

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi merupakan siklus bulanan yang normal biasa terjadi pada wanita usia reproduksi dengan pengendalian hormon. Menstruasi tidak selalu berjalan normal terkadang terjadi gangguan premenstruasi salah satunya PMS atau *Premenstrual Syndrome*. *Premenstrual syndrome* (PMS) adalah suatu kumpulan keluhan dan gejala fisik, emosional, dan perilaku yang terjadi pada wanita usia reproduksi yang muncul secara siklik dalam rentang waktu 7-10 hari sebelum menstruasi dan menghilang setelah darah haid keluar. *Premenstrual Syndrome* paling umum mempengaruhi para remaja dan wanita yaitu dimulai pada tahap awal pubertas dan berakhir pada tahap awal pubertas dan berakhir pada tahap menopause (Suparman, 2012).

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Masa remaja terjadi antara usia 10-19 tahun, dimana suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas. Masa remaja merupakan periode peralihan masa anak ke masa dewasa (Widyastuti, 2009).

Pada masa remaja, seorang perempuan akan mengalami pematangan organ seksual seperti terjadinya menstruasi. Pada saat inilah terkadang akan ditemui beberapa gangguan yang menyertai menstruasi, seperti *Premenstrual syndrome*. *Premenstrual syndrome* menurut Magos dan Studd (1984) (dikutip

dalam Gilly, 2010) adalah gejala fisik, psikologis, dan perilaku yang menimbulkan *distress* dan tidak disebabkan oleh penyakit organik yang secara teratur timbul lagi selama fase yang sama pada siklus ovarium (siklus menstruasi), dan secara signifikan menurun atau hilang selama sisa siklus tersebut. Gejala *premenstrual syndrome* sendiri sudah dikenal lama, bahkan sejak zaman *hippocrates* pada zaman 370 SM (Laila, 2011).

Sakit perut, cepat tersinggung, dan mudah marah tanpa alasan adalah hal yang sering dirasakan oleh beberapa perempuan pada hari-hari menjelang menstruasi. Hal ini sering dianggap biasa oleh masyarakat. Namun kondisi ini dibiarkan dampaknya akan mengganggu aktivitas sehari-hari, mengganggu hubungan orang terdekat, bahkan sampai ada yang ingin bunuh diri. Menurut Elvira (2010) bila kondisi tersebut berlangsung selama tiga kali siklus haid berturut-turut, bisa jadi itu merupakan gejala *premenstrual syndrome*. Jika *premenstrual syndrome* dibiarkan maka akan menimbulkan gangguan yang lebih parah yang akan disebut dengan *Premenstrual Dysphoric Disorder (PMDD)*. Gejala dari PMDD antara lain merasa hidup tiada harapan, merendahkan diri sendiri, sulit makan, ingin tidur terus, cemas terus-menerus, dan sering marah tanpa alasan yang jelas selama beberapa hari. Jika perempuan mengalami lima gejala menjelang haid selama 12 bulan berturut-turut, maka perempuan itu dikatakan mengalami PMDD. Baik *premenstrual syndrome* maupun PMDD, keduanya merupakan kondisi yang tidak normal, sehingga harus segera harus diobati karena berdampak negative pada aktivitas sehari-hari (Laila, 2011). Meskipun penyebab terjadinya *premenstruasi syndrome* tidak diketahui,

sejumlah teori telah diteliti. Penyebab *premenstrual syndrome* sebenarnya tidak tunggal, melainkan merupakan suatu interaksi yang sangat kompleks antara hormon-hormon *ovarium*, *Peptide opioid endogen*, berbagai *neurotransmitter*, *prostaglandin*, dengan system sirkadian, *perifer*, otonom dan endokrin (Varney, 2006).

Berdasarkan penelitian menunjukkan bahwa kejadian *Premenstrual Syndrome* didunia sangat tinggi hampir 75% wanita usia subur di seluruh dunia mengalaminya. Di Amerika kejadian *Premenstrual Syndrome* mencapai 70% - 90%, Swedia sekitar 61 – 85%, Maroko 51,2%, Australia 85%, Taiwan 73% dan Jepang mencapai 95% mengalami *Premenstrual Syndrome* (Melani Silvia, 2013). Di Indonesia berdasarkan hasil penelitian yang disponsori WHO tahun 2008 menunjukkan bahwa gejala *Premenstrual Syndrome* dialami oleh 23% perempuan Indonesia. Angka ini menunjukkan bahwa penderita *Premenstrual Syndrome* di Indonesia cukup banyak sehingga perlu dilakukan upaya penanggulangan untuk mencegah dan mengatasinya (Maulana, 2008). Sedangkan di Jawa Tengah sendiri diketahui bahwa perempuan mengalami PMS mencapai 35,66% dimana dari jumlah tersebut ada 10% nya adalah wanita pekerja (RPJM, 2006). Sedangkan di Surakarta dari penelitian (Erny, 2013) tentang hubungan pengetahuan dan motivasi remaja putri dengan penanganan *Premenstrual Syndrome* yang dilakukan di SMA Muhammadiyah 2 Surakarta menyebutkan angka 70% mengalami *Premenstrual Syndrome*.

