

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan peristiwa alamiah pada perempuan yang memasuki usia remaja. Menstruasi adalah peristiwa keluarnya darah dari rahim melalui vagina karena meluruhnya lapisan dinding rahim yang banyak mengandung pembuluh darah (endometrium), pada saat sel telur tidak dibuahi. Sel telur hanya keluar sebulan sekali, dan apabila tidak mengalami pembuahan maka 14 hari kemudian sel telur tersebut akan gugur bersama dengan darah pada lapisan dinding rahim yang sebelumnya menebal. Hal ini biasanya akan berlangsung kurang lebih 28 hari (antara 21-35 hari) (Rahayuningrum, 2019).

Setiap remaja akan mengalami perubahan dan perkembangan dari segi fisik dan psikis untuk mempersiapkannya menuju masa peralihan dari anak ke dewasa. Masa remaja adalah suatu tahapan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa atau masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan, biasanya mulai dari usia 14 tahun pada pria dan usia 12 tahun pada wanita. Masa remaja atau masa puber merupakan masa penghubung antara masa anak-anak dengan masa dewasa (Proverawati, 2019).

Menurut *World Health Organization* (WHO) yang disebut remaja apabila anak telah mencapai usia 10-19 tahun (Proverawati, 2019). Didunia diperkirakan jumlah kelompok remaja sebanyak 1,2 miliar yang setara dengan 18% dari jumlah penduduk dunia atau 1 dari 6 orang populasi dunia (WHO, 2020). Sedangkan di Indonesia estimasi jumlah kelompok usia 10-19 Tahun

sebanyak 45,3 juta atau sekitar 17% dari jumlah seluruh penduduk Indonesia (Statistik, data Kependudukan Indonesia, 2021). Remaja Indonesia juga terdata mengalami siklus menstruasi yang berkepanjangan. Masalah gangguan siklus menstruasi menimpa wanita remaja yang sudah menstruasi hingga menopause (PUTRI, 2022).

Data *World Health Organization* (WHO) dikutip dari penelitian Hapsari (2019) menyebutkan bahwa 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%). Gangguan menstruasi merupakan hal yang sering terjadi dan dapat menyebabkan remaja harus memeriksakan diri ke dokter. Gangguan menstruasi yang tidak ditangani dapat mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari (Hapsari, 2019).

Menurut survei Kementerian Kesehatan Kemenkes (2024), mayoritas atau 34,1% responden remaja perempuan di Indonesia mengalami menstruasi pertama pada usia 11-12 tahun. Lalu 27,2% mengalaminya pada usia 13-14 tahun, 5,4% mendapat haid pertama pada usia 15-16 tahun, dan 4,6% pada usia 9-10 tahun. Undang-undang reproduksi Indonesia nomor 36 Tahun 2009 menyatakan bahwa kesehatan reproduksi adalah keadaan sehat yang bebas dari penyakit atau kecacatan pada system, fungsi dan proses reproduksi baik pada pria maupun wanita.

Menurut Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tentang data siklus haid pada perempuan 10-59 tahun, menunjukkan sebagian besar 68% perempuan melaporkan haid tidak teratur (Sari, 2019) dalam (Anggoro, 2022). Didunia

diperkirakan jumlah kelompok remaja sebanyak 1,2 miliar yang setara dengan 18% dari jumlah penduduk dunia atau 1 dari 6 orang populasi dunia (WHO, 2020). Sedangkan di Indonesia estimasi jumlah kelompok usia 10-19 Tahun sebanyak 45,3 juta atau sekitar 17% dari jumlah seluruh penduduk Indonesia (Statistik, data Kependudukan Indonesia, 2021). Remaja Indonesia juga terdata mengalami siklus menstruasi yang berkepanjangan. Masalah gangguan siklus menstruasi menimpa wanita remaja yang sudah menstruasi hingga menopause (PUTRI, 2022).

