

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Pubertas adalah periode di mana anak laki-laki dan perempuan mengalami transformasi fisik dan mental. Perubahan ini disebabkan oleh perubahan hormonal. Remaja perempuan mencapai pubertas lebih awal dari pada laki-laki. Pubertas remaja putri juga dibentuk oleh menarche, menstruasi pertama. Pada umumnya remaja mengalami menarche pada usia 10-15 tahun (Saliano *et al.*, 2022). Jarak antar menstruasi satu dengan menstruasi berikutnya disebut siklus menstruasi, yang idealnya dikatakan teratur jika setiap bulannya memiliki rentang antara 21-35 hari, dengan rata-rata siklus 28 hari. Umumnya kurang 15% perempuan usia reproduksi dengan siklus menstruasi teratur dan tepat 28 hari (Yuni dan Ari, 2020).

Siklus menstruasi adalah waktu dari hari pertama menstruasi sampai datangnya siklus menstruasi berikutnya, sedangkan panjang siklus menstruasi adalah jarak dari tanggal dimulainya menstruasi sebelumnya ke awal siklus menstruasi berikutnya. Siklus menstruasi wanita biasanya 21-35 hari, hanya 10-15% wanita yang memiliki siklus 28 hari, 3-5 hari, dan ada yang 7-8 hari (Putu *et al.*, 2022). Permasalahan remaja di dunia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan menstruasi (38,45%), masalah gizi yang berhubungan dengan anemia (20,3%), gangguan belajar (19,7%), gangguan psikologis (0,7%), serta masalah kegemukan (0,5%) (WHO, 2020).

Siklus menstruasi yang tidak normal ini dapat mengganggu mental emosional (depresi dan kecemasan) di Indonesia sebanyak 9,8% pada usia lebih dari 15 tahun. Dari 18 juta wanita yang berusia 18 – 55 tahun, gangguan siklus menstruasi yang paling umum terjadi adalah frekuensi menstruasi yang tidak teratur sebesar 80,7% menurut WHO, (2018). Di Indonesia didapatkan perempuan yang berusia 10 – 59 tahun mengalami menstruasi tidak teratur adalah 13,7% menurut (Risdeskas, 2018). Namun, menurut data riset Kesehatan Dasar tahun 2020 sebanyak 11,7% remaja Indonesia dengan usia 15 – 19 tahun mengalami ketidakteraturan menstruasi, dan 17,2% wanita yang ada di

Jakarta memiliki siklus menstruasi tidak rutin. Beberapa faktor yang mengubah siklus menstruasi termasuk asupan *fitoestrogen* dan tingkat aktivitas seksual (Hayya *et al.*, 2023).

Upaya yang dapat dilakukan untuk mengurangi dan menghindari stress dengan pengelolaan atau mengontrol tingkat kecenderungan pada stress yang dialami, seperti hubungan dengan orang lain, melakukan aktivitas yang disukai, beribadah, menjalankan rutinitas harian, tidur yang cukup, menghindari makan berat sebelum tidur, hingga membatasi penggunaan perangkat elektronik sebelum tidur dan berolahraga secara teratur dan tertata. (Kemenkes RI, 2019).

Tabel 1.1

Data Jumlah Siswa Menengah Atas Berbasis Islam se Solo Raya Tahun 2023

No.	Wilayah	Jumlah Siswa
1.	Karanganyar	3.489
2.	Sragen	3.341
3.	Surakarta	2.579
4.	Boyolali	2.106
5.	Klaten	1.865
6.	Sukoharjo	640
7.	Wonogiri	496

Sumber: Kementerian Pendidikan, Kebudayaan, Riset

Karanganyar dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki jumlah siswa menengah atas berbasis islam dengan jumlah 3.489 siswa dan didapat prevalensi gangguan siklus menstruasi yang tinggi, aksesibilitas yang baik, keragaman populasi, dukungan dari institusi pendidikan dan kesehatan, serta infrastruktur dan komunitas yang mendukung. Dibandingkan dengan daerah lain seperti Sragen, Surakarta, Boyolali, Klaten, Sukoharjo, dan Wonogiri, Karanganyar menawarkan kondisi yang optimal untuk pengumpulan data yang komprehensif dan valid, yang akan memberikan wawasan mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan siklus menstruasi pada remaja putri.

