

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Dewasa ini, gangguan pada kesehatan mental mulai meningkat salah satunya gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Menurut Undang-Undang Nomor 18 Tahun 2014 tentang Kesehatan Jiwa merupakan suatu kondisi dimana seseorang individu dapat berkembang secara fisik, mental, spiritual dan sosial sehingga individu tersebut menyadari kemampuan sendiri, dapat menangani tekanan, bekerja secara produktif, dan mampu memberikan kontribusi untuk sekitarnya (Rachmawati, 2020). Seperti yang diketahui, kecemasan dapat timbul pada setiap individu terutama pada remaja dengan penyebab yang bermacam-macam seperti tingkat stress psikososial, trauma, frustrasi, dan konflik. WHO (*World Health Organization*) (WHO, 2017) menyatakan bahwa terdapat sekitar 264 juta penduduk dewasa di seluruh dunia mengalami gangguan kecemasan (*anxiety disorder*). Menurut *Our World in Data* (*Our World in Data*, 2017) terdapat 63% prevalensi pada wanita atau setara dengan 179 juta penduduk dan terdapat 37% prevalensi pada pria atau setara dengan 105 juta penduduk yang mengalami gangguan kecemasan. NIMH (NIMH, 2017) menyatakan bahwa di Amerika Serikat rentang usia 30-44 tahun mengalami gangguan kecemasan paling tinggi, diikuti dengan rentang usia 18-29 tahun dengan prevalensi 22,3% serta usia 45-59 tahun dengan prevalensi 20,6%. Berdasarkan data Riskedas (Riset Kesehatan Dasar) 2018 menunjukkan prevalensi gangguan mental emosional berdasarkan gejala berupa depresi dan kecemasan pada usia di atas 15 tahun mencapai sekitar 6,1% dari jumlah penduduk Indonesia atau setara dengan 11 juta orang (Riskedas, 2018).

Data dari WHO (*World Health Organization*) (WHO, 2018) menyebutkan bahwa 80% wanita secara global mengalami menstruasi tidak teratur. Berdasarkan data dari NIMH di Amerika Serikat, gangguan kecemasan lebih sering terjadi pada wanita daripada pria dengan prevalensi pada wanita sekitar 23% dan pada pria sekitar 14% (NIMH, 2017). Di Amerika Serikat, wanita memiliki resiko dua

kali lebih mungkin untuk mengalami kecemasan umum (*generalized anxiety*) dibandingkan pria (AADA, 2020). Akibatnya, wanita dengan gangguan kecemasan (*anxiety disorder*) mudah mengalami gangguan pada siklus menstruasi. Normalnya, panjang periode siklus menstruasi setiap wanita sangat beragam, tetapi rata-rata periode mengalami satu siklus menstruasi berlangsung selama 28 hari. Siklus teratur yang lebih lama atau lebih pendek dimulai dari 24 hingga 35 hari masih termasuk siklus menstruasi normal. Jika kurang dari 24 hari atau lebih dari 35 hari, termasuk dalam gangguan siklus menstruasi. Gejala yang timbul dari kecemasan memberi pengaruh pada pola menstruasi wanita. Beberapa faktor yang dapat mengganggu siklus menstruasi meliputi berat badan, kecemasan, aktivitas fisik, diet, paparan lingkungan, kondisi kerja (Han *et al*, 2019) serta fungsi hormon terganggu (Sari, 2016). Dampak dari terjadinya gangguan siklus menstruasi, yaitu nyeri saat menstruasi, gangguan dalam volume perdarahan, dan *Pre-Menstrual Syndrome* (PMS). Efek emosional dari *Pre-Menstrual Syndrome* (PMS) yang tidak dapat ditahan menyebabkan emosi yang tidak terkontrol, perasaan cemas, gelisah, mudah marah, *panic attack*, dan pada akhirnya menangis. Sedangkan efek PMS dari segi fisik memiliki kaitan dengan kondisi kesehatan di bagian kepala, rasa lelah menimbulkan sikap malas untuk melakukan aktivitas (Badziad, 2003).

Menurut Data Riset Kesehatan Dasar (Riskesdas) terdapat sebanyak 11,7% remaja di Indonesia mengalami menstruasi tidak teratur dan sebanyak 14,9% di daerah perkotaan di Indonesia mengalami menstruasi tidak teratur, dimana prevalensi menstruasi tidak teratur sekitar 15,8% di Daerah Istimewa Yogyakarta (Riskesdas, 2018). Berdasarkan Peraturan Pemerintah Republik Indonesia Nomor 61 Tahun 2014 tentang Kesehatan Reproduksi dalam pasal 11 dijelaskan bahwa pemerintah menerapkan Pelayanan Kesehatan Reproduksi Remaja dengan tujuan untuk mempersiapkan remaja menjalani kehidupan dengan sistem reproduksi yang sehat dan bertanggung jawab. Peneliti tertarik melakukan penelitian untuk mengetahui prevalensi kecemasan yang dapat mengganggu siklus menstruasi dengan tujuan untuk mengetahui hubungan antara kecemasan dan

siklus menstruasi yang dialami siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa dan tinjauannya menurut pandangan Islam.

1.2 Perumusan Masalah

Berdasarkan uraian pada latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah apakah terdapat hubungan kecemasan dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa dan tinjauannya menurut pandangan Islam.

1.3 Pertanyaan Penelitian

1. Bagaimana gambaran umum tingkat kecemasan pada siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa
2. Bagaimana gambaran umum siklus menstruasi pada siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa
3. Apakah terdapat hubungan kecemasan dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa.

1.4.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran umum tingkat kecemasan pada siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa
2. Mengetahui gambaran umum siklus menstruasi pada siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa
3. Mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Teoritik

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah wawasan dan pengetahuan mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi dalam bidang kesehatan.

1.5.2 Manfaat Metodologik

Sebagai sumber referensi dan informasi mengenai hubungan tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi bagi peneliti selanjutnya.

1.5.3 Manfaat Aplikatif

Diharapkan penelitian ini dapat memberikan informasi pada peneliti, pelajar, dan peneliti selanjutnya.

1. Manfaat Bagi Peneliti

Meningkatkan wawasan dan pengetahuan peneliti tentang hubungan tingkat kecemasan dengan siklus menstruasi pada siswi kelas XI SMA Kharisma Bangsa.

2. Manfaat Bagi Pelajar

Memberikan pengetahuan mengenai dampak dari tingkat kecemasan yang berlebihan terhadap siklus menstruasi dan diharapkan dapat mencegah atau segera mengatasi terjadinya kecemasan.

3. Manfaat Bagi Peneliti Selanjutnya

Dapat digunakan sebagai bahan pertimbangan untuk dikembangkan lebih lanjut serta sebagai sumber referensi untuk peneliti selanjutnya yang memilih topik penelitian yang sama.