

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pertumbuhan dan perkembangan manusia menjadi dewasa akan mengalami suatu tahap yang disebut pubertas. Menurut *World Health Organization* (WHO) batasan usia remaja adalah 12 sampai 24 tahun, sedangkan menurut Survei Kesehatan Reproduksi Remaja Indonesia (SKRRI) tahun 2007, remaja adalah laki – laki dan perempuan yang belum kawin dengan batasan usia meliputi 15-24 tahun. Remaja perempuan mengalami masa pubertas lebih cepat dibandingkan laki – laki. Pubertas pada remaja perempuan di tandai dengan menarche yaitu mendapatkan menstruasi pertama (Wong, 2008).

Menstruasi merupakan proses yang kompleks dan harmonis dari serebrum, hipotalamus, hipofisis, alat – alat genitalia, korteks adrenal, kelenjar tiroid, prostaglandin dan serotonin. Menstruasi atau haid adalah perubahan fisiologis dalam tubuh wanita yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi, periode ini biasanya terjadi setiap bulan antara usia pubertas dan menopause. Wanita mengalami siklus menstruasi rata – rata terjadi sekitar 28 hari (Wiknjastro, 1994).

Siklus menstruasi merupakan waktu sejak hari pertama menstruasi sampai datangnya menstruasi periode berikutnya, sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi pada wanita normalnya berkisar antara 21 – 32 hari dan hanya 10 – 15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari dengan lama menstruasi 3 – 5 hari, ada yang 7 – 8 hari dan tidak normalnya kurang dari 21 hari dan lebih dari 35 hari (Proverawati & Misaroh, 2009).

Perbedaan siklus ini ditentukan oleh beberapa faktor, yaitu salah satunya adalah stres yang merupakan penyebab terjadinya gangguan menstruasi. Selain itu fungsi hormon terganggu, kelainan sistemik, kelenjar

gondok, hormon prolaktin dan hormon berlebih juga merupakan penyebab terjadinya gangguan siklus menstruasi (Nurlaila, 2007).

Stres adalah keadaan yang disebabkan oleh adanya tuntunan internal maupun eksternal (stimulus) yang dapat membahayakan, tidak terkendali atau melebihi kemampuan individu sehingga individu akan bereaksi baik secara fisiologis maupun secara psikologis (respon) dan melakukan usaha-usaha penyesuaian diri terhadap situasi tersebut (proses) (Nasution, 2007).

Stres merupakan suatu respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (stresor). Stresor 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 peranannya dalam reproduksi wanita (Sriati, 2008).

Santrock (2007) menyatakan bahwa penyesuaian diri diperlukan remaja dalam menjalani transisi kehidupan, salah satunya adalah transisi di lingkungan sekolah. Rutinitas dan tuntutan akademik yang tinggi membuat siswa – siswi rentan mengalami stres. Stres yang berkelanjutan dapat menyebabkan depresi yaitu apabila *sense of control* atau kemampuan untuk mengatasi stres pada seseorang kurang baik (Durand;2007).

Penelitian yang dilakukan oleh Rosendi (2011), pada siswi di SMA 5 Cimahi, stres dapat mempengaruhi siklus menstruasi, karena pada saat stres hormone stres yaitu *hormon kortisol* sebagai produk dari *glukokortikoid korteks adrenal* yang disintesa pada zona *fasikulata* bisa mengganggu siklus menstruasi karena mempengaruhi jumlah *hormon progesterone* dalam tubuh. Jumlah hormon dalam darah yang terlalu banyak inilah yang dapat menyebabkan perubahan siklus menstruasi.

B. Rumusan Masalah

Menstruasi atau haid adalah perubahan fisiologis dalam tubuh wanita yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Siklus menstruasi idealnya teratur setiap bulan dengan rentang waktu antara 21-35 hari setiap kali periode menstruasi. Perbedaan siklus ini ditentukan oleh beberapa faktor, yaitu salah satunya adalah stres yang merupakan penyebab terjadinya gangguan menstruasi. Oleh karena itu penulis tertarik untuk meneliti lebih lanjut “Apakah ada hubungan antara stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di MTS Al – Muttaqin Pekanbaru?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di MTS Al – Muttaqin Pekanbaru.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi stres pada remaja putri di MTS Al – Muttaqin Pekanbaru.
- b. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada remaja putri di MTS Al – Muttaqin Pekanbaru.
- c. Mengidentifikasi hubungan stres dengan siklus menstruasi pada remaja putri di MTS Al – Muttaqin Pekanbaru.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Institusi Pendidikan

Sebagai bahan informasi yang dapat digunakan untuk menambah wawasan dan meningkatkan pengetahuan mahasiswa STIKes Payung Negeri Pekanbaru khususnya mengenai Hubungan stres siklus menstruasi.

2. Bagi Peneliti

Memberikan pengalaman serta menambah wawasan khususnya dalam penelitian mengenai Hubungan stres siklus menstruasi pada remaja putri di MTS Al – Muttaqin Pekanbaru.

3. Bagi Remaja Putri

Sebagai bahan informasi serta menambah wawasan bagi remaja putri tentang Hubungan stres siklus menstruasi, sehingga mampu mencegah timbulnya stres.