

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Menurut (Simbolon et al 2018) umumnya siklus menstruasi normal pada wanita terjadi secara periodik. Siklus menstruasi normal dan teratur mengindikasikan bahwa perempuan memiliki perkembangan dan fungsi reproduksi yang baik. Gangguan menstruasi salah satunya adalah gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur. Disebut polimenorea jika siklus haid kurang dari 21 hari dan oligomenorea jika siklus haid lebih dari 35 hari. Pada perempuan yang mengalami siklus menstruasi lebih dari 90 hari maka dikatakan mengalami amenorea. Menstruasi merupakan suatu perdarahan yang terjadi karena adanya luruhan dinding endometrium, perdarahan ini terjadi secara periodik yang mana jarak antar periodik disebut dengan satu siklus menstruasi.

Siklus menstruasi merupakan pola yang menggambarkan jarak antara hari pertama menstruasi dengan hari pertama menstruasi berikutnya. Pola siklus menstruasi dikatakan normal jika tidak kurang dari 21 hari dan tidak melebihi 35 hari (Yudita, 2017). Menurut (Arga, 2019) perubahan siklus menstruasi akan berdampak kecemasan pada seseorang yang mengalaminya, biasanya disertai dengan rasa takut. Siklus menstruasi teratur mengindikasikan bahwa perempuan memiliki perkembangan dan fungsi reproduksi yang baik dan siklus menstruasi tidak teratur dapat menimbulkan kecemasan pada seseorang.

Kecemasan merupakan perasaan tidak nyaman pada seseorang yang mengalami perubahan emosi. Kecemasan adalah suatu kondisi yang menandakan suatu keadaan yang mengancam keutuhan dan keberadaan dirinya dan dimanifestasikan dalam bentuk perilaku seperti rasa tidak berdaya, rasa tidak mampu, rasa takut, fobia tertentu . Sedangkan cemas adalah emosi tanpa objek yang spesifik, penyebabnya tidak diketahui dan didahului oleh pengalaman baru (Nursalam 2015). Kecemasan dapat diukur dalam beberapa jenis, yaitu Kecemasan Ringan, Kecemasan Sedang, Kecemasan Berat dan Kecemasan Sangat Berat.

Menurut (Annisa & Ifdil 2016) kecemasan adalah keadaan disaat emosi negatif muncul akibat adanya kekhawatiran akibat adanya bahaya yang tidak diduga yang dapat terjadi di masa yang akan datang. Sedangkan menurut (Suwandi & Malinti 2020) kecemasan sebenarnya merupakan perasaan yang normal dimiliki oleh manusia, ketika adanya rasa cemas itu menunjukkan manusia diberikan informasi akan ada bahaya yang mengancam. Kemasam merupakan rasa kekhawatiran dan dapat memberikan informasi pada seseorang sebagai tanda adanya bahaya, sehingga kecemasan dapat menimbulkan dampak. Kecemasan yang terjadi dapat dialami oleh berbagai kalangan usia, salah satunya pada masa peralihan remaja ke dewasa (mahasiswa).

Dampak dari kecemasan yang berlebihan dapat mengganggu dalam proses belajar karena perasaan takut dan khawatir akan suatu hal. Kecemasan yang terjadi pada remaja dapat berdampak pada terjadinya insomnia, sulit fokus atau konsentrasi, pelupa, cenderung memiliki perasaan frustrasi dan mudah marah dan siklus

menstruasi tidak teratur Fitria & Ifdil (2020). Dampak kecemasan juga dapat mengganggu seseorang karena perasaan takut dan khawatir.

Mahasiswa merupakan seorang pelajar atau peserta didik di suatu perguruan tinggi. Menurut Andarini & Fatma (2013) Mahasiswa merupakan peserta didik yang terdaftar dan belajar pada suatu perguruan tinggi swasta maupun negeri serta termasuk kedalam kelompok remaja menuju dewasa (remaja akhir). Sedangkan Menurut Sarah (2017) Secara etimologis, mahasiswa terdiri dari dua kata, yaitu “maha” dan “siswa”. Maha berarti sangat, amat dan besar, sedangkan siswa berarti murid atau Pelajar. Mahasiswa merupakan peserta didik atau pelajar yang terdaftar di perguruan tinggi dan termasuk kelompok remaja akhir.

Remaja merupakan seseorang yang tumbuh menjadi dewasa mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik dengan rentan usia tertentu. Menurut (Hurlock, 2017) kategori usia remaja dibagi menjadi 3 yaitu masa remaja awal (Early adolescent) umur 12-15 tahun, masa remaja pertengahan (middle adolescent) umur 15-18 tahun dan remaja terakhir umur (late adolescent) 18-21 tahun. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2017, rentang usia remaja adalah 10-19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, rentang usia remaja adalah 10-18 tahun. Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jadi menurut (Firdaus 2018) mahasiswa merupakan seseorang dapat dikatakan remaja karena sudah tidak bisa lagi disebut kanak-kanak namun, belum cukup matang untuk dapat dikatakan dewasa atau bisa

dibilang sebagai masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa dengan rentang usia 17-20 tahun. Mahasiswa merupakan pelajar remaja menuju dewasa dengan rentan usia 17-20 dan masa peralihan tersebut sangat rentan dalam mengalami gangguan kesehatan berupa kecemasan.

