

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### 1.1 Latar belakang

Kesehatan Reproduksi wanita masih masalah yang sangat besar di Indonesia. Dilihat dari data komponenn reproduksi, salah satunya yaitu kesehatan reproduksi remaja. Masalah reproduksi juga menyebabkan malnutrisi atau disebut juga kurang gizi, pertumbuhan terlambat, penyakit dan stres. Remaja wanita mengalami pubertas yang ditandai dengan datangnya menstruasi pertama yang disebut juga *menarche*. Sekitar 80-90% wanita akan mengalami gejala PMS. Gejala-gejala tersebut berupa payudara membesar, puting susu nyeri, mudah tersinggung, kram perut, letih, sakit kepala, perut kembung, sembelit dan timbul jerawat. (Wahyuningsih, M & Liliana, A. (2018)

Salah satu faktor berhubungan dengan (*Premenstrual syndrome*) usia *menarche* yang dialami wanita sangat bervariasi antara umur 12-16 Tahun. Rata-rata usia *menarche* wanita yaitu 12 Tahun, Usia *menarche* lebih cepat dan stres tinggi memiliki kontribusi terhadap *premenstrual syndrome*. Usia *menarche*, >12 Tahun berpeluang 6 kali lebih besar untuk terjadi *premenstrual syndrome*. usia *menarche* berhubungan status gizi pada remaja putri. (Zuhana, Nina 2016)

Remaja atau adolescence berasal dari bahasa latin "adolescere" yang berarti "tumbuh" atau "tumbuh menjadi dewasa". Istilah adolescence yang berasal dari bahasa Inggris, saat ini mempunyai arti yang cukup luas mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Menurut Undang-undang NO.4 tahun 1979 mengenai kesejahteraan anak, remaja adalah individu yang belum mencapai usia 21 tahun dan belum menikah. Menurut WHO, disebut remaja apabila anak telah mencapai usia 10-18 tahun. Masa remaja umumnya berumur 16-19 tahun dan merupakan masa peralihan menuju kematangan (Dewasa). Menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Masa remaja juga merupakan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa atau sering disebut pubertas ditandai dengan datangnya menstruasi. Gangguan menstruasi menjadi permasalahan utama pada wanita di Indonesia. Salah satu gangguan

yang berhubungan dengan menstruasi ialah *premenstrual syndrome*. Faktor penyebab terjadinya *Premenstrual syndrome* yaitu faktor gaya hidup dengan pola makan, aktivitas termasuk olahraga dan kualitas tidur mempengaruhi timbulnya *Premenstrual syndrome*. Wanita yang kurang olah raga dapat memperparah gejala *Premenstrual syndrome*. Gejala semakin hebat yang dirasakan ketika wanita terus menerus mengalami tekanan..

Masalah kesehatan reproduksi remaja di Indonesia diantaranya adalah sebagian besar anak remaja putri masih belum siap menghadapi tantangan dan tanggung jawab yang berkaitan dengan proses, fungsi dan perubahan alat reproduksi yang akan mereka hadapi sejalan dengan meningkatnya umur . Pada siklus kehidupan seorang wanita dimulai dari usia remaja sampai dewasa akan mengalami masa menstruasi atau haid. Sebelum terjadinya menstruasi, remaja putri akan mengalami sekumpulan ketidaknyamanan yang dikenal dengan istilah sindrom premenstruasi. `