Menurut data Dinas Kesehatan Kota Padang tahun 2020, angka kejadian menarche dini pada remaja putri di Sumatera Barat sebesar 43% remaja mendapatkan menarche dini dibawah usia kurang dari 11 tahun, 37% mendapatkan menarche dini pada usia 11-12 tahun dan 20% remaja mendapatkan menarche dini pada usia diatas 12 tahun serta menarche normal terjadi pada usia 12 tahun. Hal ini mengalami peningkatan pada tahun 2021, dimana 50% remaja mendapatkan menarche dini dibawah usia kurang dari 11 tahun, 30% remaja mendapatkan menarche dini pada usia 11-12 tahun dan 20% remaja mendapatkan menarche dini pada usia 12 tahun keatas (Dinkes Kota Padang, 2021).

Usia *menarche* yang dini menjadi salah satu faktor terjadinya *dismenore primer* karena pada dasarnya usia *menarche* yang tidak normal (<12 tahun) hormon *gonadotropin* diproduksi sebelum waktunya. *Menarche* yang terjadi pada usia sebelum waktunya mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim yang akan menimbulkan rasa nyeri pada saat menstruasi (Kurniawan et al, 2023).

Usia *menarche* tidak normal lebih banyak yang mengalami *dismenore primer* (83,3%), di banding dengan responden dengan usia normal (38,1%), ini berarti ada kecenderungan responden dengan usia *menarche* tidak normal akan mengalami *dismenore*, dibandingkan responden dengan usia *menarche* yang normal (Rahayu 2022).

Penelitian terkait gangguan menstruasi akibat stres pada remaja pernah dilakukan oleh (Mykolayivna et al. 2023) di Ukraina, didapatkan hasil penelitian gangguan siklus menstruasi *dismenore* (45,6%), menstruasi yang berlebihan (27,8%), dan amenore (26,6%). Penelitian juga pernah dilakukan oleh (Amalia 2023) di FIK UNISSULA Semarang, didapatkan hasil penelitian sebanyak 134 responden (55,2%) responden mengalami siklus menstruasi tidak normal dan (44,8%) responden mengalami siklus menstruasi yang normal. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui googleform, didapatkan hasil (100%) kelas 11 mengalami gangguan siklus menstruasi.

Hasil penelitian Nurdi (2018), dari 38 responden yang merupakan siswi kelas V dan VI di SDN 01 Pagi Jakarta Utara, 60,5% (23 responden) memiliki pengetahuan yang kurang mengenai menstruasi dan 65,8% (25 responden) tidak siap dalam menghadapi *menarche*. Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan di SDN 24 Ujung Gurun Kecamatan Padang Barat, yang menunjukkan bahwa 82,9% siswi kelas 4-6 tidak mendapatkan pendidikan kesehatan tentang *menarche*.

Hasil penelitian yang dilakukan di Turki oleh Cakir M et al (2015) menjelaskan bahwa *dismenorea* merupakan gangguan menstruasi dengan

prevalensi terbesar (89,5%), diikuti ketidakaturan siklus menstruasi (31,2%) dan panjangnya durasi menstruasi (5,3%) yang berkisar antara 8-10 hari per siklus. Dari dua penelitian yang dilakukan oleh Muniroh (2017) dan Wahyuningrum (2016) tentang tingkat stress dan siklus menstruasi pada remaja putri, didapatkan hasil bahwa tingkat stress dapat mempengaruhi dan memiliki hubungan yang signifikan dengan siklus menstruasi pada remaja.

Stres dapat memicu pelepasan hormon kortisol, yang mana hormon kortisol menjadi tolak ukur untuk mengetahui derajat stres seseorang. Ketika terdapat gangguan pada hormon FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Luteinizing Hormone*) maka dapat mempengaruhi produksi estrogen dan progesteron sehingga menyebabkan siklus menstruasi tidak teratur, akibat dari siklus menstruasi yang tidak teratur biasanya sulit menentukan dan membedakan kapan masa subur dan kapan masa tidak subur sehingga wanita jadi sulit hamil yang disebabkan karna gagalnya fertilisasi (Sajalia, Supini, and Arlina 2022).

