

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi terjadi dimasa wanita sudah masuk ke dalam golongan usia remaja. Masa remaja merupakan suatu tahapan setelah masa anak-anak dan sebelum menginjak masa dewasa. Istilah menstruasi ditunjukkan pada masa awal puberitas sampai tercapainya kematangan, biasanya dialami oleh wanita pada usia 12 tahun. Pertumbuhan dan perkembangan pada masa remaja sangat pesat, baik fisik maupun psikologis. Pesatnya perkembangan pada masa puber dipengaruhi oleh hormon seksual. Organ-organ reproduksi pada masa puber juga mulai berfungsi (Sidabutar, 2012).

Setiap bulan wanita melepaskan satu sel telur dari salah satu ovariumnya. Bila sel telur ini tidak mengalami pembuahan maka akan terjadi perdarahan (menstruasi). Seorang wanita pada masa remaja lebih rentang mengalami permasalahan-permasalahan yang terkait pada saat menstruasi. Terjadinya menstruasi merupakan perpaduan antara alat genetalia dan rangsangan hormonal yang kompleks yang berasal dari rantai *hipotalamus-hipofisisovarium* (Proverawati, 2014).

Pre Menstruasi Syndrom (PMS) adalah sekumpulan keluhan dan gejala fisik, emosional, dan perilaku yang terjadi pada wanita reproduksi, yang muncul secara siklik dalam rentang waktu 7-10 hari sebelum menstruasi dan menghilang setelah darah haid keluar yang terjadi pada

suatu tingkatan yang mampu mempengaruhi gaya hidup dan aktivitas (Suparman dkk., 2011).

Berdasarkan laporan WHO (*World Health Organization*), PMS memiliki prevalensi lebih tinggi di negara-negara Asia dibandingkan dengan negara-negara Barat (Mohamadirizi & Kordi, 2013). Hasil penelitian *American College Obstetricians and Gynecologists* (ACOG) di Sri Lanka tahun 2012, melaporkan bahwa gejala PMS dialami sekitar 65,7% remaja putri. Hasil studi Mahin Delara di Iran tahun 2012, ditemukan sekitar 98,2% perempuan yang berumur 18-27 tahun mengalami paling sedikit 1 gejala PMS derajat ringan atau sedang. Prevalensi PMS di Brazil menunjukkan angka 39%, dan di Amerika 34% wanita mengalami PMS (Basir et al., 2011). Prevalensi PMS di Asia Pasifik, diketahui bahwa di Jepang PMS dialami oleh 34% populasi perempuan dewasa. Di Hongkong PMS dialami oleh 17% populasi perempuan dewasa. Di Pakistan PMS dialami oleh 13% populasi perempuan dewasa. Di Australia dialami oleh 44% perempuan dewasa (Sylvia, 2010).

Pre Menstruasi Syndrome (PMS) merupakan masalah yang cukup banyak dikeluhkan atau dialami wanita menjelang masa menstruasinya. Suatu survey di Amerika Serikat menunjukkan 50% wanita yang datang ke klinik ginekologi mengalami PMS. Lembaga independen yang diprakarsai Bayer Schering Pharma melakukan penelitian yang melibatkan 1602 wanita dari Australia, Hongkong,

Pakistan dan Thailand. Hasilnya menyimpulkan bahwa 22% wanita Asia Pasifik menderita *Pre Menstruasi Syndrome* (Evy, 2009).

Penelitian yang dilakukan oleh Pelayanan Kesehatan Ramah Remaja (PKRR) di bawah naungan WHO tahun 2005 menyebutkan bahwa permasalahan wanita di Indonesia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan menstruasi (38,45%), masalah gizi yang berhubungan dengan anemia (20,3%), gangguan belajar (19,7%), gangguan psikologis (0,7%), serta masalah kegemukan (0,5%). Gangguan menstruasi mejadi permasalahan utama pada wanita di Indonesia (Damayanti, 2013).

Prevalensi PMS di beberapa daerah di Indonesia menunjukkan hasil yang berbeda. Di Jakarta Selatan menunjukkan 45% siswi SMK mengalami PMS. Di Kudus didapatkan prevalensi PMS pada mahasiswa Akademi Kebidanan sebanyak 45,8%. Di Padang menunjukkan 51,8% siswi SMA mengalami PMS, sedangkan di Purworejo pada siswi sekolah menengah atas, prevalensi PMS sebanyak 24,6%. Di Semarang tahun 2003 didapatkan prevalensi kejadian PMS sebanyak 24,9% (Pratita & Margawati, 2013).

Salah satu penyebab *Pre Menstrual Syndrome* yaitu ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesterone, faktor kejiwaan, masalah sosial, dan gangguan fungsi serotonin. Selain itu, salah satu penyebab timbulnya *PMS* adalah kecemasan. Pada awal siklus menstruasi, remaja akan lebih rentan untuk mengalami PMS. Hal

ini dapat diperkuat dengan adanya penurunan serotonin saat fase luteal yang dapat menstimulasi gangguan *mood*. Selain itu, tingkat gangguan *mood* akan cenderung meningkat dengan adanya perubahan hormon pada remaja (Susanti dkk, 2017).

