

BAB I PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Setiap remaja akan mengalami pubertas. Pubertas merupakan masa awal pematangan seksual, yakni suatu periode dimana seorang remaja mengalami perubahan fisik, hormonal, dan seksual serta mampu mengadakan proses reproduksi. Pada remaja putri, usia pubertas diawali dengan Haid atau Menstruasi (*menarche*) (Kujangke dkk, 2013). Usia menarkhe (menstruasi pertama) pada anak gadis terjadi antara umur 10 dan 16 tahun (Knight, 2009). Menstruasi merupakan perbedaan yang mendasar antara pubertas pria dan pubertas wanita (Kujangke, dkk, 2013).

Pola menstruasi merupakan serangkaian proses menstruasi yang meliputi siklus menstruasi, lama perdarahan menstruasi. Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya. Sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi yang lalu dan mulainya menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisar antara 21-35 hari dan hanya 10-15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3-5 hari, ada yang 7-8 hari. Setiap hari ganti pembalut 2-5 kali. Panjangnya siklus menstruasi ini dipengaruhi oleh usia, berat badan, aktivitas fisik, tingkat stres, genetik dan gizi (Wiknjosastro,2005, Octaria,2009).

Lama keluarnya darah menstruasi juga bervariasi, pada umumnya lamanya 4 sampai 6 hari, tetapi antara 2 sampai 8 hari masih dapat dianggap normal. Pengeluaran darah menstruasi terdiri dari fragmen-fragmen kelupasan

endometrium yang bercampur dengan darah yang banyaknya tidak tentu. Rata-rata banyaknya darah yang hilang pada wanita normal selama satu periode menstruasi telah ditentukan oleh beberapa kelompok peneliti, yaitu 25-60 ml (Heffner, 2008).

Faktor-faktor yang dapat menyebabkan gangguan pola menstruasi dalam Hestiantoro (2009) adalah: Fungsi hormon terganggu, kelainan sistemik, cemas, kelenjar gondok, hormon prolactin berlebihan, kelainan fisik (alat reproduksi) seperti: gangguan kesuburan, abortus berulang, dan keganasan pada organ reproduksi.

Kecemasan adalah hasil dari proses psikologi dan proses fisiologi dalam tubuh manusia. Kecemasan sering kali berkembang selama jangka waktu panjang dan sebagian besar tergantung pada seluruh pengalaman hidup seseorang. Kecemasan akan dirasakan oleh semua orang, terutama jika ada tekanan perasaan atau tekanan jiwa yang berlebihan (Ramaiah, 2003).

Dalam RISKESDAS (2010) dinyatakan bahwa persentase perempuan usia 10-59 tahun di Indonesia yang mengalami haid tidak teratur sebesar 13,7%. Lebih rinci lagi, sebanyak 3,5% remaja berusia 10-14 tahun dan sebanyak 11,7% remaja berusia 15-19 tahun yang mengalami haid tidak teratur. Di Gorontalo, persentase perempuan usia 10-59 tahun yang mengalami haid tidak teratur sebesar 23,3%. Alasan haid tidak teratur pada perempuan usia 10-59 tahun di Gorontalo adalah 1,2% karena sakit, 7,8% masalah KB, 3,0% menopause, 10,7% lain-lain, dan 8,2 % tidak mengetahui alasannya.

Dalam Penelitian Mahbubah tentang hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada wanita usia 20-29 tahun 2006 di Kelurahan Sidoarjo Kecamatan Pacitan didapatkan bahwa sebagian besar responden siklus menstruasi yang normal dan sebanyak 35,1 % mengalami siklus menstruasi terganggu yaitu *polimenore* 23,1%, *oligomenore* 69,2% dan *amenore* 7,7%. Responden yang cenderung mengalami gejala stres berat yaitu sebanyak 44,6%.

