

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Stres dapat berpengaruh pada kegagalan produksi FSH-LH di hipotalamus sehingga mempengaruhi gangguan produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan ketidakteraturan siklus menstruasi (Nuhrach dan Ari Andayani 2019). Gangguan pada siklus menstruasi salah satunya di pengaruhi oleh stress. Gangguan menstruasi adalah kondisi ketika siklus menstruasi mengalami anomali atau kelainan. Hal ini bisa berupa perdarahan menstruasi yang terlalu banyak atau terlalu sedikit, siklus menstruasi yang tidak beraturan, dan bahkan tidak haid sama sekali. Siklus menstruasi sangat penting dalam reproduksi wanita karena akan mempengaruhi suatu rangkain perubahan dalam sistem reproduksi wanita, tetapi banyak wanita yang mengalami gangguan siklus menstruasi sehingga akan berdampak pada kesehatan (Siaga, 2017).

Siklus mestruasi merupakan masalah yang umum terjadi. Siklus menstruasi yang tidak normal dapat menimbulkan penyakit seperti infertilitas dan mempengaruhi kesuburan (Mawarda Hatmanti, 2018). Menurut badan kesehatan dunia (WHO) 8-12 % mengalami infertilitas dan di Indonesia yang mengalami infertilitas berkisar 12-15 % (Reni & Suci, 2019). Umumnya siklus menstruasi normal 21-35 hari dengan lama menstruasi 3-7 hari (Haniza et al, 2018). Menstruasi yang tidak teratur dapat disebabkan karena kondisi-kondisi seperti stres yang mempengaruhi kerja

hipotalamus (Mawarda Hatmanti, 2018). Berdasarkan penelitian Rosdiana Putri Arsaningtias tahun 2017 dari Universitas Airlangga yang berjudul *Analysis of Stressor Factors Connected With Stres Study S1 Study Program Which Implements Thrips In Airlangga University Surabaya* dilakukan terhadap 221 mahasiswa, didapatkan hasil mahasiswa mengalami stres dengan berbagai macam level ketika sedang mengerjakan skripsi, sebagian besar mahasiswa mengalami stres berat (25,8%) sedangkan sisanya merasakan stres normal (23,1%), stres ringan (12,7%), stres sedang (15,8%), dan stres sangat berat (22,6%) (Arsaningtias, 2017). Penelitian ini menunjukkan banyak mahasiswa yang mengalami stres, stres dapat merangsang *hipotalamus-pituitary adrenal cortex axis* sehingga menghasilkan hormon kortisol yang menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan hormonal (Iryani et al, 2017)

Studi pendahuluan yang di laksanakan pada tanggal 18 September 2021 di ITSK RS dr.Soepraoen Malang dengan wawancara kepada sebagian mahasiswa D3 Keperawatan yang mengalami stres dengan berbagai macam level ketika sedang mengerjakan Proposal Karya Tulis Ilmiah, sebagian besar mahasiswi mengalami stress dengan gejala sulit tidur , cepat marah , sulit konsentrasi , nafsu makan berkurang , dan gelisah. Hasil yang di dapatkan dari 10 mahasiswi bahwa 6 mahasiswi memiliki siklus menstruasi yang tidak normal akibat stres, dan 4 mahasiswi lainnya memiliki siklus menstruasi yang normal.

Mahasiswi yang mengalami stress dapat menyebabkan munculnya gangguan siklus menstruasi. Salah satu faktor yang menentukan tingkat

stres adalah mekanisme penanganan masalah atau coping mechanism (Viochita , 2012). Stres dapat merangsang *hipotalamus-pituitary adrenal cortex axis* sehingga menghasilkan hormon kortisol yang menyebabkan terjadinya ketidakseimbangan hormonal (Iryani et al, 2017). Stres akan memicu pelepasan hormon kortisol. Hormon kortisol di atur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitari, dengan di mulainya aktivitas hipotalamus, hipofisis mengeluarkan FSH dan proses stimulus ovarium akan menghasilkan estrogen (Carolin, 2011). Gangguan pada hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luitenizing Hormone*), maka akan mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan ketidak teraturan siklus menstruasi. Dampaknya yaitu jadi lebih sulit hamil (Infertilitas). Ketidakteraturan siklus menstruasi juga membuat wanita sulit mencari kapan masa subur dan tidak (Nurlaila, dkk, 2015).