Berdasarkan data survei yang dilakukan, ditemukan bahwa persentase remaja putri yang mengalami gangguan siklus menstruasi cukup signifikan, dengan sekitar 30% dari total responden melaporkan ketidakteraturan dalam siklus menstruasi mereka. Penelitian terbaru menunjukkan bahwa tingkat stres

pada remaja putri meningkat, dengan sekitar 45% remaja putri melaporkan mengalami stres yang berkaitan dengan tekanan akademis, masalah sosial, dan perubahan hormon. Di Kabupaten Karanganyar, data dari Dinas Kesehatan setempat menunjukkan bahwa 20% dari remaja putri yang diperiksa mengalami gangguan siklus menstruasi, yang diindikasikan oleh ketidakteraturan periode menstruasi, nyeri yang berlebihan, atau durasi menstruasi yang tidak normal. Menurut laporan terbaru dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar, prevalensi gangguan siklus menstruasi di kalangan remaja putri mencapai 25%. Data ini menunjukkan bahwa satu dari empat remaja putri di daerah tersebut mengalami ketidakteraturan menstruasi, yang meliputi variasi dalam durasi, volume, dan frekuensi menstruasi (Kemenkes RI, 2019).

Tabel 1.2

Data Siswa Menengah Atas Berbasis Islam Kabupaten Karanganyar Tahun 2023

No	Nama Sekolah	Putra	Putri	Jumlah
1.	MAN 1 Karanganyar	686	615	1301
2.	MAN 2 Karanganyar	582	629	1211
3.	MA Tahfidzul Qur'an	337	447	811
4.	MA Tahfidzul Nurul Iman	236	220	456
5.	MA Terpadu Darul	52	38	90
6.	MA Miftahul Ulum	36	47	83
7.	SMA Muhammadiyah Jaten	25	20	45
8.	SMA Muhammadiyah 1 Kra	212	265	477
9.	SMA Muhammadiyah 3	23	18	41

Sumber : Kementerian Agama Kabupaten Karanganyar 2023

Berdasarkan data yang diperoleh dari Kementerian Agama Kabupaten Karanganyar, diketahui salah satu sekolah yang memiliki jumlah siswa tertinggi terdapat di MAN 2 Karanganyar dengan jumlah 1211 orang, sedangkan kelas X dan XI berjumlah 379 orang. Hasil survey awal yang dilakukan oleh peneliti di MAN 2 Karanganyar terhadap 20 orang siswi kelas X dan XI diperoleh informasi 18 orang mengaku mengalami siklus menstruasi tidak normal dan sebanyak 10 orang diantaranya mengalami gejala stress.

Pemilihan lokasi penelitian yang tepat adalah langkah krusial untuk mendapatkan data yang representatif dan akurat. MAN 2 Karanganyar memiliki jumlah siswi kelas X dan kelas XI lebih banyak yaitu dengan jumlah 379 siswa daripada di MAN 1 Karanganyar dengan jumlah siswa kelas X dan kelas XI dengan jumlah 365 siswi. MAN 2 Karanganyar dipilih sebagai lokasi

penelitian dengan mempertimbangkan beberapa faktor penting. Data dari Dinas Kesehatan Kabupaten Karanganyar menunjukkan bahwa prevalensi gangguan siklus menstruasi di kalangan remaja putri di kabupaten ini mencapai 25%. MAN 2 Karanganyar, sebagai salah satu sekolah menengah atas terbesar di daerah tersebut, diperkirakan memiliki prevalensi yang sejalan dengan data kabupaten, menjadikannya lokasi yang representatif untuk penelitian ini. MAN 2 Karanganyar memiliki aksesibilitas yang baik dan bersedia bekerja sama dengan peneliti. Sekolah ini menunjukkan komitmen untuk mendukung kegiatan penelitian yang bertujuan meningkatkan kesehatan dan kesejahteraan siswanya (Putu, 2022).

