

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Mahasiswa merupakan sebutan bagi seseorang yang sedang menempuh pendidikan di suatu universitas baik itu swasta atau pun negeri dengan program studi tertentu (Rizki, 2018). Berdasarkan UU No. 20 tahun 2003 tentang Sistem Pendidikan Nasional, pendidikan keperawatan di Indonesia terdiri dari tiga tahapan, salah satunya yaitu pendidikan akademik. Tahap pendidikan akademik merupakan tahapan dimana mahasiswa akan mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep.) dan dilanjutkan dengan tahap pendidikan profesi dengan gelar *Ners* (Ns) (UU RI No 20, 2003). Dalam proses mendapatkan gelar sarjana, mahasiswa harus menempuh pendidikan kurang lebih selama 4 tahun dan sebagai syarat kelulusannya mahasiswa harus menyusun skripsi (Susyowati *et al.*, 2022).

Mahasiswa tingkat terakhir yang sedang menyusun skripsi sebagian besar akan memiliki sejumlah permasalahan dan kekhawatiran. Masalah yang sering terjadi seperti, kesulitan dalam pengajuan judul skripsi, kesulitan dalam menulis, rumit dan sulitnya mencari referensi yang relevan, sulitnya mengumpulkan minat dan niat dalam penelitian, kesulitan bertemu dengan dosen pembimbing, belum lagi permasalahan lain seperti memikirkan biaya untuk melanjutkan profesi sehingga membuat mahasiswa akan mudah mengalami stres (Putriyani *et al.*, 2023). Pendidikan ilmu keperawatan sering dikatakan sebagai suatu proses pendidikan yang penuh dengan tantangan dan tekanan, sehingga seringkali menimbulkan stres dan berakibat pada kesehatan fisik lainnya pada mahasiswa (Labrague *et al.*, 2018).

Stres merupakan suatu kondisi seseorang mengalami kesulitan dalam proses penyelesaian masalah, dimana tuntutan yang diperoleh tidak sesuai dengan keadaan dan kemampuan dirinya (Moh, 2020). Stres merupakan suatu perasaan yang dapat dirasakan seseorang saat berada di bawah tekanan, merasa kewalahan, atau kesulitan dalam menghadapi suatu situasi yang tidak bisa mereka tangani. Stres dalam batas tertentu dapat berdampak positif dan memotivasi seseorang untuk mencapai suatu tujuan. Namun, stres yang berlebihan dan berlangsung dalam waktu yang panjang dapat berdampak negatif, apalagi jika terasa sulit untuk dikendalikan. Hal tersebut dapat berdampak negatif terhadap suasana hati, kesehatan fisik dan mental, dan hubungan dengan orang lain (UNICEF, 2022).

Prevalensi kejadian stres di dunia terbilang cukup tinggi. Menurut data yang diperoleh dari *World Health Organization* (WHO) sebanyak 350 juta penduduk di dunia mengalami gangguan mental emosional atau stres. Stres menempati peringkat ke-4 penyakit di dunia (Ambarwati *et al.*, 2019). Berdasarkan data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) menunjukkan bahwa prevalensi penduduk Indonesia pada penduduk umur >15 tahun yang mengalami gangguan mental emosional atau stres adalah 37.728 orang (9,8%). Kemudian untuk di provinsi Jawa Tengah prevalensi stres pada usia remaja hingga awal dewasa pada tahun 2013 adalah 4,7% dan mengalami peningkatan sebesar 3% pada tahun 2018 menjadi 7,7%. Hal tersebut membuktikan bahwa tingkat stres penduduk di Jawa Tengah pada usia >15 tahun mengalami peningkatan dan perlu segera ditanggulangi (Kemenkes RI, 2018).

Membahas mengenai tingkat stres pada usia >15 tahun, tingkat stres pada mahasiswa memiliki tingkat kejadian stres yang cukup tinggi. Prevalensi mahasiswa di dunia yang mengalami stres adalah sebesar 38-71%, sedangkan di Asia sebesar 39,6-61,3% dan di Indonesia prevalensi stres mahasiswa adalah 36,7-71,6% (Lalenoh *et al.*, 2021). Berdasarkan hasil penelitian Ambarwati *et al* (2019) didapatkan bahwa jenis kelamin

perempuan lebih dominan mengalami stres sedang sampai berat dengan presentase mencapai 33,6%. Oleh sebab itu, apabila stres tidak ditangani dengan cepat, maka akan menjadi salah satu pemicu terjadinya gangguan siklus menstruasi pada perempuan (Saparwati, 2018).

