

## PENDAHULUAN

### A. LATAR BELAKANG

Siklus menstruasi merupakan rangkaian peristiwa yang terjadi secara kompleks dan saling memengaruhi yang terjadi secara simultan di endometrium, kelenjar hipotalamus, kelenjar hipofesis, dan ovarium. Siklus menstruasi mempersiapkan uterus untuk kehamilan. Jika tidak terjadi kehamilan, maka akan terjadi menstruasi. Menstruasi dimulai selama 14 hari setelah terjadinya ovulasi pada uterus. Lama siklus menstruasi rata-rata 28 hari. Hari pertama perdarahan disebut dengan hari ke-1 dari siklus menstruasi, lama durasi terjadinya menstruasi rata-rata 5 hari (berkisar antara 1 sampai 8 hari), dan darah yang hilang rata-rata sebanyak 50ml (berkisar antara 20ml sampai 80ml).

Permasalahan kesehatan pada remaja yang menduduki persentasi terbesar dibanding yang lainnya adalah gangguan menstruasi (Herwandar, Russiska, & Fakhruddin, 2020). Siklus pendek maupun panjang menunjukkan masalah pada sistem metabolisme dan hormonal yang berdampak pada infertilitas. Siklus pendek mengalami unovulasi karena sel telur yang tidak terlalu matang oleh karena itu sulit untuk dibuahi. Siklus panjang menandakan sel telur jarang diproduksi atau ketidaksuburan yang panjang. Ketidakteraturan siklus menstruasi membuat wanita sulit menentukan masa subur (Milanti *et al.*, 2017).

Data Riset Kesehatan Dasar (2017), menyatakan bahwa di Indonesia wanita usia 10-59 tahun dengan menstruasi teratur sebanyak 68% dan menstruasi tidak teratur dalam 1 tahun sebanyak 13,7%. Masalah menstruasi tidak teratur pada wanita usia 17-29 tahun dan usia 30-34 tahun sebanyak 16,4%. Penelitian Munawaroh (2020) menunjukkan jika dari 80 remaja putri sebanyak 55% mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur. Hasil penelitian Anjarsari dan Sari (2020) menunjukkan bahwa dari 92 responden sebanyak 89% remaja putri mengalami siklus menstruasi yang tidak normal.

Gangguan siklus menstruasi disebabkan oleh beberapa faktor, antara lain fungsi hormon yang terganggu, kelainan sistemik, stres, kelenjar gondok, hormon prolaktin berlebih, dan miomi uteri (Ria, 2017). Usia, status fisik, emosional, dan lingkungan juga memengaruhi siklus menstruasi (Cashion, Perry, & Lowdermilk, 2013). Banyaknya aktivitas di sekolah, tugas yang menumpuk membuat remaja putri mengalami masalah emosional yang memicu timbulnya stres. Stres mengakibatkan ketidakseimbangan hormon *Folikel Stimulation Hormon* (FSH) yang mengakibatkan kadar hormon estrogen dan progesteron tidak normal sehingga terjadi ketidakteraturan menstruasi (Kusmiran, 2014).

Stres yang terjadi dapat disebabkan karena beberapa faktor seperti faktor pribadi, faktor keluarga dan faktor akademik. Stres yang terjadi pada mahasiswa sering disebabkan karena faktor akademik meliputi tugas yang terlalu banyak atau tugas menumpuk (Zulfan & Wahyuni, 2018). Mahasiswa tingkat pertama sangat rentan mengalami stres, khususnya stres akademik

yang bersumber dari perubahan gaya belajar yang sebelumnya dari sekolah menengah ke pendidikan tinggi (Halimah, 2018). Pandemi *covid-19* yang terjadi pada tahun 2020 membuat sistem pembelajaran di Indonesia mengalami perubahan. Surat Edaran Mendikbud Nomor 4 tahun 2020 tentang pelaksanaan kebijakan pendidikan dalam masa darurat penyebaran *Covid-19* menganjurkan untuk melaksanakan proses belajar dari rumah melalui pembelajaran daring (Kemendikbud, 2020).

Pembelajaran daring atau *e-learning* diterapkan dengan tujuan untuk memastikan pemenuhan hak peserta didik dalam mendapatkan layanan pendidikan selama darurat *covid-19*, melindungi warga satuan pendidikan dari dampak buruk *covid-19*, mencegah penyebaran dan penularan *covid-19* di satuan pendidikan dan memastikan pemenuhan dukungan psikososial bagi pendidik, peserta didik, dan orang tua (Kemenkes, 2020). Charismiadi (2020) menyatakan bahwa selama proses pembelajaran tatap muka, akan ada penyampaian konsep pembelajaran dan tujuannya terlebih dahulu. Kemudian pembelajaran berlanjut sampai pemahaman dan pengembangannya. Tahapan-tahapan tersebut dinilai tidak berjalan dengan baik dalam situasi darurat seperti sekarang

Koneksi internet yang kurang baik, menyelesaikan tugas yang banyak dalam waktu yang cepat, merespon instruksi dengan cepat, serta perlu beradaptasi cepat dengan situasi belajar dari rumah merupakan kondisi dalam perkuliahan daring selama pandemi *covid-19* yang dapat menimbulkan stres pada mahasiswa (Harahap *et al.*, 2020). Sari (2020) menambahkan jika

kekhawatiran terhadap penularan *covid-19* menjadi stresor tersendiri dan kesulitan memahami materi pembelajaran daring juga menimbulkan stresor tambahan bagi mahasiswa. Keterbatasan aktivitas dan kebosanan selama *stay at home* juga menjadi stresor tambahan yang menimbulkan stres bagi mahasiswa selama pandemi *covid-19*.

