

## **BAB I**

### **PENDAHULUAN**

#### **A. Latar Belakang**

*Premenstrual syndrome* (PMS) merupakan gangguan siklus yang umum terjadi pada wanita muda pertengahan, ditandai dengan gejala fisik dan emosional yang konsisten. Gejala dapat diperkirakan dan biasanya terjadi secara reguler pada 7-14 hari sebelum menstruasi dan akan menghilang pada saat menstruasi (Syiamti & Herdin, 2011).

Gejala (PMS) yang paling umum dialami wanita saat prementruasi meliputi perasaan mudah tersinggung sebanyak 48% dan timbul suatu kecemasan ketikan menghadapi PMS, kurang berenergi atau lemas (45%), dan mudah marah (39%). Gejala fisik yang paling umum dialami wanita meliputi kram atau nyeri perut (51%), nyeri sendi, otot atau punggung (49%), nyeri pada payudara (46%), dan perut kembung (43%). Sekitar satu dari tiga penderita PMS mengatakan, kehidupan mereka terkena dampak berbagai gejala tersebut secara substansial (Wahyuni, 2014).

Berbagai aktivitas sehari-hari yang umumnya terkena dampak adalah performa kerja (58%), pekerjaan rumah tangga (56%), dan hubungan dengan keluarga/pasangan (50%) di Asia (Ricka, 2010). Sedangkan dampak PMS pada siswi meliputi, penurunan konsentrasi belajar, kehadiran absensi di kelas, dan penurunan aktivitas dalam

mengikuti kegiatan sekolah sehingga dapat mempengaruhi nilai akademisnya disekolah (Aminah, 2011).

Gejala fisik dan emosional pada PMS, terdapat wanita yang menderita depresi dan kecemasan. Sekitar dua hari sampai dua minggu sebelum permulaan masa haid, mereka menderita berbagai gejala dari depresi dan kekhawatiran. Apabila wanita tidak bisa mengendalikan gejala-gejala PMS, maka wanita akan mengalami banyak hal diantaranya dia mengalami stress, depresi, cemas dan lain-lain, sehingga akan memperberat timbulnya PMS (Siyamti & Herdin, 2011). Berdasarkan penelitian yang dilakukan Wahyuni (2014) menunjukkan bahwa Tingkat kecemasan siswi kelas 7 SMP Muhammadiyah 1 Surakarta sebagian besar mengalami tingkat kecemasan sedang atau sekitar (64,8%), sedangkan yang paling sedikit dialami oleh siswi PMS berat sebesar (0,9%). Hal ini disebabkan karena banyak siswi yang mengalami kecemasan ketika menjelang atau menghadapi PMS sehingga ada suatu kecenderungan responden bahwa semakin ringan tingkat kecemasannya maka semakin ringan PMSnya.

Pada setiap individu pasti tidak sama perilakunya saat akan mengalami PMS. Adapun perilaku negatif saat terjadi nyeri pada bagian perut, punggung, payudara, dan sakit kepala maka seseorang akan minum obat anti nyeri ataupun minum jamu, jika ada jerawat akan memencetnya sehingga menyebabkan lebih parah, enggan untuk meluangkan waktu untuk beristirahat, pola makan yang tidak baik, dan jika terjadi keputihan

hanya mengganti celana dalam hanya satu kali dalam sehari. Perilaku positif saat mengalami nyeri biasanya akan mengkopres dengan air hangat, memijat atau *massage*, olahraga secara teratur, pola makan yang baik, istirahat yang cukup, jika terjadi keputihan akan mengganti celana dalamnya kurang lebih dua kali sehari, dan jika terjadi jerawat tidak akan memencetnya (Laila, 2011).

Perilaku seseorang dipengaruhi oleh pengetahuannya (Notoajmodjo, 2007), seseorang yang memiliki pengetahuan baik maka perilakunya saat PMS akan baik, begitu juga dengan seseorang yang mempunyai pengetahuan yang buruk maka perilaku PMS akan buruk. Kurangnya pengetahuan tentang PMS membuat remaja putri tidak melakukan penanganan terhadap PMS, dan remaja putri tidak sadar akan kesehatan diri (Suparman & Ivan, 2011). Berdasarkan hasil penelitian Sulistina dkk (2010), sebagian siswi yang mempunyai pengetahuan tentang menstruasi baik dan berperilaku baik saat menghadapi menstruasi.

