

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Salah satu masalah kesehatan reproduksi yang sering dialami oleh wanita dan merupakan masalah utama dalam masyarakat adalah gangguan menstruasi. Gangguan yang sering terjadi antara lain siklus menstruasi yang tidak teratur, gangguan volume menstruasi baik perdarahan yang lama atau abnormal, gangguan nyeri atau dismenorrhea, atau sindroma pramenstruasi. Gangguan siklus menstruasi yang tidak teratur sendiri meliputi *polymenorrhea*, *oligomenorrhea*, dan *amenorrhea*. Siklus menstruasi ini yang tidak normal tentu bisa menimbulkan penyakit seperti infertilitas dan mempengaruhi kesuburan (Hatmanti, 2018).

Menurut data WHO (2020) prevalensi gangguan siklus menstruasi pada wanita sekitar 45%. Data Riset Kesehatan Dasar (2018), menjelaskan bahwa di Indonesia, wanita usia 10-59 tahun mengalami masalah menstruasi tidak teratur sebanyak 13,7 % dalam 1 tahun. Gangguan siklus menstruasi tidak teratur pada wanita Indonesia usia 17-29 dan 30-34 tahun cukup tinggi yaitu sebesar 16,4% (Nathalia, 2022). Menurut prevalensi pasangan *infertile* di Indonesia selama tahun 2017 terhitung 15% - 25% dari seluruh pasangan yang ada (Kemenkes RI, 2017).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anintida dkk pada tahun 2015 dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Gangguan Menstruasi Wanita Pasangan Usia Subur di Desa Temanggung” menyebutkan bahwa kelelahan kerja dan tingkat stres menjadi faktor penyebab ketidak teraturan siklus menstruasi (Anandita, dkk., 2016).

Kelelahan kerja merupakan suatu kondisi bagian tubuh mengalami penurunan pada performa kerja dan berkurangnya tenaga untuk melakukan suatu kegiatan (Cahyani, 2016). Lama atau masa kerja yang dilakukan serta aktivitas fisik yang berlebihan untuk mencapai target dalam pekerjaannya menjadi faktor utama terjadinya kelelahan. Hal ini menjadi salah satu masalah yang perlu diperhatikan, seperti UNICEF yang melakukan penelitian tentang siklus menstruasi wanita di Indonesia yang disebutkan bahwa 1 dari 6 wanita mengalami gangguan siklus menstruasi setiap harinya (Kemenkes RI, 2017).

Selain faktor kelelahan kerja, tingkat stres juga menjadi faktor utama yang mempengaruhi ketidak teraturan siklus menstruasi. Menurut data statistik internasional menunjukkan stress kerja pada anggota polisi yang bertugas di *Illinois Criminal Justice Information Authority (ICJIA)* mencapai 64% (Douglas et., 2022). Penelitian lain yang bisa dilakukan di Portugal yang dapat menunjukkan tingkat stress kerja *Policiea de Segurance Publica (PSP)* mencapai 34% (Baziet et., 2024). Di Indonesia, penelitian ini yang dilakukan di Polres Pulau Buru menemukan 54,1% anggota polisi yang mengalami stress kerja (Huwae et al., 2021).

Penelitian lain yang dilakukan di Polres Batu yang menemukan 83,5% anggota Sabhara mengalami stress akibat tingginya beban kerja (Hayati et., 2020). Stress yang dialami oleh para anggota kepolisian dipengaruhi oleh beberapa faktor diantaranya yaitu beban kerja yang tinggi, di mana anggota sering kali harus menghadapi jam kerja yang sangat panjang, situasi darurat, serta tugas yang penuh risiko yang dapat menguras banyak energi fisik dan emosional (Luh & Dian, 2020).

