

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia. Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang dimana terjadi perubahan biologik, perubahan psikologik, dan perubahan sosial. Sebagian besar masyarakat dan budaya masa remaja pada umumnya dimulai pada usia 10-13 tahun dan berakhir pada usia 18-22 tahun (Notoadmojo, 2007). Menurut WHO dikatakan remaja yaitu pada usia antara 12 sampai 24 tahun. Menurut Depkes RI adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum kawin. Menurut BKKBN adalah 10-19 tahun (Widyastuti, dkk). Laki-laki lebih lambat matang daripada anak perempuan, maka laki-laki mengalami periode awal remaja yang lebih singkat (Jahja, 2012). Menstruasi yang terjadi pada wanita, terutama pada remaja putri menjadi pertanda dari kematangan seksual dan erat hubungannya dengan fungsi dan sistem reproduksi (Santrock, 2003).

Pre Menstrual Syndrome merupakan kumpulan gejala fisik, psikologis yang terkait dengan siklus menstruasi wanita; gejala biasanya timbul 6-10 hari sebelum menstruasi dan menghilang ketika menstruasi dimulai. Menurut hasil penelitian yang dilakukan oleh *American College of Obstetricians and Gynecologis* dalam Sarwono (2009) bahwa sedikitnya 85% dari wanita menstruasi mengalami minimal satu dari gejala PMS dan umumnya terjadi pada

usia 14-50 tahun dengan gejala yang bervariasi dan berubah-ubah pada tiap wanita dari bulan ke bulan. Penelitian yang dilakukan oleh *American College of Obstetricians and Gynecologists* pada tahun 2011 di Srilanka diperoleh hasil bahwa remaja yang mengalami sindrom premenstruasi sekitar 65,7%. Gejala yang sering muncul adalah perasaan sedih dan tidak berpengharapan sebesar 29,6% (Singal, 2013).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Departemen Kesehatan tahun 2009 tentang prevalensi sindrom premenstruasi pada wanita di Indonesia, sebanyak 40% wanita di Indonesia mengalami sindrom menstruasi dan sebanyak 2-10% mengalami gejala berat.

The American psychiatric Association's Diagnostic and Statistical Manual of Mental Disorders 4th editions (DSM IV) memberikan kriteria diagnostik untuk gangguan disforik premenstruasi. Gambaran klinis yang utama adalah adanya gejala mood depresif yang nyata, ansietas yang nyata, labilitas afektif yang nyata, dan berkurangnya aktivitas yang nyata. Kecemasan adalah suatu sinyal yang menyadarkan; ia memperingatkan adanya bahaya yang mengancam dan memungkinkan seseorang mengambil tindakan untuk mengatasi ancaman.

Dalam agama Islam adanya penyakit atau masalah itu dianggap sebagai sesuatu ujian dan keimanan seseorang. Oleh karena itu orang harus bersabar dan tidak boleh berputus asa, berusaha untuk mengobatinya dengan senantiasa berdoa kepada Allah SWT.

“Dan sungguh akan kami berikan kepadamu cobaan kepadamu, dengan sedikit ketakutan, kelaparan, kekurangan harta, jiwa, dan buah-buahan. Dan berikanlah kabar gembira bagi orang-orang yang sabar (QS.Al-Baqarah, 2:155)“.

“(yaitu) orang-orang yang beriman dan hati mereka menjadi tenang dengan mengingat Allah. Ingatlah, hanya dengan mengingat Allah hati menjadi tenang(QS.Ar-Ra’du, 13:28)”.

Banyak alasan mengapa remaja masa remaja menjadi sorotan yang tidak lekang waktu. Tiga tantangan tipikal yang secara general biasa dihadapi oleh remaja; (1) konflik dengan orang tua, (2) perubahan mood yang cepat, (3) perilaku beresiko (Laugesen, 2003). Bisa dibayangkan bagaimana perubahan mood yang cepat pada remaja terkait dengan kecemasan. Keinginan yang besar untuk mencoba banyak hal menjadi salah satu pemicu utama. Perilaku nekat dan hasil yang tidak selalu jelas diasumsikan Arnett membuka peluang besar untuk meningkatkan kecemasan pada remaja (Laugesen, 2003). Selama masa Pre Menstrual dan awal menstruasi, sensitivitas emosi dan suasana hati yang negatif ini sering terjadi (Mighwar,2006). Pre Menstruasi Syndrome dapat memicu kecemasan karena merupakan salah satu bentuk stressor fisiologis dan psikologis yang dapat menyebabkan kerapuhan fisik/mental (Aida, 2003).

