

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Menstruasi atau haid, atau lebih sering disebut dengan datang bulan merupakan hal yang setiap bulan dialami oleh wanita. Menstruasi adalah situasi pelepasan endometrium dalam bentuk serpihan dan perdarahan akibat pengeluaran hormon estrogen dan progesteron yang turun dan berhenti sehingga terjadi vasokonstriksi pembuluh darah yang segera diikuti vasodilatasi (Manuaba, 2009). Menurut Maulana (2008) menstruasi atau haid mengacu kepada pengeluaran darah dan sel-sel secara periodik melalui vagina yang berasal dari dinding rahim wanita.

Gangguan menstruasi bermacam-macam seperti pada saat menstruasi, sebelum menstruasi dan sesudah menstruasi, diantaranya adalah sindroma pra menstruasi, *dysmenorrhea*, *aminore*, dan *hipermenor* (Prawirihardjo *cit* Mayyane 2011). Beberapa faktor yang dapat meningkatkan risiko terjadinya sindroma pra menstruasi adalah stres, status gizi, kebiasaan makan makanan tertentu, aktivitas olahraga, merokok dan alkohol (Mayyene, 2011).

Berdasarkan studi Mahin *et al.* (2011) ditemukan sebanyak 98,2% mahasiswi yang berusia 18-27 tahun mengalami gejala sindrom pra menstruasi. Penelitian yang dilakukan oleh *American College of*

Obstetrics and Gynecology (ACOG) (2011) diperoleh hasil bahwa

remaja yang mengalami sindrom pra menstruasi sekitar 65,7%. Sebanyak 75% wanita mengalami beberapa tingkat sindrom pra menstruasi (PMS) selama tahun-tahun reproduksi mereka (Hoyer, 2013). Berdasarkan Departemen Kesehatan tahun 2009 tentang prevalansi sindrom premenstruasi di Indonesia, diperoleh hasil sebanyak 40% wanita Indonesia mengalami sindrom premenstruasi dan sebanyak 2-10% mengalami gejala berat (Singal, 2013).

Gejala yang dirasakan pada saat sindrom pra menstruasi berupa gejala fisik dan psikologis yang memengaruhi aktivitas sehari-hari, penurunan minat belajar dan fungsi sosial terganggu (Mahin *et al.*, 2011). Kondisi lain yang dikemukakan oleh Hoyer (2011) adalah gejala somatik dan afektif. Gejala somatik seperti kelelahan, perubahan nafsu makan, dan energi yang rendah. Sedangkan gejala afektif, seperti cepat marah, gangguan depresi, kecemasan, dan perilaku impulsif (Hoyer, 2011).

Sindrom pramenstruasi dan bentuk parah dari sindrom pra menstruasi yaitu *Premenstrual Dysphoric Disorder* (PMDD), telah terbukti mempunyai hubungan dengan kondisi psikologis seperti gangguan *mood* dan yang paling utama adalah gangguan depresi (Knauss *et al.*, 2011). *Premenstrual Dysphoric Disorder* mempunyai gejala lebih parah dari sindrom pra menstruasi seperti intensitas gejalanya, suasana hati, dan gangguan fungsi yang signifikan. Gejala yang paling umum pada PMDD

perubahan suasana hati, perubahan tidur, nyeri payudara, dan perut kembung (Firoozi *et al.*, 2012).

Depresi merupakan kondisi emosional yang biasanya ditandai dengan kesedihan yang amat sangat, perasaan tidak berarti dan bersalah, kehilangan minat serta kesenangan dalam aktivitas yang biasa dilakukan. (Davison *et al.*, 2005). Menurut Knauss *et al.* (2011) menyatakan bahwa wanita yang menderita sindrom pra menstruasi dan depresi berat lebih terganggu dibandingkan dengan wanita dengan hanya satu gangguan saja. Hasil lebih lanjut menunjukkan bahwa sindrom pra menstruasi dan depresi berat adalah gangguan yang berbeda yang bisa terjadi pada setiap wanita (Klatzkin *et al.*, 2010).

Sindrom pramenstruasi ditandai dengan gejala emosional yang terutama dimulai selama fase luteal dari siklus menstruasi. Gejala sedang sampai berat akan mempengaruhi aktivitas kehidupan sehari-hari yang dapat mengakibatkan penurunan kualitas hidup (Choi, 2009). Keluhan yang ditimbulkan seperti gangguan suasana hati, gangguan perilaku, lekas marah, ketegangan, dan depresi. Nyeri payudara dan kembung juga dapat menjadi masalah dari sindrom pra menstruasi (Knauss *et al.*, 2011).