Berdasarkan data Dinas Pendidikan Kota Padang tahun 2024 diketahui ada 98 Sekolah Menengah Pertama (Negeri dan Swasta). Rentang usia anak SMP yaitu 12-15 tahun dan pada umumnya sudah mengalami menstruasi. Dari 98 Sekolah Menengah Pertama (Negeri dan Swasta) terdapat 2 SMP yang memiliki jumlah siswi terbanyak yaitu SMP Negeri 13 Padang sebanyak 466 siswi, dan di SMP Negeri 34 Padang sebanyak 416 siswi. Setelah peneliti melakukan survey awal dengan wawancara di masing-masing sekolah tersebut ditemukan adanya gangguan siklus menstruasi pada remaja putri. Dari kedua

sekolah tersebut SMP Negeri 34 Padang adalah jumlah siswi terbanyak yang mengalami gangguan siklus menstruasi saat menstruasi.

Bersarkan survey awal yang dilakukan oleh peneliti di SMP Negeri 34 Kota Padang dari 10 orang responden dan yang mengalami menstruasi terdapat 7 orang siklus menstruasi tidak normal, menstruasi tidak normal < 21 hari atau > 35 hari dan 3 orang siklus menstruasi normal, dan juga di dapatkan hasil beberapa mahasiswi mengalami stress, 7 diantaranya mengalami stress dan 3 lainnya normal.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat stress dan usia menarche dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 34 Kota Padang.

B. Rumusan Masalah

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah "Hubungan Tingkat Stress dan Usia Menarche dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri di SMP Negeri 34 Kota Padang Tahun 2025?"

C. Tujuan

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stress dan usia menarche dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 34 Kota Padang Tahun 2025?

2. Tujuan Khusus

- a. Diketahui distribusi frekuensi siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 34 Kota Padang.
- b. Diketahui distribusi frekuensi tingkat stress pada remaja putri yang mengalami gangguan siklus menstruasi di SMP Negeri 34 Kota Padang.

- c. Diketahui distribusi frekuensi usia menarche pada remaja putri yang mengalami gangguan siklus menstruasi di SMP Negeri 34 Kota Padang.
- d. Diketahui hubungan antara tingkat stress dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 34 Kota Padang.
- e. Diketahui hubungan antara usia menarche dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 34 Kota Padang.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi peneliti

Menambah pengetahuan dan memperluas wawasan serta keterampilan peneliti dalam penerapan ilmu di bidang studi riset kebidanan serta menambah pengetahuan peneliti tentang hubungan yang mempengaruhi tingkat stress dan usia menarche dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

b. Bagi Instusi Pendidikan

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan sumbangan dan saran bagi kepala sekolah dan guru-guru mengenai pentingnya hubungan tingkat stress dan usia menarche dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai bahan acuan dan pengembangan peneliti selanjutnya dengan variable yang lain tentang hubungan yang mempengaruhi tingkat stress dan usia menarche dengan siklus menstruasi pada remaja putri.

2. Manfaat praktis

- a. Penelitian ini sebagai sarana bagi peneliti untuk belajar menerapkan teori yang diperoleh dalam bentuk nyata dan meningkatkan daya berpikir dalam menganalisis suatu masalah.
- b. Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi referensi dan memperkaya ilmu pengetahuan dan wawasan serta dapat menjadi bahan acuan bagi peneliti selanjutnya.

E. Ruang Lingkup

Penelitian ini adalah membahas hubungan tingkat stress dan usia menarche dengan siklus menstruasi pada remaja putri di SMP Negeri 34 Kota Padang. Variabel independen adalah tingkat stress dan usia menarche dan Variabel dependen adalah siklus menstruasi pada remaja putri, Penelitian ini telah dilaksanakan pada bulan Juni – Agustus 2025 di SMP Negeri 34 Kota Padang. Populasi penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang sudah mengalami menstruasi sebanyak 246 orang kelas VIII dan kelas IX, dan yang menjadi sampel sebanyak 71 orang dengan teknik pengambilan sampel dilakukan secara *simple random sampling*. Pengumpulan data melalui wawancara dan kuisioner. Analisa data yang digunakan adalah univariat dan bivariat, dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square*.