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi PMS antara lain faktor genetik, kimiawi, gaya hidup, dan pengetahuan. Faktor pengetahuan dijelaskan

bahwa derajat penderitaan yang dialami akibat rangsangan nyeri, tergantung pada tingkat pengetahuan penderita, kurangnya pengetahuan wanita tersebut tentang PMS membuat wanita tidak sadar akan pentingnya kesehatan. Kurangnya pengetahuan wanita tentang PMS kebanyakan membuat wanita ini tidak melakukan mengatasi terhadap PMS. Banyak wanita yang tidak tahu akan PMS itu apa, semua itu memicu kejadian PMS pada wanita semakin meningkat (Suparman dan Ivan, 2011 dalam Sidabutar 2012). Pernyataan Suparman dan Ivan, 2011 tersebut sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2007) yang menyatakan bahwa perilaku seseorang yang didasari dengan pengetahuan akan lebih langgeng dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan.

Penanganan *premenstrual syndrome* diantaranya dengan meminta konseling kepada tenaga medis, modifikasi gaya hidup dengan mengubah pola makan, olah raga teratur, melakukan komunikasi dengan orang terdekat dan dengan menggunakan obat-obatan apabila timbul *Premenstrual Syndrome* yang berat (Taufiq, 2009). Hal itu juga yang diungkapkan oleh Mariam Zaka and Khawaja Thahir Mahmoed (2012) dalam jurnalnya "*Pre-Menstrual Syndrome- A Review*" bahwa untuk menangani PMS yang datang dengan melakukan perubahan gaya hidup menjadi hidup sehat, modifikasi diet, mengurangi stress, melakukan konseling dengan tenaga medis sehingga bisa menghadapi PMS dengan baik. Penelitian Zaka (2012) menjelaskan remaja yang mengalami *Pre-Menstrual Syndrome* cenderung mengalami stress dan mempengaruhi kualitas hidupnya.

Berdasarkan hasil survey pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 6 Surakarta yang dilakukan pada saat wawancara pada 15 siswi menggunakan 10 pertanyaan 12 siswa hanya mampu menjawab 1-5 pertanyaan dan 3 siswa lainnya bisa menjawab lebih dari 5 pertanyaan. Pertanyaan peneliti mengenai cara mengatasi saat terjadinya *premenstrual syndrome* diketahui 8 siswi menyatakan hanya tidur-tiduran saja pada saat di rumah. Tiga orang siswi menyatakan apabila mengalami *premenstrual syndrome* dirinya hanya minum air putih hangat namun terkadang masih mengkonsumsi minuman bersoda, sementara 4 siswa menyatakan minum obat pereda nyeri namun masih merasa nyeri. Hal itu menunjukkan bahwa siswa masih banyak yang belum memiliki pengetahuan yang banyak tentang PMS dan perilaku untuk mengatasi PMS.

Berdasarkan latar belakang dan studi pendahuluan tentang *premenstrual syndrome* berkaitan dengan penelitian ini yang mengambil subyek adalah remaja disebabkan karena kurangnya pengetahuan yang baik tentang premenstruasi jika di bandingkan dengan perempuan dewasa. Hal ini dipengaruhi oleh faktor pengalaman perempuan dewasa yang lebih banyak mengalami *Premenstrual Syndrome*, dengan pengalaman yang dimiliki maka pengetahuan tentang *Premenstrual Syndrome* juga sudah baik jika dibandingkan dengan remaja putri.

B. Rumusan Masalah

Premenstrual syndrome akan dialami oleh sebagian wanita yang berusia reproduksi, dimana untuk mengatasi *premenstrual syndrome* agar tidak mengganggu aktivitas maka perlu bagi seseorang memiliki pengetahuan *Premenstrual syndrome* sebaik mungkin sehingga akan mudah baginya

mengatasi *Premenstrual syndrome* dengan perilakunya. Berdasarkan uraian dalam latar belakang dapat dirumuskan permasalahan sebagai berikut : “Adakah Pengaruh tingkat pengetahuan PMS (*Premenstrual Syndrome*) dengan perilaku Mengatasi PMS di SMA Negeri 6 Surakarta?”.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh tingkat pengetahuan *premenstrual syndrome* terhadap perilaku mengatasi *premenstrual syndrome* di SMA Negeri 6 Surakarta.