Menurut (Mansjoer 2017) bagi mahasiswa tidak jarang menimbulkan bentuk tidak nyaman yang biasanya berupa perasaan gelisah, takut, khawatir yang merupakan manifestasi dari faktor psikologis dan fisiologis. Biasanya perasaan-perasaan ini disertai oleh rasa kurang percaya diri, tidak mampu, merasa rendah diri, dan tidak mampu menghadapi suatu masalah. Perasaan ini lebih memasyarakat dengan istilah kecemasan. Menurut Hapsari (2014), gangguan siklus menstruasi dapat disebabkan oleh stres. Stres merupakan suatu persepsi dari ancaman atau dari suatu bayangan akan adanya ketidaksenangan yang menggerakkan, menyiagakan atau membuat aktif organisme.

Menurut (Suherman 2016) Mahasiswa rentan terhadap kecemasan, stresor psikososial adalah salah satu pencetus adanya kecemasan pada mahasiswa dimana setiap keadaan dapat menyebabkan perubahan dalam kehidupan seseorang sehingga orang itu terpaksa beradaptasi atau menanggulangi stresor yang timbul. Perubahan lingkungan belajar juga menjadi salah satu faktor pencetus kecemasan pada mahasiswa. Masa peralihan dari remaja ke dewasa sangat rentan mengalami bentuk tidak nyaman seperti gelisah, takut dan khawatir yang merupakan faktor fisik dan psikologis, perasaan ini biasa disebut dengan kecemasan. Menstruasi tidak lancar atau siklus menstruasi tidak teratur dapat menyebabkan kecemasan.

Menurut (Lubis et al 2017) 75% wanita pada tahap remaja akhir di dunia mengalami gangguan yang terkait dengan menstruasi. Menurut World Health Organization (WHO) tahun 2015 menyebutkan bahwa permasalahan remaja di dunia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan menstruasi (38,45%). Di Indonesia pada tahun 2021 angka gangguan menstruasi mencapai 55% masih cukup tinggi diatas 50%. Sedangkan data yang didapatkan dari RISKESDAS tahun 2017 diketahui bahwa sekitar 15,8 % remaja akhir mengalami gangguan ketidakteraturan siklus menstruasi (Kementrian Kesehatan RI, 2010). Sedangkan di Jawa Barat sendiri presentasi menstruasi tidak teratur yaitu 14,4%.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan (Nathalia 2019) pada mahasiswi STIT Diniyyah Puteri Kota Padang Panjang diketahui bahwa dari 89 responden didapatkan 60 (67,4%) responden memiliki siklus menstruasi yang tidak teratur. Hal ini diperkuat juga oleh penelitian Salmawati et al (2020) pada mahasiswi Keperawatan semester II Universitas Nasional Jakarta didapatkan sebanyak 53 (53,5%) dari 99 responden mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur.

Berdasarkan saat studi pendahuluan peneliti melakukan wawancara pada tanggal 16 Februari 2023 kepada 8 orang mahasiswi fakultas keperawatan tingkat 1 di wilayah kampus Universitas Bhakti Kencana yaitu 6 mahasiswi bahwa saat terjadi perubahan siklus menstruasi mahasiswi merasakan gelisah, cemas, takut dan terjadi perubahan fisik seperti timbul jerawat dan perut kembung. Dan 2 mahasiswi lainnya terjadi perubahan fisik seperti timbul jerawat perut kembung dan nyeri badan. Oleh karena itu, penelitian ini dilakukan untuk mengetahui tingkat

kecemasan terhadap gangguan siklus menstruasi. Berdasarkan hal tersebut peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui “Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat 1 Fakultas Keperawatan yang mengalami Perubahan Siklus Menstruasi di Universitas Bhakti Kencana”.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan penjelasan dari latar belakang bahwa dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu, Bagaimanakah Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat 1 Fakultas Keperawatan yang mengalami Perubahan Siklus Menstruasi di Universitas Bhakti Kencana?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui Tingkat Kecemasan Mahasiswa Tingkat 1 Fakultas Keperawatan yang mengalami Perubahan Siklus Menstruasi di Universitas Bhakti Kencana..

1.4 Manfaat penelitian

1.4.1 Manfaat teoritis

Hasil dari penelitian ini diharapkan dapat dijadikan acuan untuk edukasi terkait kecemasan terhadap perubahan siklus menstruasi. Dan diharapkan dapat menjadi sumber referensi jika akan dilakukan lebih lanjut terkait tingkat kecemasan terhadap perubahan siklus menstruasi.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi, bahan pembelajaran dan ilmu pengetahuan bagi institusi pendidikan untuk penelitian selanjutnya.

2. Bagi Peneliti

Penelitian ini dapat mengembangkan, menerapkan ilmu keperawatan dan menambah wawasan, pengalaman peneliti yang berhubungan dengan kecemasan dan siklus menstruasi.