

BAB 1

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Kegiatan belajar merupakan kegiatan mental yang terjadi dalam berinteraksi dengan lingkungan. Belajar ditandai dengan adanya perubahan perilaku yang akan bertahan lama, bahkan sampai taraf tertentu tidak menghilang lagi dan ini merupakan suatu aktivitas mental atau psikis yang berlangsung dalam interaksi aktif dengan lingkungan sehingga menghasilkan perubahan-perubahan yang terjadi dalam pengetahuan, pemahaman, keterampilan, dan nilai sikap.¹ Seorang siswa agar dapat menjalankan kegiatan belajar dengan baik tentunya kondisi fisik dan psikis mereka juga harus dalam keadaan optimal. Kondisi fisik harus bebas dari penyakit sedangkan kondisi psikis terlepas dari gangguan kejiwaan dan ketegangan emosional.² Dalam kenyataan yang ditemukan, terdapat banyak gangguan yang dapat mempengaruhi kondisi fisik dan psikis tersebut. Salah satunya yang dapat sekaligus mempengaruhi kondisi fisik dan psikis adalah sindrom pramenstruasi.

Menurut "endokrinologi ginekologi klinis dan infertil" PMS didefinisikan sebagai fenomena siklus gejala somatik dan afektif yang terjadi beberapa hari sebelum mens yang mengganggu kegiatan dan gaya hidup yang diikuti oleh periode siklus dari gejala tersebut.³ Gejala sindrom pramenstruasi ini tepatnya muncul segera setelah ovulasi, meningkat secara bertahap dan mencapai puncaknya lima hari sebelum menstruasi dimulai.² Keluhan atau gejala yang sering ditemukan pada sindrom pramenstruasi terdiri atas Gejala fisik seperti perut kembung, sering merasa kelelahan, nyeri payudara, dan sakit kepala, semuanya terjadi pada 50-90% kasus. Dan gejala psikisnya seperti gangguan mood, lekas marah, depresi, peningkatan nafsu makan, sering lupa, dan sulit berkonsentrasi, terjadi pada 50-80% kasus. Dan gejala lainnya seperti kecemasan atau ketegangan, mudah menangis, jerawat, gangguan gastrointestinal, insomnia, palpitasi, pusing, dan edema pada ekstremitas bawah. Gejala PMS biasanya timbul selama 7-10 hari terakhir dari setiap siklus.⁴ Penyebab pasti sindrom premenstruasi belum diketahui, namun karena sindrom ini terjadi didalam siklus

haid yang normal, maka hormon-hormon yang berperan dalam terjadinya menstruasi diduga sebagai penyebab terjadinya hal ini. Perubahan rasio antara estrogen dan progesteron selama siklus menstruasi adalah salah satu penyebabnya.⁵

Data dari WHO (World Health Organization) menunjukkan, PMS memiliki prevalensi lebih tinggi di negara-negara Asia dibandingkan dengan negara-negara Barat. Berdasarkan prevalensi gabungan PMS dari seluruh dunia bahwasannya data terendah didapatkan 47,8% dan data tertingginya itu didapatkan dengan hasil 95%.⁶ Dari data yang mengalami PMS 97,8% melaporkan bahwa tanda-tanda biasanya hilang pada saat awal menstruasi.⁷ Gejala fisik dan psikologis yang paling umum adalah nyeri payudara (74,4%) dan marah tidak beralasan (97,7%). Di West Bengal, India, penelitian itu dilakukan di kalangan remaja putri sekolah pedesaan melaporkan prevalensi PMS menjadi 61,5%. Dari gejala afektif, iritabilitas meningkat (84,8%), diikuti marah tidak beralasan (70,5%) dan depresi (62,7%). Dalam sebuah studi meta-analisis, itu menunjukkan bahwa prevalensi tertinggi dan terendah dari PMS dilaporkan di Perancis 95% dan Iran 98%.³