Menurut studi pendahuluan yang telah dilakukan pada mahasiswi PSIK 2010 Universitas Muhammadiyah Yogyakarta beberapa mahasiswa mempunyai pendapat yang berbeda. Delapan dari seluruh populasi mahasiswi PSIK 2010 mengatakan bahwa 1 orang mengalami depresi, 3

tidak mengalami depresi, 3 orang tidak mengalami

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, maka dapat dirumuskan pertanyaan sebagai berikut : Bagaimanakah gambaran tingkat depresi pada mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan semester 8 dengan sindrom pra menstruasi di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta?

C. Tujuan Penelitian

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat depresi pada mahasiswi Program Studi Ilmu Keperawatan semester 8 dengan sindrom pra menstruasi di Universitas Muhammadiyah Yogyakarta.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi peneliti

Penelitian ini sebagai tambahan pengetahuan dalam proses pembuatan Karya Tulis Ilmiah dan sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program pendidikan S.1 Keperawatan.

2. Bagi institusi

Sebagai bahan referensi bagi penelitian selanjutnya yang berkaitan dengan gambaran tingkat depresi pada mahasiswa yang mengalami sindrom pra menstruasi dan sebagai bahan bacaan di perpustakaan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, serta sebagai referensi yang berkaitan untuk menangani gangguan pada

3. Bagi responden

Sebagai pengetahuan untuk mengetahui gambaran tingkat depresi mahasiswa yang mengalami sindrom pra menstruasi.

4. Bagi masyarakat

Dapat memberikan informasi kepada masyarakat terutama para wanita untuk mengetahui bagaimana gambaran tingkat depresi pada saat mengalami sindrom pra menstruasi.

E. Penelitian Terkait

1. Penelitian oleh Alen (2013) yang berjudul Tingkat Kecemasan pada Mahasiswa yang mengalami Sindrom Pra menstruasi di Asrama Lili Universitas Advent Indonesia Bandung. Metode yang digunakan adalah metode deskriptif. Populasi penelitian adalah 142 mahasiswi di asrama Lili, dan diambil 40 orang sebagai sampel dengan menggunakan metode Purposive Sampling. Hasil dari penelitian tersebut adalah 22 (55%) responden mengalami sindrom pra menstruasi dengan gejala sedang, dan 18 (45%) responden mengalami gejala berat. Berdasarkan analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa mahasiswi mengalami gejala sindrom pra menstruasi dari gejala sedang hingga gejala berat. Hal tersebut dimungkinkan terjadi karena pengaruh gaya hidup mahasiswi. Perbedaan dengan penelitian ini adalah terletak pada tujuannya Penelitian Alen bertujuan untuk mengetahui tingkat kecemasan pada mahasiswa yang mengalami

dan penelitian ini bertujuan untuk

mengetahui tingkat depresi pada mahasiswa yang mengalami sindrom pra menstruasi.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Herwinda & Warih (2012) dengan judul Hubungan *Pre Menstrual Syndrome* dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja. Metode yang digunakan adalah menggunakan rancangan penelitian analitik *non-eksperimental* dengan pendekatan *cross-sectional* (potong lintang). Populasi pada penelitian ini adalah sebanyak 84 siswi dari SMAN 11 Yogyakarta dengan sampel penelitian siswi SMAN 11 Yogyakarta dengan kriteria inklusi berusia 15-18 tahun. Analisis uji korelasi *Pearson* menunjukkan adanya hubungan positif sangat lemah ($r = +0,016$) yang signifikan dengan nilai $p=0,263$ ($p<0,05$) antara *Pre Menstrual Syndrome* dengan tingkatan kecemasan pada remaja. Sehingga penderita *Pre Menstrual Syndrome* mempunyai resiko mengalami kecemasan. Perbedaan penelitian ini terletak pada tujuannya. Penelitian Herwinda & Warih bertujuan untuk mengetahui hubungan *Pre Menstrual Syndrome* dengan tingkat kecemasan pada remaja, sedangkan penelitian ini bertujuan untuk mengetahui

mengetahui tingkat depresi pada mahasiswa yang mengalami sindrom