

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Menstruasi atau haid merupakan perubahan fisiologis yang terjadi secara alami didalam tubuh perempuan yang terjadi setiap bulan secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Menstruasi dialami oleh wanita yang dimulai sejak masa pubertas (*menarche*) dan berhenti ketika seorang wanita telah menopause, kecuali pada masa kehamilan. Siklus menstruasi pada wanita biasanya terjadi sekitar 28 hari (Sarwono, 2011).

Siklus menstruasi yang dialami perempuan berbeda-beda satu sama lain. Namun normalnya siklus menstruasi teratur setiap bulannya dengan rentang 28-35 hari setiap kali periode menstruasi. Adapun siklus menstruasi dikatakan tidak normal apabila siklusnya terjadi kurang dari 28 hari dan lebih dari 35 hari dari periode menstruasi. Siklus menstruasi yang normal menggambarkan organ reproduksi perempuan sehat dan tidak ada masalah. Siklus menstruasi yang tidak normal berarti menggambarkan organ reproduksi perempuan mengalami suatu masalah (Sarwono, 2011).

Perbedaan siklus menstruasi yang dialami wanita ditentukan oleh beberapa faktor pemicu, salah satunya yaitu stres. Tanpa disadari stres dapat berpengaruh terhadap gangguan menstruasi. Stres dapat memicu pelepasan hormon kortisol yang merupakan tolak ukur untuk melihat derajat stres seseorang. Hormone kortisol telah diatur oleh kelenjar pituitar dan hipotalamus otak, hipotalamus memulai kerjanya, hormone FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dikeluarkan oleh hipofisis, dan menstimulasi ovarium sehingga menghasilkan estrogen. Ketidakteraturan siklus menstruasi dipengaruhi oleh produksi estrogen dan progesterone akibat gangguan hormone FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) dan LH (*Lutenizing Hormon*) (Eny Kusmiran, 2012).

Stress dapat disebabkan oleh beberapa hal. Lingkungan, kondisi fisik dan sosial merupakan penyebab dari kondisi stres yang biasa disebut stressor.

Ada 3 kategori stressor, salah satunya adalah *Cataclysmic events* yang merupakan dimana terjadinya fenomena besar yang terjadi secara tiba-tiba dan kejadian penting yang dapat mempengaruhi banyak orang, seperti bencana alam (Sunaryo, 2013). Seperti yang dialami saat ini, dunia telah digemparkan dengan adanya virus *COVID-19*.

Virus COVID-19 pertama kali ditemukan di Wuhan, provinsi Hubei. Pada tahun 2019, awalnya virus ini dinamakan sementara oleh WHO yaitu *novel coronavirus (2019-nCoV)*, kemudian pada tanggal 11 Februari 2020 WHO mengumumkan nama baru yaitu *Coronavirus Disease (COVID-19)* yang disebabkan oleh virus *Severe Acute Respiratory Syndrome Coronavirus-2 (SARS-CoV-2)*. Penularan virus ini ditularkan dari manusia ke manusia (Susilo et al., 2020).

WHO mengumumkan COVID-19 ditetapkan sebagai pandemik pada tanggal 12 Maret 2020. Di Indonesia sendiri, pada tanggal 2 Maret 2020 telah mengumumkan adanya 2 kasus positif virus corona (Susilo et al., 2020). Pasien terkonfirmasi virus corona di Indonesia terbukti berawal dari suatu acara di Jakarta dimana penderita telah kontak dengan seorang warga Jepang yang tinggal di Malaysia (Yuliana, 2020).

Wabah virus corona terus menyebar, dan angka pasien terkonfirmasi virus corona terus meningkat. Sehingga pemerintah Indonesia mengeluarkan kebijakan untuk bekerja dari rumah. Semua aspek kehidupan terkena imbas dari virus corona, termasuk kegiatan akademik. Universitas Muhammadiyah Semarang mengeluarkan surat edaran No. 1253/UNIMUS/EDR/2020 yang berisi himbauan mengubah kegiatan pembelajaran dalam bentuk tatap muka menjadi Pembelajaran Jarak Jauh (PJJ) terhitung sejak hari Senin tanggal 23 Maret 2020.

Kegiatan pembelajaran jarak jauh juga telah diterapkan hampir di semua jenjang akademik di seluruh Indonesia. Kegiatan pembelajaran jarak jauh juga dikenal sebagai *Study From Home* dalam kalangan masyarakat Indonesia. Kebijakan ini memunculkan permasalahan baru pada kalangan mahasiswa. Pembelajaran jarak jauh mengharuskan mahasiswa bergantung

dengan internet. Namun tidak semua wilayah terjangkau dengan jaringan internet. Berbagai macam kendala pembelajaran jarak jauh bermunculan, seperti koneksi internet yang tidak lancar, pembebanan tugas yang harus diselesaikan dan diberikan batas waktu dan dikirimkan secara online namun jaringan internet tidak mendukung (Tasropi, 2020). Kurang efektifnya pembelajaran secara online dapat memicu timbulnya stres seseorang.