*Sindome premenstruasi (PMS) Pre menstruasi syndrome* ( kelainan disforik premenstruasi) merupakan suatu kejadian dimana sejumlah gejala terjadi secara rutin dan berhubungan dengan siklus menstruasi ,gejala biasanya timbul 7-10 hari sebelum menstruasi dan menghilang Ketika menstruasi di mulai. Gangguan kesehatan pada wanita yang sulit diidentifikasi secara akurat adalah kumpulan gejala-gejala yang dikenal sebagai sindrom premenstruasi. Sekitar 80%-95% perempuan usia antara 16 tahun sampai 45 tahun mengalami gejala-gejala sindrom premenstruasi yang dapat mengganggu. *Premenstrual syndrome* mempunyai prevalensi tertinggi (67%), dismenorea (33%), amenorea primer sebanyak (5,3%), amenorea sekunder (18,4%), oligomenorea (50%), polimenorea (10,5%) dan *Premenstrual Dysphoric Disorder* (3-8%). Salah satu prevalensi tertinggi yang dapat mempengaruhi pola mestruasi adalah *Premenstrual Syndrome* (Santi, 2018). *Premenstrual Syndrome* adalah sekumpulan gejala yang merupakan gangguan fisik dan mental yang biasanya terjadi selama beberapa minggu hingga beberapa hari sebelum haid dan hilang setelah haid, meskipun berlangsung hingga akhir.

Menurut Cloninger (1996) Stres adalah keadaan yang membuat tegang yang terjadi ketika seseorang mendapat masalah atau tantangan dan belum mempunyai jalan keluar atau banyak pikiran yang mengganggu seseorang terhadap sesuatu yang akan dilakukan. Stres ialah gangguan pada tubuh dan

pikiran yang disebabkan oleh perubahan dan tuntunan hidup yang berkelanjutan sehingga dapat menyebabkan depresi apabila kemampuan untuk mengatasi stres pada seseorang kurang baik. Stres pada remaja sama halnya dengan yang terjadi pada orang dewasa. Stres bisa berefek negatif pada tubuh remaja. Kondisi stres akan memberikan pengaruh antara lain pusing, sakit kepala, dada berdebar, sulit tidur, perubahan nafsu makan, dan ternyata untuk perempuan haid terhenti.

Masalah yang dihadapi oleh para remaja usia subur adalah ketidak tahuan mereka mengenai PMS (Pre menstruasi syndrome) yang menyebabkan mereka tidak melakukan penanganan terhadap gejala-gejala yang timbul. Studi yang dilakukan Sidabutar (2012) di SMA Hang Tuah 1 Surabaya menggambarkan pengetahuan remaja putri tentang PMS masih kurang (89,15%) dan angka kejadian PMS (53,73%), dari penelitian ini didapatkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan tentang PMS dengan kejadian PMS. Kurangnya pengetahuan remaja putri tentang PMS membuat remaja putri tidak sadar akan pentingnya kesehatan reproduksi bahkan tidak memperhatikan kesehatan diri. Kurangnya pengetahuan tentang PMS kebanyakan membuat remaja putri ini tidak melakukan penanganan terhadap PMS. Pengetahuan tentang PMS sangat penting agar dapat bersikap positif terhadap gejalanya. Sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek, sehingga sikap positif ditunjukkan dengan mampu melakukan penanganan dini dan pencegahan dini terhadap PMS.

Angka kejadian sindrom pramenstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata dari 50% perempuan di usia produktif di setiap negara mengalami sindrom pramenstruasi (WHO, 2019). Diperkirakan di Amerika Serikat pada tahun (2009) hampir 90% wanita mengalami sindrom pramenstruasi yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun (Proverawati dan Misaroh, 2010). Di wilayah Asia Pasifik beragam, dengan prevalensi tertinggi di Australia sebanyak 43% dan yang terendah di Pakistan sebesar 13%. Sebanyak 51% perempuan di Asia mengalami sakit perut menjelang haid. Sementara di Indonesia angka prevalensi ini dapat mencapai 85% dari seluruh populasi wanita usia reproduksi yang terdiri dari 60-75% mengalami sindrom pramenstruasi sedang dan berat (Suparman dan Ivan, 2018).

