

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Haid adalah perubahan fisiologis yang terjadi dalam tubuh wanita secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Reproduksi merupakan periode paling penting dalam menstruasi, biasanya periode ini terjadi setiap bulan antara usia pubertas dan menopause. Wanita yang mengalami siklus haid rata-rata terjadi sekitar 28 hari. Haid disebabkan oleh berkurangnya hormon estrogen dan progesteron secara tiba-tiba, terutama progesteron pada akhir siklus ovarium dengan mekanisme yang dihasilkan oleh kedua hormon tersebut, maka lapisan endometrium yang nekrotik dapat dikeluarkan disertai dengan perdarahan yang normal. Siklus haid yang terjadi dinilai dari beberapa hal yaitu siklus haid yang berkisar antara 28 hari, lama menstruasi yaitu 3-6 hari, dan jumlah darah yang keluar selama siklus haid sebanyak 20-80 ml.

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2019 prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita sekitar 45%. Sebagian besar (68%) perempuan di Indonesia berusia 10-59 tahun melaporkan haid teratur, dan 13,7% mengalami masalah siklus haid yang tidak teratur, presentase tertinggi haid tidak teratur adalah di Gorontalo (23,3%). Faktor-faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya ketidakteraturan siklus menstruasi yaitu berat badan, aktivitas berat fisik, stres dan pola makan.

Perbedaan siklus menstruasi ditentukan oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu Stres yang menjadi penyebab terjadinya gangguan menstruasi. Stres merupakan respon tubuh yang sifatnya tidak spesifik terhadap tuntutan beban yang merupakan respon fisiologis, psikologis dan perilaku manusia yang mencoba beradaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal. Seseorang dapat terkena stress dikarenakan banyak menemui masalah dalam kehidupannya faktor stress yaitu salah satunya faktor lingkungan seperti tuntutan dan sikap keluarga, misalnya seperti tuntutan sesuai keinginan orang tua saat

memilih jurusan perkuliahan dan lainnya yang bertolak belakang dengan keinginannya seperti itu dapat menimbulkan tekanan pada orang tersebut .

Hubungan tingkat stress dengan menstruasi pada remaja putri yaitu suatu kondisi yang ditimbulkan oleh interaksi antara manusia dengan lingkungannya yang menimbulkan persepsi adanya jarak dan tuntutan situasi dengan sumber daya biologis , psikologis dan sistem sosial seseorang maka dari itu Stres berdampak pada gangguan siklus menstruasi.

Menurut Nasution (2011), terdapat hubungan stres dengan gangguan siklus haid sebanyak 33 orang (66%) responden yang mengalami siklus menstruasi tidak normal. Siklus menstruasi yang sering dialami responden yaitu (31,7%) siklus menstruasi >35 hari, (27,0%) siklus menstruasi <21 hari, (32,2%) lamanya menstruasi 2-8 hari. Banyak faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi tersebut, seperti stres karena menghadapi beban pelajaran dan tugas yang diberikan oleh guru ataupun menghadapi masalah keluarga.

Dari data observasi yang telah dilakukan di SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban ada sebanyak 48 remaja putri. Pada 48 remaja putri tersebut terdapat 38 remaja putri mengalami gangguan siklus haid. Siswi tersebut rata rata mengalami stres dikarenakan beban pelajaran juga tugas yang diberikan oleh guru dan ada beberapa pemicu lain yaitu masalah keluarga. Berdasarkan uraian dari permasalahan tersebut, peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui bagaimanakah Hubungan Stres Dengan Gangguan Haid di SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah pada penelitian ini, apakah terdapat hubungan stress dengan gangguan siklus haid pada siswi SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui adanya hubungan stres dengan gangguan siklus haid pada siswi SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui tingkat stress siswi SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban
- b. Mengetahui gangguan siklus haid pada siswi SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban
- c. Mengetahui hubungan stres dengan gangguan siklus haid siswi SMP Islam Amanah Ummah Mojolaban

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat bagi peneliti untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang ada atau tidaknya hubungan stress dengan siklus haid.
2. Bagi responden dapat dijadikan informasi tentang gangguan siklus haid yang dipengaruhi stres.
3. Bagi instansi dapat pengetahuan tentang gangguan siklus haid yang dipengaruhi stres.

