

BABI

PENDAHULUAN

A. LATAR BELAKANG MASALAH

Masa remaja atau masa *adolescence* adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seorang individu. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial dan berlangsung pada dekade kedua masa kehidupan (Narendra dkk, 2002). Masa remaja terjadi lebih dini pada remaja putri dibanding remaja putra, dan kemungkinan terjadinya perbedaan ini dikarenakan remaja putri lebih cepat matang dalam hal psikologikal dan emosionalnya (Salomon, 1971). Menstruasi merupakan peristiwa yang sangat penting pada remaja putri, yang menjadi pertanda dari kematangan seksual dan erat hubungannya dengan fungsi dan sistem reproduksi (Santrock, 2003).

Pre Menstrual Syndrome adalah sekumpulan perubahan fisik serta mental yang dimulai setiap waktu antara 2-14 hari sebelum menstruasi dan mereda hampir seketika pada saat menstruasi itu datang (Hinchliff, 1999). *Pre Menstrual Syndrome* cenderung dimulai dan juga meningkat dalam kehidupan wanita yang sedang mengalami perubahan level hormon, contohnya pada saat pubertas (Dalton, 1984). Berdasarkan data statistik tahun 2004, diperoleh bahwa satu dari enam wanita di USA

mengalami *Pre Menstrual Syndrome*, atau sekitar 40,8 juta orang. Wanita yang mengalami *Pre Menstrual Syndrome* di Indonesia pada tahun yang sama, dilaporkan berjumlah 35.767.942 orang (Nurlaela,2005). Sekitar 95,59% pelajar di Etiophia mengalami *Pre Menstrual Syndrome* dalam berbagai siklus menstruasi 12 bulan terakhir. Gejala yang umumnya muncul adalah gejala fisik seperti mudah lelah (70,2%), perubahan nafsu makan (61,9%) dan perubahan pola tidur (60,3%). Gejala *psychobehavioral* yang umumnya timbul meliputi gangguan mood (59,9%), mudah kacau (52,5%) dan iritabilitas (49,6%). Gejala-gejala tersebut menimbulkan penurunan aktifitas sehari-hari, seperti penurunan minat belajar, kuliah, pertemanan dan melakukan hobi (Tenkir, 2002).

Sepanjang periode menstruasi awal, gejala yang sering dialami remaja putri adalah sakit kepala, sakit punggung, kejang, dan sakit perut yang diiringi pingsan, *emesis*, gangguan kulit, pembengkakan tungkai kaki dan pergelangan kaki. Akibatnya timbul rasa lelah, tertekan, cemas, dan mudah marah (Mighwar, 2006). Beberapa penelitian mengungkapkan bahwa *Pre Menstrual Syndrom* berhubungan dengan gangguan mood. DSM – IV (*Diagnostic and statistical manual for mental disorders – IV*) menyebutkan 11 gejala *Pre Menstrual Syndrome*. Kecemasan sebagai salah satu gejala utama *Pre Menstrual Syndrome*. Kecemasan adalah suatu keadaan yang ditandai dengan perasaan ketakutan yang disertai dengan tanda somatik yaitu terjadinya hiperaktivitas sistem saraf otonom. Kecemasan adalah gejala yang tidak spesifik yang sering ditemukan dan seringkali merupakan suatu emosi yang normal.

(Kusuma W, 1997). Dalam agama Islam adanya penyakit atau masalah dalam bidang kesehatan itu dianggap sebagai sesuatu cobaan dan ujian keimanan seseorang. Oleh karena itu orang harus bersabar dan tidak boleh berputus asa, berusaha untuk mengobatinya dengan senantiasa berdoa kepada Allah SWT. Bila dikaji secara mendalam, maka sesungguhnya dalam agama (Islam) banyak ayat maupun hadist yang memberikan tuntunan agar manusia sehat seutuhnya, baik dari segi fisik, kejiwaan, sosial maupun kerohanian. Contohnya sebagai berikut:

“Barang siapa yang mengikuti petunjuk-Ku niscaya tidak ada kekhawatiran atas mereka dan tidak pula mereka akan bersedih hati (QS. Al-Baqarah, 2 : 38)

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

Banyak alasan mengapa masa remaja menjadi sorotan yang tidak lekang waktu. Arnett (2001) menarik tiga tantangan tipikal yang secara general biasa dihadapi oleh remaja; (1) konflik dengan orangtua, (2) perubahan mood yang cepat, dan (3) perilaku beresiko (Laugesen, 2003). Bisa dibayangkan bagaimana perubahan mood yang cepat pada remaja terkait dengan kecemasan yang mungkin terbentuk. 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 meningkatnya kecemasan pada remaja (Laugesen, 2003). Remaja yang mengalami pubertas akan lebih cepat murung, khawatir, cemas, marah dan menangis hanya karena hasutan yang sangat kecil. Selama masa *Pre Menstrual* dan awal menstruasi, sensitivitas emosi dan suasana hati yang negatif ini sering terjadi

(Mighwar,2006). Hal ini diperkuat oleh Luckman (1997) yang menyebutkan bahwa *Pre Menstrual Syndrome* dapat mempengaruhi penurunan kadar monoamine oksidase pada otak dihubungkan dengan terjadinya depresi dan penurunan serotonin sehingga menimbulkan perubahan mood. *Pre Menstrual Syndrome* merupakan salah satu bentuk stressor fisiologis dan psikologis yang dapat menyebabkan kerapuhan fisik/mental sehingga dapat dikatakan bahwa *Pre Menstrual syndrome* dapat memicu kecemasan pada remaja (Aida, 2003).