Stres memicu terjadinya pelepasan hormon kortisol, dimana hormon kortisol ini dijadikan sebagai tolak ukur melihat tingkat stres seseorang. Hormon kortisol diatur oleh hipotalamus otak dan kelenjar pituitary. Dimulainya aktivitas hipotalamus, hipofisis mengeluarkan hormon FSH (*Folicle Stimulating Hormone*) dan proses stimulasi ovarium akan menghasilkan estrogen. Jika terjadi gangguan pada hormon FSH (*Folicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Lutenizing Hormone*), maka akan mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron yang menyebabkan ketidakteraturan siklus menstruasi pada wanita (Tambun *et al.*, 2021).

Menstruasi merupakan keluarnya darah dari vagina akibat proses peluruhan endometrium karena sel telur yang tidak dibuahi. Menstruasi secara periodik terjadi setiap bulannya yang kemudian akan membentuk suatu siklus menstruasi. Siklus menstruasi normalnya berkisar antara 21-35 hari. Beberapa faktor yang berdampak pada ketidakteraturan siklus menstruasi antara lain status gizi, asupan gizi, stres, merokok, konsumsi obat hormonal dan gangguan endokrin (Maedy *et al.*, 2022). Siklus menstruasi yang tidak teratur menunjukkan adanya ketidakefektifan pada sistem metabolisme dan hormonal yang terjadi pada tubuh (Simbolon, 2020).

Siklus menstruasi yang tidak normal pada wanita memiliki dampak yaitu menjadikan seorang wanita lebih sulit untuk hamil (*infertilitas*). Siklus menstruasi yang memendek (*polimenorea*) dapat menyebabkan wanita mengalami *unovulasi* karena sel telur tidak terlalu matang sehingga sulit untuk dibuahi. Siklus menstruasi yang memanjang (*oligomenorea*) menandakan sel telur jarang sekali diproduksi atau wanita mengalami ketidaksuaburan yang cukup panjang. Apabila sel telur jarang diproduksi

berarti pembuahan akan sangat jarang terjadi. Ketidakteraturan siklus menstruasi juga membuat wanita sulit mencari waktu masa subur mereka (Manggul dan Syamsudin, 2016).

Menurut data *World Health Organization* (WHO) pada tahun 2018 menyebutkan bahwa 80% perempuan di dunia mengalami menstruasi yang tidak teratur. Selaras dengan data yang diperoleh dari Riskesdas yang menyebutkan bahwa di Indonesia prevalensi wanita usia 10-59 tahun yang mengalami masalah menstruasi tidak teratur dalam 1 tahun adalah 13,7% (Kemenkes RI, 2018). Masalah siklus menstruasi yang tidak teratur pada usia 17-29 tahun dan usia 30-34 tahun juga cukup banyak yaitu sebesar 16,4%. Alasan yang dikemukakan oleh wanita usia 10-59 tahun yang mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur adalah karena stres dan banyak pikiran sebanyak 5,1% (Salmawati *et al.*, 2022). Berdasarkan beberapa data penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa stres mempengaruhi siklus menstruasi pada perempuan. Pada penelitian Aryani (2019) juga menunjukkan bahwa responden yang stres dan siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 33 orang (67,3%). Penelitian lain yang dilakukan oleh Damayanti *et al* (2022) menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswa mengalami stres sedang sebanyak 24 responden (33.2%) dan menstruasi tidak teratur sebanyak 48 responden (57%). Dapat disimpulkan dari kedua penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi pada perempuan.

Berdasarkan data yang diperoleh dari laman PDDikti (Pangkalan Data Pendidikan Tinggi), pada tahun 2022 Universitas 'Aisyiyah Surakarta merupakan salah satu Universitas di Surakarta yang memiliki jumlah mahasiswa sarjana keperawatan yang masuk ke 3 besar universitas swasta di Surakarta dengan mahasiswa aktif paling banyak dengan jumlah mahasiswa 636 mahasiswa, dengan jumlah mahasiswa tingkat akhir mencapai 108 dengan jumlah mahasiswa perempuan sebanyak 97 orang dan laki-laki 11 orang. Dari data tersebut terlihat bahwa mayoritas

mahasiswanya adalah perempuan dengan perbandingan antara laki-laki dan perempuannya adalah 1 : 9 (PDDikti, 2022).