Menurut penelitian yang pernah dilakukan oleh Livana PH, Mubin, & Basthomi, (2020), ada beberapa penyebab stress mahasiswa pada situasi pandemi COVID-19. Dari hasil penelitian yang telah dilakukan, didapatkan hasil bahwa penyebab stres mahasiswa pada situasi pandemic COVID-19 menunjukkan hasil 57,8% mahasiswa merasa bosan berada dirumah saja, 40,2 % responden tidak dapat bertemu dengan orang-orang yang disayang termasuk teman perkuliahan, 55,8% mahasiswa merasa stres karena proses pembelajaran daring yang mulai membosankan, dan 35% mahasiswa stres karena tidak dapat mengaplikasikan pembelajaran praktek laboratorium karena ketidakterediaan alat.

Penelitian tentang Hubungan Tingkat Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja SMA Di Lingkungan I Labuhan Deli Kecamatan Medan Marelan Di Stikes Imelda Medan Tahun 2014 pernah dilakukan oleh Debora Lestari Simamora. Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 40 responden, mayoritas mengalami tingkat stress berat sebanyak 29 orang (72,5%) dan minoritas mengalami stress ringan sebanyak 11 orang (27,5%). Bahwa dari 40 responden, mayoritas siklus menstruasi tidak teratur sebanyak 25 orang (62,5%) dan minoritas siklus menstruasi teratur sebanyak 15 orang (37,5%) (Simamora, 2016).

Penelitian hubungan tingkat stress dengan siklus menstruasi juga pernah dilakukan oleh Fransisca Endah Wahyuningrum. Hasil penelitian didapatkan bahwa dari 46 responden, terdapat 2 mahasiswa yang mempunyai tingkat stres berat dengan siklus haid tidak teratur (4,3%), 30 mahasiswa mengalami tingkat stres normal dengan siklus menstruasi teratur (65,2%) (Francisca Endah Wahyuningrum & Chusnul, 2016).

Berdasarkan latar belakang penelitian tersebut peneliti tertarik ingin mengetahui gambaran tingkat stres mahasiswa dengan siklus menstruasi pada situasi *pandemic COVID-19* di S1 Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Semarang



B. Rumusan Masalah

Berdasarkan pada latar belakang diatas, rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan tingkat stres mahasiswa dengan siklus menstruasi pada situasi *Pandemic Covid-19* khususnya mahasiswa reguler S1 keperawatan angkatan 2017 di Universitas Muhammadiyah Semarang.

C. Tujuan penelitian

1. Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan tingkat stres mahasiswa dengan siklus menstruasi pada situasi *Pandemic Covid-19* khususnya mahasiswa reguler S1 keperawatan angkatan 2017 di Universitas Muhammadiyah Semarang.

2. Tujuan Khusus

- a. Diketuinya tingkat stres pada mahasiswa reguler S1 Keperawatan angkatan 2017 di Universitas Muhammadiyah Semarang
- b. Diketuinya siklus menstruasi pada mahasiswa reguler S1 keperawatan angkatan 2017 di Universitas Muhammadiyah Semarang
- c. Diketuinya hubungan tingkat stres mahasiswa dengan siklus menstruasi pada situasi *Pandemic Covid-19* khususnya mahasiswa reguler S1 keperawatan angkatan 2017 di Universitas Muhammadiyah Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi mahasiswa keperawatan

Penelitian ini bisa menjadi referensi terutama di keperawatan maternitas.

2. Bagi peneliti

Penelitian ini bisa menjadi pertimbangan untuk penelitian selanjutnya tentang stres maupun siklus menstruasi

3. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini sebagai tambahan wawasan dan informasi seputar hubungan menstruasi dan stres pada bidang keperawatan

E. Bidang Ilmu

Bidang ilmu yang terkait dalam penelitian ini adalah Ilmu Keperawatan khususnya Keperawatan Maternitas.

F. Keaslian Penelitian

Tabel 1.1
Keaslian Penelitian

Nama dan Tahun penelitian	Judul Penelitian	Variabel Penelitian	Desain Penelitian	Hasil Penelitian
Debora Lestari Simamora (2016)	Hubungan Tingkat Stres Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja SMA Di Lingkungan I Labuhan Deli Kecamatan Medan Marelan Di STIKes Imelda Medan	Tingkat stress terhadap siklus menstruasi	Deskriptif korelasi dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Dari 40 responden didapatkan 29 responden mengalami stres berat, 11 responden stres ringan dan 25 responden mengalami menstruasi tidak teratur dan 15 responden mengalami menstruasi teratur
Francisca Endah Wahyuningrum, Chusnul Chotimah (2016)	Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Kebidanan Tingkat I dan II Poltekkes Bhakti Mulia Sukoharjo	Tingkat stress terhadap siklus menstruasi	Analitik dengan pendekatan <i>cross sectional</i>	Dari 46 responden didapatkan 2 responden mempunyai tingkat stres berat dengan siklus haid tidak teratur dan 30 responden mengalami tingkat stress normal dengan siklus menstruasi teratur

Perbedaan penelitian dengan penelitian yang telah ada sebelumnya yaitu, pada penelitian ini menggunakan desain kuantitatif. Variabelnya adalah tingkat stres dengan siklus menstruasi dengan sampel mahasiswa reguler S1 keperawatan angkatan 2017 Universitas Muhammadiyah Semarang pada situasi