

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Masa remaja adalah tahap dimana orang mencapai kematangan emosional, psikososial yang ditandai dengan berfungsinya organ reproduksi. Masa ini dimulai pada usia 12 tahun dan berakhir sekitar usia 18 tahun. Pada masa remaja, seorang wanita akan mengalami menstruasi. (Safitri, dkk., 2016).

Wanita setiap bulan pada organ reproduksi akan melepaskan sel telur dari salah satu ovariumnya, bila sel telur ini tidak mengalami pembuahan maka akan terjadi pendarahan (menstruasi). Menstruasi terjadi secara periodik satu bulan sekali. Umumnya siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari (ada juga yang setiap 21 hari dan 30 hari) (Misaroh, 2009).

Menstruasi merupakan siklus bulanan yang normal terjadi pada wanita subur, namun jika disertai dengan berbagai keluhan yang berat dan periodik setiap menjelang menstruasi maka kondisi patologislah yang mungkin terjadi. Menstruasi adalah proses keluarnya darah dari dalam rahim yang terjadi karena luruhnya lapisan dinding rahim bagian dalam yang banyak mengandung pembuluh darah dan sel telur yang tidak dibuahi (Sejati, 2009). Sebelum terjadinya menstruasi, selama 7-10 hari seorang wanita mengalami akan mengalami gejala-gejala perubahan emosional maupun fisik atau yang sering disebut sindrom pramenstruasi dan akan mereda ketika menstruasi dimulai (Margawati, 2013).

Premenstruasi sindrom (premenstrual syndrome atau premenstrual tension) adalah gabungan dari gejala fisik dan atau fisiologis yang biasanya terjadi mulai beberapa hari sampai satu minggu sebelum haid dan menghilang setelah haid datang (Mitayani, 2009).

Sindrom pramenstruasi merupakan gabungan dari tanda-tanda fisik dan kejiwaan, suatu peningkatan ketegangan perasaan menjelang hari-hari datangnya haid, disertai mudah tersinggung, sakit kepala. Perasaan tertekan, payudara bengkak terasa sakit (Wahyuni, 2014). Keparahan dan frekuensi gejala yang dialami bisa berbeda diantara masing-masing siklus. Gejala yang paling parah dan paling sering pada sindrom pramenstruasi adalah iritabilitas emosional dan tingkah laku, depresi, gelisah, kelelahan, konsentrasi berkurang (Ramadani, 2013). Sindrom pramenstruasi memang tidak mengancam nyawa, namun dapat mempengaruhi produktivitas dan mental wanita. Sekitar 75% wanita mengeluhkan gejala sindrom pramenstruasi dan 30% memerlukan pengobatan (Safitri, dkk., 2016).

Angka kejadian sindrom pramenstruasi cukup tinggi, yaitu hampir 75% wanita usia subur di seluruh dunia mengalami sindrom pramenstruasi. Di Indonesia sendiri angka kejadiannya sekitar 70-90% (Melani Silvia, 2014). Penelitian Fatimah (2007) yang dilakukan di Semarang, menunjukkan bahwa 71,9% dari 154 responden mengalami sindroma pramenstruasi (Mayyane, 2011).

Dari hasil study pendahuluan yang sudah dilakukan peneliti pada bulan september 2017, jumlah remaja di Pondok Pesantren K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang berjumlah 200 remaja, setelah dilakukn penyebaran kuesioner kesemua remaja di rusunawa yang mengalami sindrom pramenstruasi sebanyak 96 remaja. Dari 96 remaja yang mengalami sindrom pramenstruasi, ada yang sampai mengganggu aktivitas, ada yang sampai di rawat di pelayanan kesehatan.

Hasil penelitian tentang sindrom pramenstruasi menunjukkan bahwa sebagian besar siswi kelas 7 SMP Muhammadiyah 1 Surakarta mengalami sindrom pramenstruasi paling banyak kategori sedang yaitu 74 responden (72,5%), sedangkan paling sedikit kategori ringan yaitu 10 responden (9,8%). Hal ini disebabkan sindrom pramenstruasi merupakan kondisi medis umum yang mempengaruhi hubungan siswi dengan teman yang lain, aktivitas sosial baik dilingkungan atau disekolah sehingga

proses belajar siswi tersebut akan terganggu. Berbagai gejala emosional yang paling umum dialami siswi saat sindrom pramenstruasi meliputi perasaan mudah tersinggung, kurang berenergi atau lemas, cemas dan mudah marah. Gejala fisik yang paling umum dialami siswi meliputi kram atau nyeri perut, nyeri sendi, otot atau punggung, nyeri pada payudara dan perut kembung (Wahyuni, 2014).

Berdasarkan hasil analisis telaah literatur dan hasil study pendahuluan, maka peneliti tergerak untuk melakukan penelitian tentang “ Study Deskriptif tentang Sindrom Pramenstruasi pada remaja di Pondok Pesantrem K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang “.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian diatas, permasalahan yang dapat dirumuskan adalah sebagai berikut: Bagaimana gambaran terhadap keluhan sindrom pramenstruasi bagi remaja di Pondok Pesantrem K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang.