Penelitian yang di lakukan oleh Isnaeni (2010), dengan judul “Hubungan antara Stres dengan Pola Menstruasi pada Mahasiswa D IV Kebidanan Jalur Reguler Universitas Sebelas Maret Surakarta diperoleh hasil bahwa terdapat hubungan positif antara stres dengan pola menstruasi pada mahasiswa D IV Kebidanan Jalur Reguler Universitas Sebelas Maret Surakarta dengan kekuatan korelasi lemah.

Penelitian yang sama telah dilakukan oleh Devi (2012) pada 10 mahasiswa D3 kebidanan tingkat 3 di Universitas Muhammadiyah Semarang, didapatkan 6 mahasiswa atau 60% diantaranya menyatakan pola menstruasinya tidak teratur (mundur lebih dari dua minggu dari pola atau menstruasinya lebih awal satu minggu) disebabkan kecemasan karena kegiatan perkuliahan yang padat, persiapan menghadapi serangkaian ujian serta kegiatan penyusunan KTI. Sedangkan 4 mahasiswa atau 40% mahasiswa lainnya menyatakan pola menstruasinya normal pada saat mahasiswa ada kegiatan yang padat.

Berdasarkan data *National Institute of Mental Health* (2005) di Amerika Serikat terdapat 40 juta orang mengalami gangguan kecemasan pada usia 18 tahun hingga lanjut usia. Sedangkan prevalensi gangguan kecemasan di Indonesia

berkisar pada 6-7% dari populasi umum. Prevalensi kelompok perempuan lebih tinggi dibandingkan kelompok laki-laki. Penelitian yang dilakukan pada kelompok laki-laki dan kelompok perempuan pada murid SMA dengan menggunakan *Hamilton Anxiety Rating Scale*, prevalensi gangguan kecemasan sebesar 8-12% (Suwarni, 2009 dalam Prihatanti, 2010).

Menurut Perdana (2011) dalam penelitiannya di Jurusan Keperawatan FKUB angkatan 2007 didapatkan bahwa dari 62 orang mahasiswa yang menjadi responden, 48.4% (30 orang) mahasiswa mengalami kecemasan ringan, 43.5% (27 orang) mengalami kecemasan sedang, dan 8.1% (5 orang) mengalami kecemasan berat. Jika dilihat dari karakteristik jenis kelamin didapatkan 82.3% (51 orang) responden berjenis kelamin perempuan dan 17.7% (11 orang) berjenis kelamin laki-laki. Jadi didapatkan bahwa perempuan rentan mengalami kecemasan daripada laki-laki.

Hernawati melakukan penelitian pada tahun 2005 yang dilakukan terhadap mahasiswa baru yang tinggal di Asrama Putra dan Asrama Putri Kampus IPB Darmaga, cenderung mengalami tingkat stres yang tinggi disebabkan oleh beberapa faktor seperti belum pernah mengalami kost sebelumnya, terlalu banyaknya teman sekamar, kesulitan beradaptasi dengan lingkungan, masalah pribadi, kesulitan berteman, memahami materi kuliah, masalah kesehatan, homesick (rindu keluarga) dan masalah keuangan.

Hasil survey awal pada tanggal 18 November 2013, yang dilakukan oleh Peneliti di SMP Negeri 1 Kabila pada siswa kelas VIII sebanyak 5 orang, didapatkan hasil bahwa siswi yang bernama N mengatakan siklus menstruasinya

tidak normal (lebih maju dari tanggal sebelumnya) tetapi lama perdarahannya 5-7 hari. Hal tersebut dikarenakan siswi ini mengalami kecemasan karena ujian yang semakin dekat dan banyaknya tugas yang diberikan oleh guru pengajar. Saat wawancara siswi N wajahnya tampak tegang saat diwawancara. Selain itu juga, hal yang sama dialami oleh siswi yang bernama A, dimana siklus menstruasinya tidak normal (siklus menstruasinya mundur dari tanggal yang sebelumnya). Siswi A mengatakan hal tersebut dikarenakan siswi ini cemas dengan banyaknya tugas yang menumpuk, ada masalah dengan pacarnya, serta siswi ini saat wawancara nampak gelisah.