Penelitian yang dilakukan oleh American College of Obstetricians and Gynecologists (ACOG) pada tahun 2012 di Srilanka, didapatkan hasil bahwa remaja putri yang mengalami PMS sekitar 65,7%. Gejala yang sering muncul yaitu perasaan sedih dan tidak memiliki harapan sebesar 29,6%. 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 . Prevalensi sindrom premenstruasi di Asia Pasifik terjadi di Jepang dialami oleh 34% populasi perempuan dewasa, di Hongkong dialami oleh 17% populasi perempuan dewasa, di Pakistan dialami oleh 13% populasi perempuan dewasa, dan di Australia dialami oleh 44% perempuan dewasa . Gejala premenstruasi sedang hingga berat dan PMDD (Premenstrual Dysphoric Disorder) diderita oleh 5% perempuan, dan terutama mengenai usia 20-29 tahun. Sekitar 80%-95% perempuan antara 16 tahun sampai 45 tahun mengalami gejala-gejala premenstrual syndrome yang dapat mengganggu. Penelitian yang dilakukan di kota Padang menunjukkan bahwa 51,8% siswi SMA mengalami sindrom pramenstruasi (Siantina, 2010). Penelitian yang dilakukan di Padang Panjang menunjukkan 63,2 % siswi mengalami sindrom pramenstruasi. Hasil penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Mayyane (2011), pada siswi SMAN 1 Padang Panjang terdapat hubungan positif dengan korelasi yang sedang antara tingkat stres dengan kejadian sindrom pramenstruasi. Hasil penelitian menunjukkan 75,7% siswi mengalami stres sedang dan 72,7% siswi mengalami sindrom pramenstruasi.

Angka kejadian sindrome premenstruasi di temukan terbanyak di asia yaitu sebesar 98%.Di indonesia angka prevalensi ini dapat mencapai 85% dari seluruh populasi wanita usia reproduksi yang terdiri dari 60-75% mengalami PMS sedang dan berat.Permasalahan wanita di indonesia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan PMS (38,45%) . Berdasarkan data dari World Health Organization (WHO) tahun 2012, menyatakan bahwa 38,45% wanita di dunia mengalami permasalahan mengenai gangguan *Premenstrual Syndrome* yang memiliki prevalensi lebih tinggi di Negara-negara Asia dibandingkan dengan Negara – negara Barat. Hasil penelitian American College Obstetricians and Gynecologists (ACOG) tahun 2012 menyatakan bahwa sedikitnya 85% dari wanita menstruasi mengalami minimal satu dari gejala PMS dan umumnya terjadi

pada wanita usia 14-50 tahun dengan gejala yang bervariasi dan berubah-ubah pada tiap wanita setiap bulannya. Gejala PMS dialami sekitar 65,7% remaja putri. Ditemukan sekitar 98,2% perempuan yang berumur 18-27 tahun mengalami paling sedikit 1 gejala PMS (ACOG, 2012).

Kejadian *premenstrual syndrome* berhubungan dengan beberapa faktor antara lain ketidakseimbangan antara hormone progesterone dan estrogen. Pada saat menjelang menstruasi, terjadi ketidakseimbangan hormone yaitu kadar hormone estrogen meningkat dan memengaruhi terjadinya retensi air sehingga uterus dan jaringan tubuh mengandung banyak air dengan demikian, perut terasa kembung, payudara bengkak dan nyeri, sakit kepala dan kelelahan. Pada saat bersamaan terjadi perubahan neurotransmitter dan zat kimia di otak wanita, sehingga hal ini memengaruhi psikologis menjadi mudah marah, cepat tersinggung dan emosional. Kedua kejadian PMS disebabkan oleh adanya perbedaan genetik pada sensitivitas reseptor dan system pembawa pesan yang menyampaikan pengeluaran hormone seks dalam sel serta interaksi dari kekurangan serotonin (Nirmala, 2012). Berdasarkan studi pendahuluan di Sman 01 Kota Palembang. Jumlah remaja putri yaitu 744 siswi. Sman 01 Palembang merupakan salah satu SMA yang memiliki jumlah siswi terbanyak di Kota Palembang. Hasil studi pendahuluan pada siswi SMAN 01 Kota Palembang menunjukkan dari 39 orang remaja putri di SMA 01 Kota Palembang terdapat 28 orang (73.68%) yang mengalami *premenstrual syndrome*.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Ramadani, Mery (2013) tentang *premenstrual syndrome* (PMS) Hasil survey terhadap 242 pelajar di Jimma University, Ethiopia, dengan rata-rata usia responden 20 tahun didapatkan 99,6% partisipan mengalami *sindroma premenstruasi*. Sebagian kecil responden mengalami satu gejala dari sekian banyak gejala sindroma premenstruasi selama siklus menstruasi dalam 12 bulan terakhir. Dilaporkan 27% dari partisipan mengalami *premenstrual dysphoric disorder*, 14% sering tidak masuk kelas dan 15% tidak bisa mengikuti ujian karena beratnya *premenstruasi sindrome* yang dialami.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Septa decelita wahyuni, Asparian, M. Dody izhar 2018 tentang Determinan yang berhubungan dengan *premenstrual syndrome* (PMS)