B. RUMUSAN MASALAH

Dari latar belakang yang sudah disebutkan di atas, didapatkan perumusan masalah sebagai berikut; “ Apakah ada hubungan antara *Pre Menstrual Syndrome* dengan tingkat kecemasan pada remaja ?”

C. TUJUAN PENELITIAN

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan antara *Pre Menstrual Syndrome* dengan tingkat kecemasan pada remaja.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui kejadian *Pre Menstrual Syndrome* pada remaja.
- b. Mengetahui tingkat kecemasan yang dialami remaja.

- c. Menganalisis hubungan *Pre Menstrual Syndrome* dengan tingkat kecemasan.

D. MANFAAT PENELITIAN

Kegunaan penelitian ini diharapkan akan memberikan masukan secara teoritis dan praktis sebagai berikut :

1. Aspek Teoritis, penelitian ini diharapkan dapat memperkuat teori bahwa adanya hubungan *Pre Menstrual Syndrome* dengan tingkat kecemasan, khususnya pada remaja SMA.
2. Aspek Praktis dari penelitian ini :
 - a. Bagi mahasiswa : Diharapkan dapat memperdalam pemahaman mengenai *Pre Menstrual Syndrome* dan hubungannya dengan kecemasan, serta menimbulkan ketertarikan untuk melanjutkan penelitian di bidang yang sama.
 - b. Bagi Tenaga Kesehatan : Diharapkan dapat memberi masukan dan informasi bagi tenaga kesehatan tentang hubungan *Pre Menstrual Syndrome* dengan kecemasan, sehingga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan yang bermutu berdasarkan informasi yang di dapat dari penelitian ini.

- c. Bagi remaja : Diharapkan dapat memperdalam pengetahuan mengenai *Pre Menstrual Syndrome*. Sehingga dapat membantu remaja dalam mengatasi *Pre Menstrual Syndrome* tersebut.
- d. Bagi orang tua : dapat memberikan masukan atau pengetahuan yang cukup mengenai *Pre Menstrual Syndrome* kepada remaja putri, sehingga dengan bekal pengetahuan yang cukup, remaja putri dapat mengetahui hal-hal yang akan terjadi pada saat *Pre Menstrual Syndrome*.

E. KEASLIAN PENELITIAN

Sejauh yang peneliti ketahui, penelitian “Hubungan *Pre Menstrual Syndrome* dengan Tingkat Kecemasan pada Remaja” belum pernah di lakukan. Akan tetapi peneliti mendapatkan beberapa penelitian serupa yang pernah di lakukan sebelumnya.

1. Yanni Aida (2003), Dengan judul “ Daya tahan stress & *Pre Menstrual Syndrome* pada mahasiswi program A PSIK FK UGM”. Subjek penelitiannya adalah mahasiswi PSIK Program A FK UGM yang memenuhi syarat yang telah ditentukan. Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian *non-eksperimental* dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional* (potong lintang). Instrumen penelitian yang digunakan adalah catatan menstruasi untuk mengenal *Pre Menstrual Syndrome*, Miller Smith Rating for Stress Tolerance (MSRS-ST), dan skala kebohongan, Lie Score Minnesia Multiphasic

Personality Inventory (MMPI). Hasil yang didapat melalui uji korelasi Spearman's menunjukkan kurang kuatnya korelasi antara daya tahan stress dengan *Pre Menstrual Syndrome* dan tidak ada hubungan yang signifikan antara daya tahan stress dengan *Pre Menstrual Syndrome*. Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama meneliti *Pre Menstrual Syndrome*, penelitian sama-sama menggunakan metode *non-eksperimental* dengan pendekatan *cross-sectional*. Perbedaannya terletak pada salah satu variable dan instrumen yang digunakan untuk menentukan *Pre Menstrual Syndrome*. Selain itu, perbedaan juga terdapat pada subjek penelitiannya.

2. Ryanti Zulhita (2007), dengan judul "Hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus haid pada mahasiswi D IV kebidanan di Universitas Sebelas Maret." Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan pendekatan *cross sectional* untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dengan siklus haid pada mahasiswi D IV kebidanan di Universitas Sebelas Maret. Subjek penelitiannya adalah mahasiswi D IV kebidanan reguler tahun akademik 2006/2007 yang diambil secara total sampling, sejumlah 59 mahasiswi yang memenuhi kriteria. Instrumen yang dipakai adalah instrumen HRS-A untuk mengukur tingkat kecemasan dan kuesioner siklus haid untuk mengetahui normal atau tidaknya siklus haid. Uji statistik yang digunakan adalah uji statistik *chi-square*. Kesimpulannya terdapat hubungan yang bermakna secara statistik pada tingkat kecemasan dengan siklus haid pada mahasiswi D IV

kebidanan reguler tahun akademik 2006/2007 di Universitas Sebelas Maret. Persamaan dari penelitian ini adalah sama-sama meneliti tentang tingkat kecemasan, penelitian sama-sama menggunakan metode *non-eksperimental* dengan pendekatan *cross-sectional*. Perbedaan nya terletak pada salah satu variable, instrumen penelitian dan juga pada subjek penelitian nya.