Mahasiswa keperawatan merupakan mahasiswa yang belajar mengenai ilmu dan manajemen keperawatan, mahasiswa keperawatan dituntut tidak hanya bisa untuk mempelajari materi akademik di bidang keperawatan namun juga diharapkan bisa menjadi professional kesehatan di masa yang akan datang. Selain kesibukan dalam hal mengerjakan tugas-tugas akademik, mereka juga diharuskan untuk magang di RS guna sebagai proses yang harus mereka lalui sebelum menjadi tenaga kesehatan professional (Reverté-Villarroya *et al.*, 2021). Pada sebuah penelitian pula menyatakan bahwa dibandingkan dengan populasi umum dan siswa dalam disiplin ilmu kesehatan lainnya, dinyatakan bahwa risiko perkembangan masalah kesehatan mental lebih tinggi terjadi pada mahasiswa keperawatan di tingkat sarjana (Aulia *et al.*, 2019).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan dan survey data yang peneliti lakukan terhadap 5 orang mahasiswa keperawatan tingkat akhir di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta, Universitas Muhammadiyah Surakarta, dan Universitas Kusuma Husada pada Sabtu 11 Maret 2023 didapatkan hasil bahwa Universitas ‘Aisyiyah Surakarta memiliki jumlah mahasiswi dengan siklus menstruasi tidak teratur paling tinggi dan rata-rata tingkat stress sedang. Penelitian dilakukan dengan mengadopsi kuisisioner penelitian Aldiba (2022) mengenai siklus menstruasi peneliti mendapatkan data 20 % (1 orang) mengalami siklus menstruasi yang teratur dan 80 % (5 orang) lainnya mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur. Untuk tingkat stres, peneliti menguji dengan kuisisioner *Depression Anxiety Stress Scale (DASS)* 42 di dapatkan data bahwa tingkat stres mahasiswa menunjukkan 20% mengalami stres ringan, 60% mengalami stres sedang dan 20% lainnya mengalami stres berat. Dari Uraian diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “ Hubungan Tingkat Stress dengan

Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan tingkat akhir di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta’.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti dapat merumuskan masalah sebagai berikut : “Apakah ada hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswi sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta?’”.

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi pada mahasiswi sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi tingkat stres mahasiswi sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
- b. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada mahasiswi sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.
- c. Menganalisis hubungan tingkat stres dan siklus menstruasi pada mahasiswi sarjana keperawatan tingkat akhir di Universitas ‘Aisyiyah Surakarta.

## **D. Manfaat Penelitian**

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

Diharapkan penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah pengetahuan, sebagai sumber referensi di bidang akademis perguruan tinggi dan sebagai bahan pengembangan penelitian.

### **2. Bagi Mahasiswa**

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan masukan bagi mahasiswa keperawatan tentang manajemen stres untuk mengurangi terjadinya gangguan dalam siklus menstruasi pada mahasiswi tingkat akhir.

### 3. Bagi Peneliti Selanjutnya

Penelitian ini diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan referensi sumber data untuk pengembangan penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan tingkat stress dengan siklus menstruasi pada mahasiswa.

## E. Keaslian Penelitian

1. Farhah Salsabila Maedy, Tria Astika Endah Permatasari, & Sugiati (2022). **Judul:** Hubungan Status Gizi dan Stres terhadap Siklus Menstruasi Remaja Putri di Indonesia. **Tujuan :** Tujuan penulisan artikel ini ialah menganalisis hubungan status gizi dan stress terhadap siklus menstruasi remaja putri di Indonesia. **Metode :** Studi literatur atau review artikel dilakukan dengan memanfaatkan database google scholar, GARUDA, Neliti, dan PubMed dengan terbitan tahun 2011-2021. Didapatkan 11 artikel yang terdiri dari 9 jurnal nasional dan 2 jurnal internasional. **Hasil :** Dari 11 artikel diketahui bahwa siklus menstruasi remaja putri di pengaruhi oleh berbagai variable, antara lain status gizi, stress, aktivitas fisik, kecukupan zat gizi makro, dan gangguan endokrin. Namun terdapat dua factor utama yang berkaitan dengan siklus menstruasi yaitu status gizi dan stress. Remaja yang memilki masalah gizi kurang dan gizi lebih beresiko mengalami gangguan siklus menstruasi. Remaja dengan stres sedang dan berat juga beresiko mengalami gangguan siklus menstruasi. **Persamaan penelitian :** pada penelitian ini dan penelitian yang saya akan teliti terdapat persamaan variable yaitu siklus menstruasi dan stres. **Perbedaan penelitian :** perbedaan dengan penelitian yang akan saya teliti adalah judul, populasi, waktu, tempat, sample penelitian dan metode penelitian.
2. Diani Damayanti, Ega Adeline Tritus, Ema Yunanti, Belet Lydia Ingrid, Tirolyn Panjaitan (2022). **Judul :** Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Fakultas Keperawatan di Universitas Swasta di Tangerang. **Tujuan :** Penelitian ini bertujuan