Pada remaja putri di SMPN 7 kota jambi,diperoleh responden

1. Sebanyak 71% remaja putri di SMPN 7 Kota Jambi yang tidak mengalami gejala PMS sampai mengalami ringan. Gejala yang paling banyak yaitu mudah tersinggung 87,1% .
2. Sebanyak 4,3% remaja putri di SMPN 7 Kota Jambi mengalami usia menarche prekok dengan 25,8% memiliki status gizi gemuk dan 90,3% remaja putri di SMPN 7 Kota Jambi mengalami gejala stres.
3. Tidak terdapat hubungan antara PMS dengan usia menarche pada remaja putri di SMPN 7 Kota Jambi (POR = 0,808, IK 95% = 0,080-8,127).
4. Tidak terdapat hubungan antara PMS dengan status gizi pada remaja putri di SMPN 7 Kota Jambi, namun terdapat kecenderungan bahwa status gizi gemuk 2,185 kali beresiko terhadap PMS sedangberat.
5. Tidak terdapat hubungan antara PMS dengan gejala stres pada remaja putri di SMPN 7 Kota Jambi, namun terdapat kecenderungan bahwa stres memilik 3,586 kali beresiko terhadap PMS sedang-berat

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Charisma lumingkewas,Eddy suparman,Suzanna p.monggan 2021 tentang Gambaran premenstrual syndrome pada remaja periode akhir di fakultas kedokteran universitas sam ratulangi diperoleh responden pada 124 responden didapatkan bahwa gejala PMS yang paling banyak dialami adalah gejala psikologis. Pada penelitian tersebut gejala psikologis dialami oleh 92 orang (74,2%). yang paling banyak dialami ialah gejala PMS sebanyak 100 orang (80,6%), Yang mengeluh timbul jerawat sebanyak 84 orang(75,5%).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Karina Nabila Yasmin,Ahmad Syauqy,Rina Nofri Enis 2020 tentang Hubungan aktivitas olahraga terhadap kejadian *sindrome premenstruasi* Mahasiswa program studi krdokteran di universitas jambi,di peroleh responden 13,3% mahasiswa melakukan olahraga yang baik, sedangkan 86,7% memiliki tingkat aktivitas olahraga yang kurang baik. Dapat disimpulkan bahwa mayoritas mahasiswa program studi kedokteran di Universitas jambi tahun 2020 memiliki tingkat aktivitas olahraga yang kurang baik.

Berdasarkan hasil penelitan yang dilakukan oleh Arlia Fika Damayanti,Dora samaria tentang Hubungan stres akademik dan kualitas tidur terhadap sinrom pramenstruasi selama pembelajaran daring di masa pandemi Covid-19 Di

peroleh hasil responden Mahasiswa dengan kualitas tidur yang buruk mengalami sindrome pramenstruasi sedang (43,6%) Dan sindrom pramenstruasi berat (43,6%).Hal ini terjadi karena kualitas tidur dapat memengaruhi penegegaran berbagi hormon yang di produksi oleh tubuh .