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mendesripsikan tentang sindrom pramenstruasi pada remaja di Pondok Pesantrem K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang.

2. Tujuan Khusus

1. Mendeskeprisikan Karakteristik Umur, Umur pertama Menstruasi, Siklus Menstruasi, Lama Menstruasi pada Remaja di Pondok Pesantrem K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang.
2. Mendeskripsikan Penyebab Sindrom Pramenstruasi pada remaja di Pondok Pesantrem K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang.

3. Mendeskripsikan Tipe-tipe Sindrom Pramenstruasi pada remaja di Pondok Pesantrem K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang.
4. Mendeskripsikan Terapi Sindrom Pramenstruasi pada remaja di Pondok Pesantrem K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang.
5. Mendeskripsikan Upaya Preventif Sindrom Pramenstruasi pada remaja di Pondok Pesantrem K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang.

D. Manfaat Penelitian

1. Bagi Remaja di Pondok Pesantrem K.H Sahlan Rosjidi Universitas Muhammadiyah Semarang.
 Penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan dapat menjadi bahan masukan untuk remaja mengenai sindrom pramenstruasi.
2. Bagi peneliti
 Penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan pengetahuan dan pengalaman dalam melaksanakan penelitian tentang sindroma pramenstruasi pada remaja di Rususnawa, serta diharapkan mampu mengaplikasikan ilmu yang telah diperoleh selama di bangku kuliah dalam kehidupan bermasyarakat.
3. Bagi institusi pendidikan
 Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan referensi serta tambahan informasi bagi institusi pendidikan untuk dijadikan dasar atau bahan masukan dalam mengembangkan program keperawatan pada sindrom pramenstruasi.

E. Bidang Ilmu

Penelitian ini merupakan penelitian bidang ilmu keperawatan Maternitas.

F. Keaslian Penelitian

Keaslian penelitian menjelaskan tentang perbedaan penelitian yang dilakukan dengan penelitian yang pernah dilakukan sebelumnya. Dalam penelitian ini, ada perbedaan dengan penelitian-penelitian yang sebelumnya. Perbedaan tersebut adalah berbeda sampel, lokasi penelitian, serta variabel penelitian. Berikut adalah penelitian sebelumnya yang pernah dilakukan :

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian

Judul dan Nama peneliti	Variabel Penelitian	Metode Peneliti	Hasil Peneliti
Gambaran Sindroma Pramenstruasi dari Gejala Emosional dan Fisik pada siswi SMP Muhammadiyah 1 Surakarta. Wahyuni, 2014	Variabel Bebas: Sindroma Pramenstruasi Dari gejala Emosional dan Fisik.	Deskriptif dengan analisa Univariat	sindroma pramenstruasi siswi SMP 1 Muhammadiyah Surakarta sebagian besar mengalami sindroma Pramenstruasi sedang atau sekitar 72,5 %, sedangkan yang paling sedikit dialami siswi adalah PMS ringan sekitar 9,8 % dan tingkat kecemasan siswi kelas 7 Muhammadiyah Surakarta sebagian besar mengalami tingkat kecemasan sedang atau sekitar 64,8 %, sedangkan yang paling sedikit dialami oleh siswi yaitu PMS berat sebesar 0,9 %.
Faktor-faktor resiko kejadian Premenstrual Syndrome pada remaja SMA Darul Hijrah Puteri. Rizka, 2016	Variabel Bebas: Faktor-faktor resiko kejadian Premenstrual Syndrome	Observasional analitik dengan pendekatan Retrospektif (case control study)	Terdapat hubungan antara faktor-faktor resiko yaitu aktivitas olahraga ($p=0,002$), indeks massa tubuh ($p=0,005$), konsumsi makanan asin ($p=0,001$), konsumsi makanan manis ($p=0,045$) dengan kejadian premenstrual syndrome. Aktivitas olahraga, indeks massa tubuh, konsumsi makanan asin, dan konsumsi makanan manis berhubungan dengan kejadian premenstrual syndrome pada remaja SMA Darul Hijrah Puteri
Hubungan pengetahuan dan motivasi Remaja putri dengan penanganan Syndrom Premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5	Variabel Bebas: Pengetahuan dan Motivasi Putri. Variabel Terikat: Syndrom Premenstruasi	Kuantitatif korelasi dengan pendekatan waktu Cross Sectional.	Ada hubungan antara pengetahuan koefisien dengan penanganan PMS. Dengan nilai signifikan sebesar 0,05 dan nilai koefisien chi square 0,000. Tidak ada hubungan antara Motivasi dengan penanganan PMS. Dengan nilai signifikan sebesar

Yogyakarta. Melani Silvia, 2014				0,05 dan nilai koefisien chi square 0,435.
Hubungan antara derajat Sindrom Pramenstruasi dan aktivitas fisik dengan perilaku makan pada remaja putri. Rosa Pratita dan Ani margawati, 2013.	Variabel Bebas: Derajat Sindrom Pramenstruasi dan Aktivitas Fisik Variabel Terikat: Perilaku makan	Cross Sectional		Tidak terdapat hubungan antara derajat Sindrom Pramenstruasi dan aktivitas fisik dengan perilaku makan pada remaja putri.

