

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Kehidupan manusia sejak lahir dapat dibagi dalam beberapa masa, yakni masa bayi, masa kanak-kanak, masa pubertas, masa reproduksi, masa klimakterium, dan masa senium. Masing-masing masa mempunyai kekhususan, oleh karena itu apabila terjadi gangguan pada setiap masa tersebut dapat dikatakan khas, yang merupakan penyimpangan dari faal yang khas pula dari masa yang bersangkutan (Sastrawinata, 1997).

Menstruasi pada wanita adalah suatu perdarahan rahim yang sifatnya fisiologik (normal) yang datangnya teratur setiap bulan (siklus haid). Timbulnya perdarahan tersebut sebagai akibat perubahan hormonal yaitu estrogen dan progesteron (Hawari, 1997).

Selama siklus bulanan, jumlah hormon estrogen dan progesteron yang dihasilkan dalam indung telur berubah. Pada bagian pertama siklus haid yang dihasilkan oleh indung telur adalah sebagian besar estrogen. Estrogen ini menyebabkan tumbuhnya lapisan darah dan jaringan yang tebal di seputar dinding rahim. Di pertengahan siklus, indung telur melepas sebuah sel telur yang dinamakan ovulasi. Pada bagian kedua siklus haid, yaitu antara pertengahan sampai datang haid berikutnya, tubuh wanita menghasilkan hormon progesteron

memeriksakan dirinya ke dokter karena tidak mendapatkan haid untuk beberapa lamanya. Keadaan ini dipacu oleh banyak faktor, salah satunya adalah karena gejala ketegangan jiwa yang berasal dari stres psikososial.

Manusia dalam kehidupannya pasti mengalami berbagai macam problem, dari yang ringan sampai yang berat, dalam jangka waktu yang pendek maupun yang panjang. Dalam menghadapi problem itu ada yang bersikap tenang, kemudian mampu mengatasi problem kehidupannya itu sehingga bisa mendapatkan hikmahnya. Sementara ada yang menghadapi problem itu dengan ketakutan, sehingga pada akhirnya terjadi ketegangan atau stres (Mahfud, 1999).

Keadaan stres muncul apabila tuntutan-tuntutan yang luar biasa ataupun terlalu banyak mengancam kesejahteraan ataupun integritas seseorang. Stres bersifat individual, dan stres bagi seseorang belum tentu merupakan stres bagi orang lain (Prawitasari, 1988).

Prawirohusodo (1988) menyatakan bahwa stres yang tidak bisa dikontrol (*Uncontrollable events*) lebih potensial dalam memberikan efek psikologik dibandingkan dengan yang bisa dikontrol. Dari hasil penelitian Mc Female, dkk, (dalam Prawirohusodo, 1988) ditemukan bahwa stres yang tidak dapat diramalkan sebelumnya lebih potensial dalam memberikan efek psikologik dibandingkan dengan yang bisa diramalkan sebelumnya.

Wanita yang mengalami stres psikososial, dapat mempengaruhi mental emosionalnya. Hal ini karena wanita mengalami peristiwa-peristiwa kehidupan yang mengganggu aktifitas sehari-harinya dan menyebabkan harus beradaptasi, namun tidak semua wanita mampu mengadakan adaptasi dan menanggulangnya

Pada wanita-wanita yang sedang mengalami konflik kejiwaan berkepanjangan, kepribadian labil (*immature, neurotic*), seringkali dijumpai sebagai keluhan-keluhan kejiwaan pada waktu menjelang haid. Atau dengan kata lain perubahan hormonal yang terjadi menjelang haid telah mempengaruhi keseimbangan emosional pada wanita-wanita dengan kondisi kejiwaan tertentu (Hawari, 1997).

Pada wanita yang sehat dan stabil emosinya, siklus haid yang terjadi akan dilalui tanpa keluhan atau gangguan, ataupun kalau terjadi gejolak emosional dapat segera diatasi. Namun sebaliknya, pada wanita-wanita yang tidak stabil atau dengan kepribadian labil akan menunjukkan gejala ketegangan jiwa yang menyebabkan perubahan dalam siklus haid atau gangguan haid. Wanita seringkali tidak menyadarinya sampai akhirnya mengalami gangguan haid yang menyolok (Hawari, 1997).

Didasari oleh latar belakang yang ada, maka perumusan masalah dalam *literature study* ini adalah sebagai berikut : Bagaimanakah hubungan stres dengan ketidakteraturan diwaktu menstruasi.

B. Tujuan Penulisan

Membantu memberikan penjelasan kepada wanita, bagaimana ketidakteraturan haid itu timbul dan bagaimana hubungannya dengan stres

C. Manfaat Penulisan

a. Bagi Penulis

Untuk menambah wawasan dan pengetahuan tentang masalah kesehatan wanita.

b. Bagi Masyarakat

Sebagai suatu bahan acuan untuk wanita agar menghindari keadaan stres psikososial yang berkelanjutan, yang dapat mengakibatkan timbulnya ketidakteraturan menstruasi.

c. Bagi Penulis Lain

Sebagai referensi untuk penelitian selanjutnya, tentang stres psikososial dan ketidakteraturan menstruasi.