Pada dasarnya kecemasan terjadi karena adanya suatu *stressor* yang berasal baik dari dalam maupun luar diri seseorang, semakin banyak stressor maka semakin besar pula kecemasan yang dirasakan. Pada penelitian ini

dipilih siswa yang berada di SMA Negeri 1 Klatendikarenakan merupakan salah satu sekolah unggulan , hal ini berpotensi memberikan beban tambahan dalam diri siswa yang akhirnya akan bermanifestasi menjadi cemas.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang maka dapat dirumuskan sebagai berikut:
Apakah ada hubungan antara *Pre Menstrual Syndrome* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMA Negeri 1 Klaten?

C. Tujuan Penelitian

Mengetahui hubungan antara *Pre Menstrual Syndrome* dengan tingkat kecemasan pada remaja di SMA Negeri 1 Klaten.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkuat teori bahwa adanya hubungan antara *Pre Menstrual Syndrome* dengan tingkat kecemasan.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Remaja

Remaja putri dapat memperdalam pengetahuan mengenai *Pre Menstrual Syndrome* untuk kemudian berupaya mengatasi *Pre Menstrual Syndrome*.

b. Bagi Orangtua

Dapat memberikan masukan atau pengetahuan yang cukup mengenai *Pre Menstrual Syndrome* kepada remaja putri, sehingga

dengan pengetahuan yang cukup, remaja putri dapat mengetahui hal-hal yang akan terjadi saat *Pre Menstrual Syndrome*.

c. Bagi Mahasiswa

Diharapkan dapat memperdalam mengenai hubungan *Pre Menstrual Syndrome* dengan kecemasan, serta menimbulkan ketertarikan untuk melakukan penelitian dibidang yang sama.

d. Bagi Tenaga Kesehatan

Diharapkan dapat memberi informasi tentang hubungan *Pre Menstrual Syndrome* dengan kecemasan, sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan yang bersifat holistik dan komprehensif.

E. Keaslian Penelitian

1. Pahlevi (2013), meneliti tentang hubungan antara stress dan *dismenore* pada siswi kelas tiga SMA Negeri 2 Ngawi. Penelitian ini merupakan penelitian analitik komparatif dengan pendekatan *cross sectional*. Subyek penelitiannya adalah siswi kelas tiga SMA Negeri 2 Ngawi yang diambil dengan teknik purposive sampling. Uji statistik yang digunakan adalah *chi-square*. Kesimpulannya terdapat hubungan yang bermakna antara stress dan *dismenore* pada siswi kelas tiga SMA Negeri 2 Ngawi. Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabel tergantung (kecemasan), subyek penelitian (siswa SMA kelas II), dan uji statistik yang digunakan (*pearson*). Persamaan dengan penelitian ini terletak pada metode (*cross sectional*), variabel bebas (*pre menstrual syndrome*), teknik pengambilan sampel (*purposiv sampling*).

2. Khoyriah (2015), meneliti tentang sikap dalam menghadapi *premenstrual syndrome* (PMS) pada remaja putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 2 Surakarta. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif kuantitatif. Subyek penelitiannya adalah remaja putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 2 Surakarta yang diambil dengan teknik purposive sampling. Analisis data yang digunakan yaitu *univariate*, *bivariate*, dan *multivariate*. Kesimpulannya sikap dalam menghadapi *premenstrual syndrome* pada remaja putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 2 Surakarta tertinggi adalah kategori negatif 23 siswi (67,6%). Perbedaan dengan penelitian ini terletak pada variabel tergantung (tingkat kecemasan), subyek penelitian (siswi SMA kelas II), dan analisis data (*pearson*). Persamaan dengan penelitian ini terletak pada variabel bebasnya (*pre menstrual syndrome*) dan metode sampel (*purposive sampling*).
3. Firoozi, *et.al.* (2012), melakukan penelitian berjudul *The Relationship between Severity of Premenstrual Syndrome and Psychiatric Symptoms*. Penelitian merupakan penelitian non-analitik eksperimental dengan pendekatan cross sectional. Subyek penelitian adalah mahasiswa universitas Guilan. Kesimpulannya terdapat hubungan antara keparahan *pre menstrual syndrome* dengan gejala psikiatri. Perbedaan dengan penelitian terletak pada cara observasi sampel, dimana pada penelitian ini dibagi menjadi 2 kelompok berdasar yang sedang mengalami PMS dan yang tidak sedang mengalami PMS, menggunakan empat instrumen

pengukuran. Persamaan pada penelitian ini terdapat pada variabel bebas dan metode yang digunakan yaitu metode cross sectional.