Disamping itu, siswi yang bernama F mengatakan siklus menstruasinya tidak normal, dimana siswi ini menstruasi nanti selang waktu 3 bulan (amenorea) dan saat menstruasi, lama perdarahannya lebih dari 7 hari (8-14 hari). Hal ini disebabkan siswi ini cemas karena banyak pikiran baik pikiran tentang sekolah, keluarga maupun masalah pribadinya. Saat diwawancara mengapa hal itu terjadi siswi ini sulit berkonsentrasi saat pertanyaan dikemukakan. Siswi yang bernama E mengatakan siklus menstruasi normal dan lama perdarahannya 5-7 hari. Saat wawancara, siswi ini menjawabnya dengan napas yang pendek. Serta siswi yang bernama S, siklus menstruasinya tidak normal (dimana menstruasinya sering hilang saat hari kedua kemudian hari berikutnya muncul lagi), tetapi lama perdarahannya normal sampai 7-8 hari. Akan tetapi, siswi ini tidak mengetahui alasan kenapa siklus menstruasinya tidak normal, serta saat diwawancara siswi ini mudah tersinggung apabila ada kata-kata maupun kalimat yang salah peneliti katakan.

Dapat dikatakan bahwa siswi-siswi di atas mengalami kecemasan akibat faktor stressor, baik dari internal maupun eksternal. Dimana, siswi tersebut dituntut harus melaksanakan kewajiban sebagai seorang siswi diantaranya dituntut harus mengerjakan tugas yang diberikan oleh guru pengajar, siswi juga dituntut untuk harus melaksanakan ujian yang ada serta siswi tersebut memiliki masalah dengan pacarnya.

Oleh karena itu, kecemasan menyebabkan terganggunya pola menstruasi. Khusus untuk siswi kelas VIII di SMP Negeri 1 Kabila gangguan pola menstruasi seperti siklus menstruasi, lama perdarahan dan dismenorea.

Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “hubungan tingkat kecemasan dengan pola menstruasi di SMP N 1 Kabila”.

1.2 Identifikasi Masalah

1. Pola menstruasi siswi SMP Negeri 1 Kabila bervariasi dalam siklus menstruasi dan lama perdarahan.
2. Dari hasil wawancara di SMP Negeri 1 Kabila, cemas yang dialami siswi tersebut dikarenakan adanya faktor stresor baik internal maupun eksternal sehingga terjadi gangguan pola menstruasi pada siswi tersebut.
3. Berdasarkan Survey awal pada siswi di SMP N 1 Kabila, didapatkan siswi kelas VIII lebih banyak mengalami kecemasan sehingga pola menstruasi terganggu dibandingkan siswi kelas VII dan IX.

1.3 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah di atas, maka peneliti merumuskan masalah dalam penelitian ini adalah apakah terdapat hubungan tingkat kecemasan dengan pola menstruasi pada siswi kelas VIII di SMP N 1 Kabila?.

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Tujuan penelitian ini adalah diketahui hubungan tingkat kecemasan dengan pola menstruasi pada siswi di SMP Negeri 1 Kabila.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Diketahui tingkat kecemasan yang dialami oleh siswi kelas VIII di SMP Negeri 1 Kabila.
2. Diketahui pola menstruasi pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 1 Kabila.
3. Diketahui hubungan tingkat kecemasan dengan pola menstruasi pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 1 Kabila.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai bahan masukan dalam rangka penyusunan teori ataupun konsep baru untuk pengembangan ilmu pengetahuan serta dapat menambah wawasan dalam ilmu keperawatan sendiri.

1.5.2 Manfaat Praktis

Dapat memberikan informasi kepada pihak sekolah khususnya bagi siswi kelas VIII di SMP N 1 Kabila mengenai tingkat kecemasan

dengan pola menstruasi serta gangguan yang bisa terjadi pada pola menstruasi tersebut serta sebagai bahan pertimbangan untuk dapat mengatasi agar proses pelajaran di sekolah dapat berjalan dengan lancar.