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Endriyani Martina Yunus,Nandini Parahita Supraba Tentang Gambaran Pengetahuan Remaja putri Kelas viii Tentang menstruasi,maka dapat disimpulkan bahwa 31 responden (40,3%) pengetahuan tentang menstruasi dengan nilai baik, 37 responden (48,1%) pengetahuan tentang siklus menstruasi dengan nilai kurang dan 51 responden (66,2%) pengetahuan tentang gangguan menstruasi dengan nilai kurang.

Berdasarkan survey diawal bahwa diketahui tidak ada yang beranggapan *premenstural syndrome* suatu kondisi yang serius.Remaja putri beranggapan *premenstural syndrome* adalah suatu kondisi yang tidak serius,sehingga remaja putri tidak mencegah atau tidak melakukan pengobatan.Hal ini juga sejalan pada penelitian yang mengatakan seringkali *premenstural syndrome* dianggap hal yang biasa aja sehingga remaja remaja putri tidak merubah gaya hidup .*Premenstural syndrome* dapat juga berubah menjadi kondisi yang seriusa seperti bisa depresi (Aldira,C.F.2014).

Dari latar belakang diatas yang telah dipaparkan atas memperhatikan kondisi yang serius tentang *premenstural syndrome*,makasaya tertarik untuk mengetahui lebih mendalammelakukan penelitian mengenai “ Gambaran Tingkat Pengetahuan dan Sikap tentang *premenstural syndrom* pada RemajaPutri Kelas XI IPA IPS di SMA Istiqlal Deli Tua Pada Tahun 2022”

## **1.2 Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran tingkat pengetahuan dan Sikap tentang *Premenstural syndrome*. Pada RemajaPutri kelas XI IPA IPS di SMA Istiqlal Deli Tua Pada Tahun 2022 ?”.

## **1.3 Tujuan penelitian**

Tujuan dari penelitian ini yaitu,sebagai berikut:

### **1.3.1 Tujuan umum**

Mengetahui Gambaran tingkat pengetahuan dan Sikap *premenstrual syndrome* Pada remaja putri Kelas XI IPA IPS di SMA Istiqlal Deli Tua pada Tahun 2022

### **1.3.2 Tujuan khusus**

- a) Untuk mengetahui tingkat Pengetahuan Remaja Putri kelas XI IPA IPS tentang *premenstrual syndrome* di SMA Istiqlal Deli Tua
- b) Untuk mengetahui Sikap Remaja Putri kelas XI IPA IPS tentang *premenstrual syndrome* di SMA Istiqlal Deli Tua

### **1.4 Manfaat Penelitian**

- a) Bagi Tenaga Kesehatan

Sebagai masukan bagi tenaga kesehatan agar lebih meningkatkan perhatian terhadap penyuluhan dan pelayanan pendidikan kesehatan remaja khususnya tentang *premenstrual syndrome* dan pengetahuan.

- b) Bagi Peneliti

Dari hasil peneliti ini diharapkan dapat menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman baru dalam penelitian dan peneliti dapat mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang di peroleh dikampus dengan keadaan yang ada di lapangan.

- c) Bagi pihak sekolah Sma Istiqlal Deli Tua

Dapat menambah wawasan dan informasi kepada mahasiswa tentang masalah *premenstrual syndrome* (PMS). Sehingga mahasiswa dapat melakukan pencegahan dan dapat melakukan rutinitas sehari-hari lebih baik lagi untuk menghindari terjadinya *premenstrual syndrome* (PMS).

d) Bagi Remaja putri

Memberikan pemahaman tentang apa itu *premenstrual syndrome* sebagai sikap remaja putri dalam menghadapi PMS.

e) Bagi Peneliti Selanjutnya

Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi dan bahan pertimbangan kepada peneliti selanjutnya yang berminat terhadap masalah *premenstrual syndrome* (PMS).