

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

PMS (premenstrual syndrome) merupakan sekumpulan gejala yang berupa gangguan fisik dan mental. yang Dialami 7- 10 hari menjelang terjadinya menstruasi dan menghilang beberapa hari setelah menstruasi. Keluhan yang dialaminya biasa bervariasi dari bulan ke bulan bisa lebih ringan dan bahkan lebih berat (Astuti, 2019). Gangguan kesehatan berupa pusing, depresi, serta perasaan sensitif berlebihan sekitar dua minggu sebelum haid biasanya di anggap hal yang wajar bagi wanita usia produktif sekitar 40% wanita berusia 14-50 tahun (Yuliarti, 2019).

Premenstrual syndrome dikatakan mempengaruhi 40% wanita dengan 5 - 10% membuat mereka sangat tidak berdaya. (Andrews, 2019). Sebagian besar remaja dengan premenstrual syndrom mengalami berbagai gangguan, termasuk gangguan dalam lingkup belajar maupun aktivitas sehari-hari. Menurut Prawirohardjo (2017), premenstrual syndrome membuat wanita tidak bisa beraktivitas secara normal dan memerlukan pengobatan. Keadaan tersebut menyebabkan menurunnya kualitas hidup wanita, sebagai contoh siswi yang mengalami premenstrual syndrome tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar dan motivasi belajar menurun karena nyeri yang dirasakan.

Ada banyak faktor yang diduga menjadi penyebab timbulnya PMS. Salah satu faktor penyebab PMS yaitu kadar hormon progesteron yang rendah, kadar

hormon estrogen yang berlebihan, perubahan ratio kadar hormon estrogen/progesteron, dan peningkatan aktivitas hormon aldosteron, renin- angiotensin serta hormon adrenal (Agustina, 2018). Sekitar 85% wanita yang sudah haid mengalami gangguan fisik dan psikis menjelang menstruasi, saat menstruasi, ataupun sesudah menstruasi. Biasanya berlangsung antara satu minggu sebelum dan sesudah menstruasi. Gejala ini disebut dengan premenstrual syndrome.

Berdasarkan data dari WHO (World Health Organization) gejala PMS (premenstrual syndrome) yang terjadi di negara-negara Asia memiliki tingkat lebih tinggi dibandingkan dengan negara-negara di Barat (Rianti 2017). Sedangkan penelitian yang dilakukan oleh Pelayanan Kesehatan Ramah Remaja (PKRR) dibawah naungan WHO pada tahun (2018) menyebutkan bahwa permasalahan wanita di Indonesia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan menstruasi (38,45%), masalah gizi yang berhubungan dengan anemia (19,7%), gangguan belajar (20,3%), gangguan psikologis (0,7%), serta masalah kegemukan (0,5%). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Novadela (2019), gangguan belajar menjadi permasalahan utama pada wanita di Indonesia. Angka kejadian sindrom premenstruasi berkisar 80%. Studi epidemiologi menunjukkan kurang lebih 20 persen dari wanita usia produktif mengalami gejala PMS sedang hingga berat. Di Indonesia, presentase sindroma premenstruasi pada mahasiswi di Jawa Barat adalah 39,2% mengalami gejala berat dan 60,8% mengalami gejala ringan (Surmiasih, 2017).

Dalam kondisi tersebut dapat dilihat bahwa gejala PMS cukup mengganggu aktivitas dalam keseharian individu yang bersangkutan seperti malas

untuk beranjak dari kasur, membatalkan acara pergi yang dikarenakan karena PMS, menurunnya prestasi individu, meningkatkan jumlah absensi kehadiran di lingkungan sekolah, sehingga diperlukanya untuk meminimalisir dampak tersebut. Dampak PMS pada individu, gejala PMS juga berpengaruh bagi lingkungan sekitar individu seperti menurunnya fungsi sosial. Beberapa hal negatif yang terjadi yaitu menurunnya prestasi kerja/akademik, aktivitas dengan keluarga maupun sosial sering terpengaruh oleh dampak negatifnya seperti munculnya pertengkaran akibat emosi yang labil. Hal tersebut menjadikan faktor orang disekitarnya merasa tidak nyaman berada disekitar seseorang yang mengalami gejala PMS karena selain mudah marah juga mudah tersinggung sehingga dapat memperkeruh suatu hubungan dan suasana. Dari hal tersebut, hingga banyak muncul *meme* yang dibuat mengenai PMS misalnya ketika definisi PMS berubah menjadi Perempuan Menjadi Setan.