Data dari American College Obstetricians and Gynecologists (ACOG) di Sri Lanka tahun 2012, melaporkan bahwa gejala PMS dialami sekitar 65,7 remaja putri. Hasil studi Mahin Delara di Iran tahun 2012, ditemukan sekitar 98,2% perempuan yang berumur 18-27 tahun mengalami paling sedikit 1 gejala PMS derajat ringan atau sedang.⁸ Sekitar 95,59% pelajar di Etiopia mengalami Pre Menstrual Syndrome dengan gejala yang umumnya muncul adalah gejala fisik seperti mudah lelah (70,2%), perubahan nafsu makan (61,9%), perubahan pola tidur (60,3%), gangguan mood (59,9%), mudah kacau (52,5%) dan iritabilitas (49,6%). Gejala-gejala tersebut menimbulkan penurunan aktifitas sehari-hari, seperti penurunan minat belajar, pertemanan, dan melakukan hobi.⁹

Penelitian PMS pada sekitar 80% wanita dan pada kasus klinis yang berat ditemukan sekitar 5% wanita memiliki masalah penting kesehatan dimasyarakat, paling sering terlihat pada wanita muda dengan frekuensi berkisar antara 5% dan 76%. Telah dicatat bahwa prevalensi PMS pada remaja putri di Amerika Serikat adalah 70-90%. Dalam studi komunitas yang dilakukan di Turki, prevalensi PMS

ditemukan antara 17,2% dan 67,5% pada wanita dalam kelompok usia 15-25 tahun.¹⁰

Di Indonesia wanita yang mengalami PreMenstrual Syndrome dilaporkan berjumlah 35.767.942 orang. Di Jakarta Selatan menunjukkan 45% siswi SMK mengalami PMS, Di Kudus didapatkan prevalensi PMS pada mahasiswa Kebidanan sebanyak 45,8%, Di Padang menunjukkan 51,8% siswi SMA mengalami PMS, sedangkan di Purworejo pada siswi sekolah menengah atas prevalensi PMS sebanyak 24,6%.¹¹ Hasil penelitian tentang PMS yang dilakukan terhadap Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Andalas angkatan 2000/2001, didapatkan bahwa 80,89% sampel penelitian menderita sindrom ini 61,6% diantaranya mengalami gangguan belajar. Hasil penelitian lainnya terhadap 153 siswi kelas XI SMAN 1 Payakumbuh, didapatkan sebanyak 150 orang (98%) responden mengalami sindrom premenstruasi. Gejala fisik dan psikis sindrom pramenstruasi dialami 30 orang (84,9%) responden.² Pada penelitian sebelumnya diperoleh sebanyak 108 orang (72%) mengalami gangguan belajar ringan yaitu masih dapat mengikuti aktivitas belajar di sekolah atau tempat kursus tapi tidak mampu berkonsentrasi dengan baik. Sedangkan gangguan belajar yang sangat berat yaitu berupa hilangnya minat untuk beraktivitas hanya dialami oleh 14 orang (9,3%).² Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Vistary, dimana diperoleh lebih dari separuh responden (55,6%) mengalami gangguan kegiatan belajar yang ringan. Keluhan perut kembung (38,6%) dan kurang konsentrasi (20%) yang menjadi penyebab utama terganggunya kegiatan belajar. Proporsi yang mengalami gangguan kegiatan belajar ringan lebih banyak terjadi pada responden yang mengalami gejala fisik dan psikis sekaligus yaitu sebesar 75,4%.²

Pada penelitian awal yang telah dilakukan di SMAN 10 Padang dengan menggunakan kuesioner menunjukkan hasil kuesioner memiliki reabilitas yang tinggi (Cronbach alpha based on standardized item > 0.6) dan pada tes validitas per butir soal dengan sampel N = 40 orang, $D(f) = N-2 = 40-2 = 38$, dan di dapatkan $r \text{ tabel} = 0.32$ dan karena $r \text{ item} > r \text{ tabel} = 0.32$ dapat disimpulkan semua item pertanyaan tersebut valid dan reliabel. Oleh karena itu peneliti ingin memilih SMA yang berbeda yang berada di kota padang, dimana peneliti tertarik melakukan penelitian mengenai “Hubungan Sindrom Pramenstruasi Dengan