Berdasarkan latarbelakang masalah diatas, diketahui bahwa ketidakteraturan menstruasi menjadi kondisi yang serius untuk diperhatikan. Mengetahui penyebab daripada ketidakteraturan menstruasi menjadi salah satu langkah penting. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan antara stress dan kelelahan kerja pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokes Polda Jawa Timur. Tujuan dari penelitian ini antara lai adalah: 1) untuk mengetahui hubungan tingkat stress pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokkes Polda Jawa Timur; dan 2). untuk mengatahui hubungan kelelahan kerja pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokkes Polda Jawa Timur.

B. Pembatasan dan Rumusan Masalah

1. Pembatasan

Penelitian ini memfokuskan pada hubungan antara stress dan kelelahan kerja pada wanita pekerja yang dialami oleh anggota Bidokes Polda Jawa Timur. Gangguan siklus menstruasi dipengaruhi oleh salah satu faktor yaitu stress dan kelelahan kerja yang diakibatkan oleh bekerja dengan waktu penuh (berstatus sebagai pekerja formal). Hal tersebut membuat peneliti ingin melakukan penelitian terkait hubungan stress dan kelelahan kerja pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokkes Polda Jawa Timur.

2. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti akan merumuskan masalah penelitian ini antara lain:

- a. Bagaimana hubungan tingkat stress pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokkes Polda Jawa Timur.
- b. Bagaimana hubungan kelelahan kerja pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokkes Polda Jawa Timur.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat stress dan kelelahan kerja pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokkes Polda Jawa Timur.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi stress pada pekerja wanita sektor formal di Bidokkes Polda Jawa Timur.
- b. Mengidentifikasi tingkat kelelahan kerja pada pekerja wanita sektor formal di Bidokkes Polda Jawa Timur.
- c. Mengidentifikasi siklus menstruasi pada pekerja wanita sektor formal di Bidokkes Polda Jawa Timur.
- d. Menganalisa hubungan tingkat stress pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokkes Polda Jawa Timur.
- e. Menganalisis hubungan tingkat kelelahan kerja pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokkes Polda Jawa Timur.

D. Manfaat Hasil Penelitian

Secara teoritis, penelitian ini akan menambah manfaat dalam memahami mekanisme fisiologis dan psikologis yang mendasari gangguan siklus menstruasi, membantu mengidentifikasi faktor risiko yang dapat menyebabkan gangguan siklus menstruasi, mendukung pengembangan strategi pencegahan, meningkatkan kesadaran dan edukasi bagi masyarakat, serta hasil penelitian ini dapat menjadi dasar bagi penelitian lebih lanjut, termasuk penelitian tentang intervensi untuk mengelola kelelahan kerja dan dampaknya terhadap siklus menstruasi.

1. Bagi Peneliti

Penelitian ini akan memberikan wawasan tentang hubungan tingkat stress dan kelelahan kerja pada wanita pekerja tingkat formal terhadap siklus menstruasi di Bidokkes Polda Jawa Timur. Selain itu, penelitian ini juga dapat memperkaya pengetahuan dalam bidang mengelola stress dan kelelahan akibat pekerjaan.

2. Bagi Pendidikan

Penelitian ini dapat memberi data dasar bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian lebih lanjut mengenai stress dan kelelahan kerja dengan siklus menstruasi pada pekerja wanita sektor formal.

3. Bagi Keluarga

Penelitian ini dapat digunakan sebagai informasi tambahan atau edukator keluarga, sehingga keluarga dapat membantu klien dalam manajemen stress dan kelelahan yang dialaminya.

4. Bagi Institusi Terkait

Penelitian ini dapat memberikan informasi bagi instansi terkait dalam merancang kebijakan dan program kesehatan mental untuk anggota polisi. Dengan mengetahui efektivitas edukasi manajemen stress dan kelelahan kerja dengan siklus menstruasi pada pekerja wanita sektor formal sebagai bagian dari upaya untuk mengurangi stres kerja, meningkatkan kesejahteraan anggota, dan meningkatkan kinerja profesional mereka.