untuk mengetahui hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Tangerang. **Metode** : Metode penelitian menggunakan analisis kuantitatif dengan pendekatan cross sectional dengan teknik purposive sampling sebanyak 74 responden. Instrumen dalam penelitian ini terdiri dari 28 pernyataan tentang siklus menstruasi dengan nilai cronbach alpha 0,819 dan kuesioner Depression Anxiety Stress Scale 42 (DASS 42). **Hasil** : Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas mahasiswi mengalami stres normal sebanyak 24 responden (33.2%) dan menstruasi tidak teratur sebanyak 48 responden (57%). Hasil analisis bivariat menunjukkan ada hubungan tingkat stres dengan siklus menstruasi mahasiswi Fakultas Keperawatan di satu Universitas Swasta di Tangerang dengan nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ). Stres dapat memengaruhi siklus menstruasi pada mahasiswi keperawatan di Tangerang. **Persamaan Penelitian** : persamaan penelitian ini adalah pada variable tingkat stress dan siklus menstruasi. **Perbedaan Penelitian** : perbedaan penelitian ini adalah waktu, tempat, populasi, dan metode penelitian.

3. Nidya Aryani (2019). **Judul** : Stress dan Status Gizi dapat Menyebabkan Ketidakteraturan Siklus Menstruasi. **Tujuan** : penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan stress dan status gizi dengan ketidakteraturan siklus menstruasi pada mahasiswa tingkat II Akademi Kebidanan Panca Bhakti Bandar Lampung Tahun 2016. **Metode** : Jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa tingkat II Akademi Kebidanan Panca Bhakti Bandar Lampung. Sampel diambil sebanyak 90 orang dengan tehnik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Pengambilan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan analisis bivariat (*chi-square*). **Hasil** : hasil penelitian diketahui bahwa responden yang tidak stres dan siklus menstruasi

teratur sebanyak 35 orang (85,4%), responden yang tidak stres dan siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 6 orang (14,6%), sedangkan responden yang stres dan siklus menstruasi teratur sebanyak 16 orang (32,7%), responden yang stres dan siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 33 orang (67,3%). **Persamaan penelitian** : persamaan penelitian ini adalah pada variable tingkat stress dan siklus menstruasi. **Perbedaan penelitian** : perbedaan penelitian ini adalah waktu, tempat, populasi, dan metode penelitian.

4. Kurnia Aldiba, Dona Wirniaty (2022). **Judul** : Hubungan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Program Pendidikan Profesi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. **Metode** : Jenis penelitian ini adalah analitik observasional dengan desain *cross sectional*, menggunakan teknik *purposive sampling*, berjumlah 80 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Hasil penelitian telah dianalisis menggunakan uji Chi-Square. **Hasil** : Berdasarkan hasil uji Chi-Square, di dapatkan hasil P Value menunjukkan nilai 0.000 yang berarti P Value <0.05, sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan pada tingkat stres dengan siklus menstruasi program pendidikan profesi dokter Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara. Berdasarkan penelitian ini didapatkan hasil responden dengan tingkat stres normal mengalami siklus menstruasi normal sebanyak 30 responden (38.2%) dan yang memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 5 responden (6.4%), responden dengan tingkat stres ringan yang memiliki siklus menstruasi normal sebanyak 8 responden (10.0%) dan yang memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 5 responden (6.4%), diikuti dengan responden dengan tingkat stres sedang yang memiliki siklus menstruasi normal sebanyak 4 responden (4.5%) dan yang memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 6 responden (7.3%), responden dengan tingkat stres berat yang memiliki siklus menstruasi normal sebanyak 2 responden (1.8%) dan yang

memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 15 responden (19.1%), sedangkan responden dengan tingkat stres sangat berat yang memiliki siklus menstruasi normal sebanyak 1 responden (0.9%) dan yang memiliki siklus menstruasi tidak normal sebanyak 4 responden (5.5%). **Persamaan penelitian :** persamaan penelitian ini adalah pada variable tingkat stress dan siklus menstruasi. **Perbedaan penelitian :** perbedaan penelitian ini adalah waktu, tempat, populasi, dan metode penelitian.