Derajat Gangguan Kegiatan Belajar Siswi di SMAN 6 Padang”. SMAN 6 Padang merupakan salah satu sekolah menengah atas negeri yang ada di Provinsi Sumatera Barat. Sekolah ini memiliki total murid sebanyak 578 orang yang terbagi atas 253 orang siswa dan 326 orang siswi. Hasil studi awal yang dilakukan peneliti melalui wawancara dengan kepala sekolah SMAN 6 Padang, didapatkan keterangan bahwa sebagian siswi disekolah tersebut sering meminta izin untuk tidak mengikuti pelajaran dengan beristirahat di Unit Kesehatan Sekolah (UKS) bahkan izin pulang karena mengeluhkan sakit perut, sakit kepala, merasa tidak nyaman menjelang menstruasi. Data tahun 2016 berdasarkan data yang telah diambil melalui keterangan absensi di UKS dan ruangan bimbingan konseling menunjukkan sebanyak 26 orang siswi (7,97%) izin untuk beristirahat di UKS dengan keluhan rasa tidak nyaman di perut dan sakit kepala karena menstruasi. Selain itu, berdasarkan data tahun 2018 didapatkan hasil 52 orang (15,95%) orang siswi pada bulan Juli izin pulang dengan alasan sakit perut dan sakit kepala karena menstruasi, kemudian pada bulan Agustus meningkat menjadi 62 orang (19,01%). Berdasarkan data tersebut, peneliti melakukan tanya jawab langsung kepada beberapa orang siswi dan beberapa orang guru di SMA tersebut. Hasil yang didapatkan sangat mendukung data dan keterangan yang diberikan, bahwa sebagian dari siswi mereka mengeluhkan rasa sakit dan emosi tidak dapat dikendalikan beberapa hari menjelang haid. Hal ini pastinya sangat mengganggu mereka bahkan sampai membuat mereka tidak bisa menjalankan kegiatan belajar di sekolah.



1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang masalah diatas, maka dapat dirumuskan masalah penelitian sebagai berikut

1. Berapakah frekuensi sindrom pramenstruasi yang dialami oleh siswi SMA?
2. Berapakah frekuensi derajat gangguan kegiatan belajar akibat sindrom pramenstruasi?
3. Apakah terdapat hubungan antara gejala sindrom pramenstruasi dengan derajat gangguan kegiatan belajar siswi SMA?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Tujuan umum dari penelitian ini untuk mengetahui bagaimana pengaruh sindrom pramenstruasi terhadap kegiatan belajar siswi di SMA.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui frekuensi sindrom pramenstruasi yang dialami oleh siswi SMA
2. Mengetahui frekuensi derajat gangguan kegiatan belajar akibat sindrom pramenstruasi
3. Mengetahui hubungan antara gejala sindrom pramenstruasi dengan derajat gangguan kegiatan belajar siswi SMA

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Secara Teoritis

Hasil penelitian ini akan dapat memperkaya ilmu pengetahuan khususnya dibidang kesehatan terutama kesehatan reproduksi wanita.

1.4.2 Secara Praktis

1. Sebagai masukan bagi institusi yang berwenang untuk digunakan sebagai bahan pertimbangan dalam menentukan kebijakan terkait masalah reproduksi wanita.
2. Sebagai bahan bacaan bagi peneliti selanjutnya, khususnya yang berminat dibidang kesehatan reproduksi.
3. Sebagai pengalaman berharga bagi peneliti sendiri dalam rangka menyelesaikan studi pada program preklinik.
4. Bagi siswi, dapat menambah pengetahuan tentang hubungan sindrom pramenstruasi dengan derajat gangguan kegiatan belajar sehingga siswi dapat melakukan pencegahan.
5. Bagi Sekolah, dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai bahan pertimbangan untuk memberikan kebijakan terhadap siswi yang mengalami sindrom pramenstruasi.