Mengapa dampak syndrome pre menstrual lebih dikaitkan kepada remaja dibandingkan dengan dengan rentang usia yang sudah dewasa dikarenakan seorang remaja yang mengalami masa menstruasi sering merasa cemas, takut, memiliki persepsi menstruasi yang kotor, menjijikan, sehingga kerap kali membatasi diri untuk membatasi gerak atau aktifitasnya sehingga menjadi tidak bebas. Hal tersebut merupakan salah satu efek psikologis dari menstruasi yang dialami remaja sehingga diperlukan pengetahuan yang cukup untuk mengatasi perasaan negatif tersebut terhadap menstruasi pada remaja, hal tersebut diungkapkan oleh (Lestari, 2014).

Pengetahuan remaja tentang masalah kesehatan reproduksi masih relatif rendah (Pinem, 2019). Salah satu permasalahan yang sering dijumpai remaja adalah gangguan menjelang menstruasi. Sekitar 80% sampai 95% perempuan antara 16 sampai 19 tahun mengalami gejala-gejala premenstrual syndrome yang dapat mengganggu (Wijaya, 2018). Sekitar 80% sampai 95% perempuan antara 16 sampai 19 tahun mengalami gejala-gejala premenstrual syndrome yang dapat mengganggu (Wijaya, 2018).

Kurangnya pengetahuan tentang biologi dasar pada remaja mencerminkan kurangnya pengetahuan tentang risiko yang berhubungan dengan tubuh mereka dan cara menghindarinya (Pinem, 2019). Pengetahuan dan sikap kesehatan reproduksi remaja memang dinilai masih rendah terutama pada pengetahuan mengenai pengenalan organ reproduksi menyangkut bentuk dan fungsinya serta cara perawatannya (Devy, 2020).

Berdasarkan studi pendahuluan peneliti melakukan metode wawancara kepada 10 siswi/santri putri MTs yang ada di Di Pondok Pesantren Ar- Rohman Desa Mekar Wangi dari 10 siswi, 9 dari mereka mengatakan kalau mau datang haid selalu mengeluh pusing dan cemas berlebihan, serta mengganggu aktivitas proses belajar baik sekolah maupun mnegaji, dan 6 dari 9 siswi yang pernah mengalami PMS mereka sama sekali tidak mengetahui tentang apa itu PMS. Karena pentingnya remaja putri mengetahui tentang PMS untuk meminimalisir dampaknya. Dengan ini penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang ***“Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang (PMS) Premenstrual Syndrome Di Pondok Pesantren Ar- Rohman Desa Mekar Wangi Tahun 2021.***

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang diatas, maka rumusan masalah dalam penelitian ini ialah “Bagaimana gambaran pengetahuan remaja putri tentang (PMS) *premenstrual syndrome*?”

C. Tujuan Penelitian

Untuk mengetahui gambaran pengetahuan remaja putri tentang (PMS) *premenstrual syndrom*.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Penelitian ini dapat menambah data kepustakaan keperawatan khususnya yang berkaitan dengan gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang (PMS) *premenstrual syndrome* Penelitian ini juga dapat di jadikan sebagai data dasar, tambahan informasi serta acuan bagi peneliti lain yang tertarik melakukan penelitian tentang gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang (PMS) *premenstrual syndrome*.

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Pesantren Ar-rohman

Diharapkan agar memberikan informai mengenai pengethuan tentang (PMS) *premenstrual syndrome* sehingga para santri putri dapat meminimalisir pencegahan dan perawatan PMS.

b. Bagi Institusi Universitas Bhakti Kencana

Penelitian ini diharapkan agar menjadi bahan referensi atau bahan pembelajaran dan ilmu pengetahuan bagi institusi pendidikan untuk penulisan karya tulis ilmiah.

c. Bagi peneliti

Merupakan penerapan ilmu yang telah di dapat untuk menambah wawasan peneliti tentang PMS, dan memperoleh pengalaman dalam penelitian.

E. Ruang Lingkup Penelitian

Penelitian ini diarahkan pada bagaimana gambaran tingkat pengetahuan remaja putri tentang (PMS) *premenstrual syndrome* di pondok pesantren ar-rohman kec ibun kab. Bandung tahun 2021. Sampel yang diambil yaitu 30 responden santri putri MTs. Adapun metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *kuantitatif* rancangan deskriptif metode pendekatan *cross sectional*, cara pengambilan data yang digunakan yaitu dengan pengambilan data primer menggunakan alat ukur berupa kuesioner. variabel dalam penelitian ini merupakan variabel tunggal yaitu tingkat pengetahuan santri putri MTs. Hasil penelitian akan dianalisa dengan analisa data univariat menggunakan bantuan program computer IBM SPSS tatistik versi. 0.25