

## **BAB 1**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan masa pertukaran dari kanak-kanak menjadi dewasa. Terjadi perubahan dalam menuju masa dewasa yaitu perubahan pada fisik, sosial, emosional dan psikologis. Muncul perubahan fisiologis pada remaja yang membawa kematangan fisik dan biologis. Kematangan fisik pada remaja putri dilihat dari perubahan siklus menstruasi pada alat reproduksi <sup>1</sup>. Menstruasi adalah langkah awal bagi remaja putri yang mengalami pubertas. Siklus menstruasi adalah mulainya jarak antara menstruasi yang lalu dengan menstruasi yang baru. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 28-35 hari sekali dengan waktu menstruasi berkisar 5-7 hari. Siklus menstruasi dapat terjadi secara bertahap dan di pengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya stres <sup>2</sup>.

Populasi remaja di dunia diperkirakan sebanyak 1,2 miliar atau sekitar 18% dari total penduduk. Badan Pusat Statistik tahun 2020 jumlah remaja di Indonesia pada usia 10-19 tahun sebanyak 44,5 juta atau sekitar 17% dari total jumlah penduduk. Remaja menurut WHO yaitu yang berusia 12-24 tahun dan menurut Kemenkes RI, usia remaja antara 10-19 tahun <sup>3</sup>.

Di dunia angka kejadian pada gangguan menstruasi sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami gangguan menstruasi. Penyebab siklus menstruasi tidak lancar di karenakan status gizi, berat badan, gangguan reproduksi, aktifitas berlebihan dan stres. Seseorang yang mengalami stres dapat dilihat dari tanda dan gejala seperti emosi yang berlebih, waktu tidur

yang buruk, mudah lelah dan tidak bersemangat. Data Riset Kesehatan Dasar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia tahun 2018) menunjukkan prevalensi stres pada remaja usia 15 tahun ke atas mencapai sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta orang<sup>4</sup>.

Umumnya siklus menstruasi berlangsung secara teratur saat memasuki usia 17-18 tahun, atau 3-5 tahun setelah wanita menarche. Menurut WHO (World Health Organization) pada tahun 2018 disebutkan bahwa sekitar 80% wanita di dunia mengalami menstruasi tidak teratur. Sesuai Data Riset Kesehatan Dasar (Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2018) sebanyak 11,7% remaja di Indonesia mengalami menstruasi tidak teratur sedangkan di Provinsi Sumatera Utara wanita dengan siklus menstruasi teratur sebanyak (68,3%) dan yang tidak teratur (11,6%)<sup>5</sup>.

Menurut penelitian terdahulu (Irma Fidora, 2019) hasil yang didapatkan dari 50 siswi di SMK Pembina Bangsa Bukittinggi yang telah mengisi kuesioner, 38% remaja mengalami tingkat stres berat dan 66% yang mengalami gangguan siklus menstruasi. Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi.<sup>5</sup> Dan menurut penelitian yang dilakukan (Legina Anggraeni, 2022) terdapat 88% dari 44 responden yang mengalami stres dan mengalami gangguan siklus menstruasi.<sup>6</sup>

Berdasarkan studi pendahuluan di Madrasah Aliyah Negeri 1 Deli Serdang didapatkan di unit kesehatan sekolah (UKS) beberapa remaja putri dengan keluhan siklus menstruasi yang tidak teratur setiap bulannya, dan berdasarkan wawancara

dari beberapa siswi mengenai faktor dari stres didapatkan masih ada remaja putri yang tidak memiliki pengetahuan faktor stres dapat mempengaruhi siklus menstruasi. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 1 Deli Serdang.

Stres mempengaruhi kelenjar adrenal yang mensekresikan kortisol. Fungsi kortisol mampu menghambat LH (Luteinizing Hormone) yang mengakibatkan hormon estrogen dan progesteron terganggu, sehingga siklus menstruasi yang tidak teratur <sup>7</sup>. Upaya untuk mencegah terjadinya gangguan siklus menstruasi yaitu mengurangi stres dengan mengatur waktu untuk bersantai dan beristirahat yang cukup.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang di atas maka dirumuskan masalah penelitian yaitu: apakah ada hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 1 Deli Serdang?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk menganalisis hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 1 Deli Serdang.

### **2. Tujuan Khusus**

1. Mengidentifikasi tingkat stres pada remaja putri kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 1 Deli Serdang

2. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada remaja putri kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 1 Deli Serdang
3. Menganalisis hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri kelas X di Madrasah Aliyah Negeri 1 Deli Serdang.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Teoritis**

Untuk bahan referensi, sebagai tambahan pengetahuan dan memperluas wawasan juga dapat menjadi masukan untuk peneliti selanjutnya, terlebih pada penelitian mengenai hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

### **2. Manfaat Praktis**

#### **1. Bagi Institusi**

Penelitian ini diharapkan dapat menambah kepustakaan serta referensi bagi yang bermanfaat oleh mahasiswa untuk hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

#### **2. Bagi Remaja Putri dan Respondend**

Hasil penelitian ini dapat memberikan informasi kepada wanita khususnya pada remaja putri sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap terhadap hubungan stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

#### **3. Bagi Peneliti**

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi sarana pengembangan ilmu dan mengaplikasikan teori yang didapat serta pengalaman dalam melaksanakan penelitian hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

## E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1  
Keaslian Penelitian

No.	Peneliti, tahun dan judul penelitian	Metodologi penelitian	Persamaan Penelitian	Perbedaan penelitian
1.	Pasparny, stres 2017 Tingkat stres mempengaruhi gangguan siklus menstruasi.	Cross Sectional yang dilakukan dengan teknik Survei Analitik	Variabel dependen dan variabel independent	a. Sample b. Waktu c. Lokasi penelitian
2.	Fidora, Irma, okrira, yosi, 2019 Tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi remaja.	Deskriptif korelasi dengan pendekatan cross sectional.	Variabel dependen dan variabel independent	a. Sample b. Waktu c. Lokasi d. Metode penelitian
3.	Putu Ronanza Pretynda, Kadek Nuryanto, Putu Ayu Ratna Darmayanti, 2022 Hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri dalam pembelajaran daring.	Analitik korelasi dengan pendekatan cross-sectional.	Variabel dependen dan variabel independent	a. Sample b. Waktu c. Lokasi penelitian
4.	Trifonia Sri Nurwela, 2022 Faktor-faktor yang berhubungan dengan stres pada remaja	Desain penelitian Literature review	Faktor-faktor stres pada remaja	a. Sample b. Waktu c. Lokasi d. Metode Penelitian
5.	Legina Anggraeni, 2022 Dampak tingkat stress terhadap siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir	Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan cross sectional.	Variabel dependen dan variabel independent	a. Sample b. Waktu c. Lokasi penelitian