Dari hasil survei pendahuluan di SMPN 1 Kasihan Bantul, peneliti mengajukan beberapa pertanyaan kepada 10 siswi, didapatkan hasil 5 remaja kurang mengetahui tentang PMS dan 5 siswi sudah cukup mengetahui tentang PMS. Dari 10 remaja terdapat 7 siswi yang perilaku koping dalam mengatasi kecemasan saat PMS masih dalam kategori kurang baik dan 3 siswi perilaku koping dalam mengatasi kecemasan saat PMS dalam kategori baik. Dapat disimpulkan bahwa pengetahuan siswi tentang PMS masih rendah serta perilaku koping dalam mengatasi

kecemasan saat PMS masih kurang baik, di SMPN 1 Kasihan Bantul belum pernah mendapatkan penyuluhan mengenai PMS, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian di SMPN 1 Kasihan Bantul dengan judul penelitian “hubungan pengetahuan tentang PMS (*premenstrual syndrome*) dengan perilaku koping dalam menghadapi kecemasan saat PMS”

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian latar belakang, didapatkan rumusan masalah yaitu “Apakah ada hubungan antara pengetahuan tentang PMS dengan perilaku koping dalam mengatasi kecemasan saat PMS”

## **C. Tujuan Penelitian**

### 1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara pengetahuan PMS dengan perilaku koping dalam mengatasi kecemasan saat PMS.

### 2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi pengetahuan PMS pada siswi di SMPN 1 Kasihan Bantul.
- b. Mengidentifikasi perilaku koping dalam mengatasi kecemasan saat PMS di SMPN 1 Kasihan Bantul

#### **D. Manfaat Penelitian**

1. Bagi siswi SMPN 1 Kasihan Bantul

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi tentang coping yang baik dalam mengatasi kecemasan saat PMS pada remaja putri.

2. Bagi institusi pendidikan

Hasil penelitian ini dapat sebagai acuan pihak sekolah untuk mengetahui seberapa jauh pengetahuan dan pemahaman siswi tentang PMS dan perilaku copingnya sehingga kedepannya diharapkan pihak sekolah dapat melakukan penyuluhan kepada siswi SMPN 1 Kasihan.

3. Bagi keperawatan

Diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dalam praktek keperawatan mengenai pengetahuan dan perilaku coping siswi saat PMS.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Sebagai informasi dasar sejauh mana tingkat pengetahuan dan perilaku coping yang dilakukan oleh remaja saat PMS. Sehingga dapat dijadikan bahan acuan untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan perilaku coping yang dilakukan remaja.

#### **E. Keaslian Penelitian**

Sejauh ini penelitian ini belum pernah dilakukan, namun peneliti ingin mengetahui bagaimana tingkat pengetahuan siswi tentang PMS dan perilaku coping dalam mengatasi kecemasan saat PMS.

1. Ricka, dkk (2010) dengan judul penelitian “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Sindroma Pra menstruasi pada Siswi SMP Negeri 4 Surakarta” jenis penelitian *observasional analitik* dengan rancangan *Cross Sectional* dengan pendekatan kuantitatif. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan *Purposive Sampling*. Dan hasilnya membahas tentang hubungan tingkat kecemasan dengan premenstrual sindrom.

Variabel bebas tingkat kecemasan terbukti memiliki hubungan signifikan dengan Sindroma Pramenstruasi. Dari hasil analisa data yang menggunakan angka korelasi Kendall's Tau sebesar 0,290 dengan signifikansi sebesar 0,000. Oleh karena signifikansi lebih kecil dari tingkat ketelitian 0,05 maka diputuskan bahwa  $H_0$  ditolak. Dengan demikian disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan Pramenstrual sindrom pada siswi SMP Negeri 4 Surakarta dengan kekuatan korelasi sedang.

Persamaanya menggunakan metode *cross sectional* yaitu menghubungkan dua variable, perbedaanya pada teknik sampling peneliti menggunakan *random sampling*.

2. Nurhayati (2012), dengan judul penelitian “Perilaku Remaja Putri Dalam Menghadapi *Syndrome Pramentruasi* (PMS) Di SMP Negri 4 Ngrayun Kabupaten Ponorogo” jenis penelitian ini deskriptif, teknik pengambilan sampel dengan cara *total sampling* dengan 46 responden.

Hasilnya perilaku remaja putri dalam mengatasi *premenstrual syndrome* 19 responden (52,77%) berperilaku negatif dan 17 responden (47,23%) berperilaku positif.

Persamannya pada variabelnya yaitu perilaku remaja dalam menghadapi PMS, perbedayaan pada metode dan teknik sampling, peneliti menggunakan metode *cross sectional* untuk menghubungkan dua variable, sedangkan teknik sampling yang digunakan adalah *random sampling*.

3. Badriyah (2012), dengan judul penelitian “Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Pre Menstrual Syndrome* (PMS) Pada Siswi Kelas XI Di Sekolah Menengah Atas Negri 3 Sragen”. Metode yang digunakan adalah deskriptif kuantitatif, teknik yang digunakan adalah teknik *random sampling*, hasil penelitiannya tingkat pengetahuan remaja putri tentang PMS paling banyak pada tingkat pengetahuan baik yaitu sebanyak 50 responden (62,5%), sebanyak 23 responden (28,75%) pada tingkat pengetahuan cukup, dan sebanyak 7 responden (8,75%) pada tingkat pengetahuan kurang.

Perbedaanya menggunakan metode deskriptif kuantitatif, persamanya menggunakan teknik *random sampling* dan variabel yang diteliti yaitu pengetahuan tentang PMS.