MAN 2 Karanganyar dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki prevalensi gangguan siklus menstruasi yang tinggi, aksesibilitas yang baik, keragaman populasi siswa, serta komitmen dari pihak sekolah untuk bekerja sama dalam penelitian. Dibandingkan dengan wilayah lain seperti Magetan, Sukoharjo, dan Wonogiri, Karanganyar menawarkan data yang lebih kaya dan berpotensi memberikan wawasan yang lebih mendalam mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan siklus menstruasi pada remaja putri.

MAN 2 Karanganyar adalah sekolah yang banyak dihuni oleh remaja putri. Remaja perempuan seringkali menghadapi berbagai tekanan, baik akademis maupun sosial, di lingkungan pendidikan. Penelitian ini penting untuk memahami hubungan antara tingkat stres dan siklus menstruasi remaja putri di MAN 2 Karanganyar karena tekanan ini dapat menyebabkan stres yang mempengaruhi kesehatan reproduksi mereka, termasuk siklus menstruasi.

B. Rumusan Masalah

Bagaimana hubungan antara tingkat stress terhadap siklus menstruasi pada remaja putri di MAN 2 Karanganyar.

C. Tujuan dan Kegunaan Penelitian

1. Tujuan umum:

Untuk mengetahui hubungan tingkat stress terhadap siklus menstruasi pada remaja putri di MAN 2 Karanganyar.

2. Tujuan khusus:

- a. Mengidentifikasi tingkat stress pada remaja putri di MAN 2 Karanganyar
- b. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada remaja putri di MAN 2 Karanganyar.
- c. Menganalisis hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi pada remaja putri di MAN 2 Karanganyar.

D. Manfaat Penelitian

Manfaat yang diharapkan dari penelitian ini dapat dirumuskan dalam poin-poin sebagai berikut ini:

1. Bagi penulis

Menambah pengetahuan dan dapat mengaplikasikan ilmu yang didapat selama kuliah pada permasalahan dan kondisi di lapangan, sehingga mendapatkan suatu pengalaman antara teori dengan kenyataan di lapangan, dan juga untuk memenuhi persyaratan guna memperoleh gelar Sarjana Strata 1 Jurusan Keperawatan di Universitas 'Aisyiyah Surakarta.

2. Bagi Universitas 'Aisyiyah Surakarta

Hasil dari mahasiswa melakukan penelitian di MAN 2 Karanganyar akan menjadikan Universitas 'Aisyiyah Surakarta lebih dikenal dunia, dan lulusan dari Universitas 'Aisyiyah Surakarta akan lebih di pertimbangkan lagi di dunia kerja.

3. Bagi pembaca

Memberikan tambahan referensi dari hasil penelitian ini sehingga dapat mengembangkan pemikiran-pemikiran logis yang nantinya berguna

untuk perkembangan penelitian selanjutnya.

4. Bagi Instansi Tempat Penelitian

Penelitian ini diharapkan memberikan serta menghasilkan informasi dan pengetahuan terhadap remaja putri dan bermanfaat sebagai bahan evaluasi terhadap remaja putri MAN 2 Karanganyar.

E. Keaslian Penelitian

Tabel 1.3 Keaslian Penelitian

No.	Penulis dan Tahun	Judul	Persamaan	Perbedaan
1	Sarni Anggoro (2020)	“Aktivitas Fisik, Status Gizi dan Tingkat Stress Berhubungan dengan Siklus Menstruasi”	Variabel terikat tingkat stress, variabel bebas siklus menstruasi, metode penelitian, kuantitatif.	Variabel terikat aktivitas fisik, status gizi, waktu penelitian, lokasi penelitian
2	Azizah Nurlaila Elza (2020)	“Hubungan Tingkat Stress Dan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri Kelas Model Man 2 Kota Madiun”	Variabel terikat tingkat stress, variabel bebas siklus menstruasi	Variabel terikat aktivitas fisik, waktu penelitian, lokasi penelitian
3	Zikri Maulana, Thamrin Tanjung (2021)	“Pengaruh Stress Terhadap Perubahan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam”	Varibel terikat : stress, variabel bebas : siklus menstruasi	Pengaruh, waktu penelitian, lokasi penelitian