Perbedaan kejadian *pre-menstrual syndrome* (PMS) antar wanita biasanya disebabkan oleh beberapa faktor antara lain: kecemasan, stres, meningkatnya usia, pola makan yang tidak baik dan status gizi (Sukarni dan Wahyu, 2013).

Menurut Ratikasari (2015), seorang wanita akan lebih mudah menderita PMS apabila lebih peka terhadap perubahan psikologis, khususnya stres. Stres ini sebenarnya memiliki hubungan dengan hormon progesterone.

Pada sekitar 14 persen perempuan antara usia 20 hingga 35 tahun PMS, dapat sangat hebat pengaruhnya sehingga mengharuskan mereka beristirahat dari sekolah atau kantornya. Gejala yang sering terjadi berupa depresi, pusing, perasaan sensitif berlebihan sekitar dua minggu sebelum haid. Sekitar 2-3% wanita dapat merasakan gejala yang sangat berat hingga melemahkan fisik mereka (Aulia, 2009).

Berdasarkan hasil data awal, jumlah siswi SMPN Negeri 10 Kendari Kelas VIII berjumlah 111 siswi, dan hasil wawancara dari 10 orang siswi SMPN Negeri 10 Kendari Kelas VIII terdapat 7 orang yang mengalami *Pre Menstruasi Syndrome* dengan keluhan mudah lelah, insomnia, cepat bosan, mengalami perubahan berat badan, sakit

kepala, nyeri pada payudara, mudah marah dan nyeri perut. Serta 3 orang lainnya tidak mengalami *Pre Menstruasi Syndrome*.

Sehubungan dengan hal tersebut, maka peneliti merasa perlu untuk melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui “Hubungan Antara Kecemasan dan Stres terhadap *Pre Menstruasi Syndrome* (PMS) Pada Siswi Kelas VIII Di SMPN 10 Kendari”

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian masalah pada latar belakang diatas, dapat dirumuskan masalah penelitian yaitu “Adakah Hubungan Antara Kecemasan dan Stres terhadap *Pre Menstruasi Syndrome* (PMS) Pada Siswi Kelas VIII Di SMPN 10 Kendari” ?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Untuk mengetahui Hubungan Antara Kecemasan dan Stres terhadap *Pre Menstruasi Syndrome* (PMS) Pada Siswi Kelas VIII Di SMPN 10 Kendari.

2. Tujuan Khusus

a. Untuk mengetahui distribusi frekuensi kecemasan pada siswi kelas VIII di SMPN 10 Kendari.

b. Untuk mengetahui distribusi frekuensi stres pada siswi kelas VIII di SMPN 10 Kendari.

c. Untuk mengetahui distribusi frekuensi *Pre Menstruasi Syndrome* (PMS) pada siswi kelas VIII di SMPN 10 Kendari.

- d. Untuk menganalisis hubungan antara kecemasan terhadap *Pre Menstruasi Syndrome* (PMS) pada siswi kelas VIII di SMPN 10 Kendari.
- e. Untuk menganalisis hubungan antara stres terhadap *Pre Menstruasi Syndrome* (PMS) pada siswi kelas VIII di SMPN 10 Kendari

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini di harapkan dapat memberikan kontribusi pengembangan teori keilmuan terkait dengan kecemasan dan stres terhadap pre menstruasi syndrome, serta dapat menjadi bahan acuan bagi penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a) Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian tentang terjadinya *Pre Menstruasi Syndrome* (PMS) pada siswi, serta diharapkan mampu mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama proses perkuliahan dalam kehidupan bermasyarakat.

b) Manfaat Bagi Institusi

Penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bagi institusi dalam pengembangan dibidang penelitian terutama yang berkaitan dengan hubungan antara kecemasan dan stres

terhadap *Pre Menstruasi Syndrome* (PMS).

E. Keaslian Penelitian

1. Siti Damayanti (2013), Stikes U'Budiyah Banda Aceh dengan judul "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan *Pre-Menstrual Syndrom* Pada Mahasiswi D-IV Di Stikes U"budiyah Banda Aceh Tahun 2013". Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel adalah *total sampling*. Cara pengumpulan data dengan membagikan kuesioner. Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada judul penelitian, pada variabel independennya yaitu tentang stres, pola makan dan pola konsumsi. Serta pada teknik pengambilan sampel, tempat dan waktu
2. Maulidah (2016), Universitas Muhammadiyah Yogyakarta dengan judul "Hubungan Pengetahuan Tentang *Premenstrual Syndrome* Dengan Kecemasan Remaja Putri Saat Menghadapi *Premenstrual Syndrome* Di SMP Negeri 1 Kasihan Bantul Yogyakarta. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif analitik non-eksperimental dengan pendekatan *cross sectional study*. Teknik pengambilan sampel adalah *Simple Random Sampling*. Cara pengumpulan data dengan membagikan kuesioner. Perbedaan dengan penelitian yang penulis lakukan adalah judul penelitian, pada variabel independennya yaitu kecemasan, pada teknik pengambilan sampel, tempat dan waktu.