Nurmalia Sari, Alvi Kusuma Wardani, Abdul Rahman Wahid (2020), dengan judul “Hubungan Tingkat Stres Akademik dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Program Studi D3 Farmasi Tingkat 1 (Satu) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram”.

Penelitian ini menggunakan metode penelitian korelatif dengan uji chi – square. Digunakan teknik purposive sampling hingga diperoleh sampel sebanyak 35 orang. Instrumen penelitian merupakan kuesioner yang didasarkan atas variabel penelitian, yakni tingkat stress dan siklus menstruasi. Hasil analisa univariat menunjukkan bahwa 10 orang (28,4%) memiliki tingkat stress normal, 15 orang (42,4%) memiliki stress tingkat ringan, 8 orang (22,8%) memiliki stress tingkat sedang, dan 2 orang (5,7%) memiliki stress tingkat berat; 5 orang (14,2%) mengalami polimenorea, 24 orang (68,5%) memiliki siklus menstruasi normal, 6 orang (17,1%) mengalami oligomenorea. Hasil analisa bivariat pada SPSS dengan menggunakan uji chi – square menunjukkan nilai korelasi korelatif (r) sebesar 0,760 dan nilai p sebesar 0,000 ($p < 0,05$) yang berarti ada hubungan signifikan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi mahasiswi D3 Farmasi Tingkat 1 (satu) Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Mataram. Kesimpulan berdasarkan hasil penelitian pada mahasiswi dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi mahasiswi D3 Farmasi Tingkat 1 (satu) Universitas Muhammadiyah Mataram ($p=0,000$; $p<0,005$ dengan besar korelasi $r=0,760$). Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan adalah variabel bebasnya, teknik pengambilan sampelnya dan metode penelitiannya.

2. Mi Yu, Kyungdo Han dan Ga Eun Nam (2017), dengan judul “*The association between mental health problems and menstrual cycle irregularity among adolescent Korean girls*”

Penelitian ini menggunakan desain penelitian cross-sectional berbasis populasi ini berada di 808 remaja putri (12-18 tahun) berpartisipasi dalam 2010-2012 Korea Pemeriksaan Kesehatan dan Gizi Nasional Survei. Stres psikologis, depresi suasana hati, ide bunuh diri, upaya bunuh diri, dan konseling psikologis dinilai melalui kuesioner dan survei, dan regresi logistik multivariabel hirarkis analisis dilakukan. Risiko ketidakteraturan siklus menstruasi cenderung meningkat, karena jumlah kesehatan mental masalah meningkat (P untuk tren = 0,016). Tinggi tingkat stres, suasana hati depresi, dan konseling psikologis dikaitkan dengan peningkatan risiko siklus menstruasi ketidakteraturan (rasio ganjil [kepercayaan 95% intervall = 1.88 [1.1-3.21], 2.01 [1.01-4.03], dan 2.92 [1.16-7.34], masing-masing) bahkan setelahnya menyesuaikan usia, indeks massa tubuh, alcohol konsumsi, status merokok, fisik aktivitas, tingkat hemoglobin, rumah tangga bulanan penghasilan, upaya penurunan berat badan, usia pada menarche, dan durasi tidur. Bunuh diri ideasi tidak dikaitkan secara signifikan dengan ketidakteraturan siklus menstruasi.

Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan adalah variabel terikatnya, teknik pengambilan sampelnya dan desain penelitiannya.

3. S. K. Gumanga and R. A. Kwame-Aryee (2012), dengan judul “*Menstrual Characteristics In Some Adolescent Girls In Accra, Ghana*”

Penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif cross-sectional menggunakan kuesioner yang dikelola sendiri. Empat ratus lima puluh enam anak perempuan yang usianya berkisar 14-19 tahun dengan usia rata-rata dan median $16 + 0,93$ bulan dan 16 tahun masing-masing disurvei. Usia mereka di menarche berkisar antara 9 tahun ke 16 tahun dan usia rata-rata saat menarche adalah $12,5 + 1.28$ tahun. Panjang siklus menstruasi mereka berkisar dari 21-35 hari dengan panjang siklus menstruasi rata-rata $27,9 + 0,9$ hari; mode dan median keduanya 28 hari. Itu berarti durasi aliran menstruasi adalah 4,9 hari dengan mode dan median Sdays. Tujuh puluh satu persen ($n=449$) mengalami

menstruasi selama 3-hari sedangkan 27.2% memilikinya menstruasi berlangsung lebih dari 5 hari. Sekitar 24% (n = 409) pernah menstruasi tidak teratur enam bulan setelah menarche dan mereka 59,6% (n = 453) mengalami menstruasi dengan bekuan darah.

Perbedaan dengan penelitian yang dilakukan adalah variabel terikatnya, variabel bebas dan teknik pengambilan sampelnya dan metode penelitiannya.