2. Tujuan Khusus

- a. Untuk mendeskripsikan tingkat pengetahuan tentang *Premenstrual Syndrome* di SMA Negeri 6 Surakarta.
- b. Untuk mendeskripsikan perilaku mengatasi *Premenstrual Syndrome* di SMA Negeri 6 Surakarta
- c. Untuk menganalisis pengaruh tingkat pengetahuan *Premenstrual Syndrome* terhadap perilaku mengatasi *Premenstrual Syndrome* Di SMA Negeri 6 Surakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

a. Bagi peneliti

Hasil penelitian diharapkan dapat menambah ilmu dan pengetahuan penulis mengenai tingkat pengetahuan *Premenstrual syndrome* terhadap

perilaku mengatasi *premenstrual syndrome*, memberikan pengalaman secara langsung bagi penulis.

b. Bagi peneliti yang lain

Hasil penelitian diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan referensi mengenai tingkat pengetahuan *premenstrual syndrome* dan perilaku mengatasi *premenstrual syndrome*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Institusi

Memberikan informasi pada pihak institusi tentang tingkat pengetahuan *premenstrual syndrome* terhadap perilaku mengatasi *premenstrual syndrome*, sehingga pihak institusi dapat memberikan pendidikan kesehatan reproduksi dan *premenstrual syndrome* pada mahasiswa.

b. Bagi masyarakat

Sebagai bahan informasi dan masukan dalam meningkatkan pengetahuan tentang *premenstrual syndrome*.

E. Keaslian Penelitian

1. Melani Silvia (2014) "Hubungan Pengetahuan dan Motivasi Remaja Putri dengan Penanganan *Premenstrual Syndrome* Di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasi dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan purposive sampling yang didasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah sampel sebanyak 49 responden. Analisa data dalam penelitian menggunakan uji *Chi Square*. Ada hubungan antara pengetahuan

dengan penanganan PMS, dengan nilai signifikansi sebesar 0,05 dan nilai koefisien chi square 0,000. Tidak ada hubungan antara motivasi dengan penanganan PMS dengan nilai signifikan sebesar 0,05 dan nilai koefisien chi square 0,435. Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi ataupun untuk mengambil kebijakan dalam perencanaan kesehatan reproduksi bagi remaja putri di institusi pendidikan khususnya PMS.

Persamaan dengan penelitian ini sama-sama meneliti tentang pengetahuan *Premenstrual syndrome*. Penelitian ini sama-sama menggunakan kuantitatif dengan pendekatan cross sectional. Perbedaan dengan penelitian ini adalah variabel penelitian, sampel penelitian, dan tempat penelitian.

2. Christa Ayu Intan P (2011) dengan judul “ Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Premenstrual syndrome* di SMK Ketintang Surabaya” Desain penelitian ini adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja putri kelas XI sebanyak 661 orang dengan menggunakan tehnik pengambilan sampel *non probability sampling* jenis *purposive sampling*. Lokasi penelitian di SMK Kentitang Surabaya pada bulan juli 2011. Variabel penelitian adalah gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang pre menstruasi syndrome. Instrument penelitian berupa kuesioner tertutup dan cara pengumpulan data berupa data primer, selanjutnya dianalisis secara deskriptif dengan distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang *Premenstruasi syndrome* kurang sebanyak 115 siswi, tingkat pengetahuan cukup sebanyak 20 orang, tingkat pengetahuan baik sebanyak 20 orang. Simpulan penelitian

menunjukkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang *Premenstruasi syndrome* di SMK Ketintang Surabaya sebagian besar adalah kurang.

Persamaan dengan penelitian ini sama-sama meneliti tentang Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sindrome Pre Menstruasi dan instrument penelitian ini sama-sama menggunakan instrument kuesioner. Perbedaan dengan penelitian ini yaitu variabel penelitian, sampel penelitian, analisis penelitian, dan tempat penelitian.

3. Ekki Dita Anggariksa “ Hubungan Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi terhadap Sikap Menghadapi *Premenstrual Syndrome* Siswi X dan X1 di MAN 2 Madiun”. Penelitian ini merupakan penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di MAN 2 Madiun pada bulan September-oktober 2012. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi remaja putri kelas X dan X1 MAN 2 Madiun. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan metode random sampling. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner tentang pengetahuan kesehatan reproduksi dan kuesioner tentang menghadapi *premenstrual syndrome*. Teknik analisis bivariat dengan menggunakan rumus kolerasi pearson.

Persamaan dengan penelitian ini sama-sama meneliti tentang pengetahuan remaja tentang syndrome pre menstruasi, instrument penelitian ini sama-sama menggunakan kuesioner. Perbedaan dengan penelitian ini terdapat pada variabel terikat, sampel, populasi, analisis penelitian dan tempat penelitian