Penelitian Livana *et al.*, (2020) menunjukkan bahwa proses pembelajaran secara *online* menyebabkan 55,8% pelajar mengalami stres. Simbolon (2015) menyatakan bahwa stres yang berlebihan akan menyebabkan gangguan kesehatan fisik dan mental. Penelitian Romauli, Marintan, dan Utami (2017) menunjukkan jika stres dapat memengaruhi siklus menstruasi, responden mengalami menstruasi tidak teratur pada saat menjelang ujian, terdapat pengaruh stresor psikologis terhadap siklus menstruasi mahasiswa kebidanan ( $p = 0,014$ ) dan terdapat pengaruh stresor sosial terhadap siklus menstruasi ( $p = 0,049$ ).

Penelitian yang dilakukan oleh Sari, Pratiwi, dan Subiyatun (2016) pada mahasiswi Diploma IV Bidan Pendidik Tingkat Akhir di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta menunjukkan sebagian besar mahasiswi mengalami stres sangat berat (40%), dan yang mengalami gangguan siklus menstruasi (61,3%). Hasil uji statistik diperoleh taraf signifikan, yaitu 0,028 ( $p\text{-value} < 0,05$ ), oleh karena itu terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan gangguan siklus menstruasi.

Universitas Muhammadiyah Purwokerto merupakan salah satu institusi pendidikan yang menerapkan sistem pembelajaran *online* di Kabupaten

Banyumas. Studi pendahuluan yang dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan diketahui jumlah mahasiswi semester I tahun ajaran 2020/2021 sebanyak 126 siswi. Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti terhadap 10 mahasiswi Keperawatan S1 semester I di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto, didapatkan data siklus menstruasi normal sebanyak 5 mahasiswi dan yang mengalami siklus menstruasi tidak normal sebanyak 5 mahasiswi. Hasil wawancara juga diketahui bahwa 6 mahasiswi mengeluhkan stres yang berasal dari dampak pembelajaran daring selama pandemi *covid-19*. Tugas yang terlalu banyak, jaringan internet yang kurang stabil, dan kurangnya pemahaman dalam memahami materi yang diberikan dosen selama pembelajaran daring termasuk penyebab dari stres tersebut yang kemudian berdampak pada siklus menstruasi yang tidak teratur.

Berdasarkan uraian latar belakang di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Stres pada Pembelajaran Daring Dimasa Pandemi *Covid-19* dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Keperawatan S1 Semester I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto”.

## **B. RUMUSAN MASALAH**

Ketidakteraturan siklus menstruasi di Indonesia masih cukup tinggi. Salah satu penyebabnya yaitu kecemasan, stres, dan depresi. Anak usia sekolah termasuk mahasiswa saat ini rentan mengalami gangguan psikologis dikarenakan sistem pembelajaran baru yaitu daring atau dalam jaringan yang

ditetapkan oleh pemerintah Indonesia akibat dampak dari pandemi *covid-19*. Mahasiswa tingkat pertama sangat rentan mengalami stres, khususnya stres akademik yang bersumber dari perubahan gaya belajar. Kesulitan dalam memahami materi pembelajaran daring dan kebosanan *stay at home* membuat mahasiswa merasa stres. Stres dapat memengaruhi siklus menstruasi, karena hormon kortisol memengaruhi jumlah hormon progesteron dalam tubuh yang membuat siklus menstruasi menjadi tidak teratur.

Berdasarkan uraian di atas perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan tingkat stres pada pembelajaran daring dimasa pandemi *covid-19* dengan siklus menstruasi mahasiswi Keperawatan S1 semester I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto?”.

### **C. TUJUAN PENELITIAN**

#### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan tingkat stres pada pembelajaran daring dimasa pandemi *covid-19* dengan siklus menstruasi mahasiswi Keperawatan S1 semester I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

#### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengidentifikasi karakteristik responden berdasarkan usia dan usia menarche pada mahasiswi Keperawatan S1 semester I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

- b. Mengidentifikasi tingkat stres selama pembelajaran daring dimasa pandemi *covid-19* pada mahasiswi keperawatan s1 semester I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- c. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada mahasiswi Keperawatan S1 semester I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.
- d. Menganalisis hubungan antara tingkat stres pada pembelajaran daring dimasa pandemi *covid-19* dengan siklus menstruasi mahasiswi Keperawatan S1 semester I Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

#### **D. MANFAAT PENELITIAN**

1. Bagi Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan pustaka, suatu bacaan bagi akademik dalam rangka menambah informasi tentang ilmu kesehatan khususnya di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

2. Bagi Mahasiswa

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah informasi mahasiswa tentang gangguan stres pada pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19 terhadap siklus menstruasi.

### 3. Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan mengenai hubungan tingkat stres pada pembelajaran daring dimasa pandemi covid-19 terhadap siklus menstruasi dan sebagai cara mengamalkan ilmu pada waktu kuliah dengan melakukan penelitian dalam rangka menyelesaikan pendidikan.