Siklus menstruasi merupakan hal yang penting dalam sistem reproduksi wanita. Gangguan siklus menstruasi akan berdampak pada terjadinya berbagai masalah kesehatan. Gangguan pada siklus menstruasi dipengaruhi oleh gangguan pada fungsi hormon, kelainan sistemik, stress, kelenjar gondok, dan hormon prolaktin yang berlebihan. Gangguan pada siklus menstruasi terdiri dari tiga, yaitu : siklus menstruasi pendek yang berlebihan disebut juga dengan polimenorea, siklus menstruasi panjang atau oligomenorea, dan aminorea jika menstruasi tidak datang dalam 3 bulan berturut-turut (Nur'Aini, 2011). Mahasiswa tingkat akhir merupakan kelompok yang rentan terkena stres karena tuntutan dan aktivitas yang tinggi akan membuat mahasiswa tingkat akhir kelelahan fisik maupun

mental yang memicu timbulnya stres.

Aktivitas fisik dengan intensitas berat yang dilakukan mahasiswa semester enam dapat disebabkan oleh padatnya jadwal kuliah dan banyaknya buku yang dibawa setiap harinya, selain itu mahasiswa juga harus beraktivitas di luar kampus untuk mengurus permasalahan terkait proses penyusunan skripsi, dan juga tetap melakukan olahraga dalam kesehariannya. Aktivitas yang berat juga dapat disebabkan oleh kegiatan ekstrakurikuler dan organisasi yang diikuti oleh mahasiswa, yang membuat kegiatan mahasiswa semakin padat. Mahasiswa mengatakan ketika kuliah jadwal dan tugas-tugas padat, apalagi jika menjelang ujian merasa kurang siap dan khawatir mendapat hasil yang kurang baik yang akan mengecewakan orang tua nya sehingga membuat cemas dan biasanya akan berdampak pada siklus menstruasi yang tidak teratur (Purwati dan Muslikah, 2020). Pada aktivitas fisik yang berat akan merangsang inhibisi gonadotropin releasing hormon (GnRH) yang dapat menurunkan level dari serum estrogen, yang nantinya dapat mengganggu siklus menstruasi (Mahitala, 2015; Yazid et al., 2014).

Studi – studi tersebut menunjukkan bahwa cukup banyak wanita yang mengalami stres sehingga mengganggu siklus menstruasi. Siklus menstruasi yang terganggu dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui gambaran gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres pada Mahasiswa Program Studi D3 Keperawatan di ITSK RS dr.Soepraoen Malang , dengan harapan dapat memberikan gambaran mengenai tingkat

stres dan siklus menstruasi mahasiswa, agar dapat mengupayakan preventif, promotif, dan konseling terkait gangguan kesehatan yang bisa ditimbulkan karena stres.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimanakah gambaran gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir D3 keperawatan yang mengalami stres di ITSK RS dr.Soepraoen Malang ?

1.3 Tujuan Penelitian

Mengetahui gambaran gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir D3 keperawatan yang mengalami stres di ITSK RS dr.Soepraoen Malang.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Diharapkan penelitian ini mampu menambah ilmu dan wawasan tentang siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir D3 Keperawatan yang mengalami stres di ITSK RS dr.Soepraoen Malang.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi

Hasil penelitian ini diharapkan berguna sebagai informasi tambahan terkait siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir D3 keperawatan yang mengalami stres di ITSK RS dr.Soepraoen Malang.

2. Bagi Responden

Mahasiswa dapat mengetahui gambaran gangguan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir D3 keperawatan yang mengalami stres di ITSK RS dr.Soepraoen Malang.

3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan mampu menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan tema siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat akhir yang mengalami stres.