

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

World Health Organization (WHO) menyebutkan bahwa remaja dengan rentang usia 10-19 tahun memiliki populasi yang lebih besar dibandingkan dengan populasi kelompok usia lainnya. Delapan belas persen (18%) dari populasi penduduk di dunia (7,2 miliar orang) adalah kelompok remaja. Badan Pusat Statistik (BPS) tahun 2023 mencatat jumlah remaja di Indonesia yaitu mencapai 16%, di Sumatera Barat mencakup 34%, dan di Kota Padang mencapai 31,3% dari total populasi. Data diatas menunjukkan bahwa jumlah remaja yang tergolong tinggi di Indonesia dibandingkan dengan kelompok usia lainnya. Sebagai generasi penerus, remaja tentunya memainkan peran penting dalam pembangunan masa depan, sehingga penting untuk memberikan perhatian khusus pada perkembangan dan kebutuhan dalam berbagai aspek, seperti pendidikan dan kesehatan.¹

Remaja mengalami tahap pertumbuhan dan perkembangan kematangan fisik, organ reproduksi dan tercapainya kemampuan reproduksi.² Pada remaja putri terjadi berbagai perubahan fisik yang ditandai dengan pertumbuhan seks sekunder dan seks primer (menstruasi). Siklus menstruasi dikendalikan oleh beberapa interaksi hormon yang terjadi karena adanya ketidakseimbangan hormon, sehingga menimbulkan gangguan pada wanita sebelum datang bulan disebut dengan *premenstrual syndrome*.³

Premenstrual syndrome adalah serangkaian gejala fisik, psikologis, dan emosional yang terjadi selama fase luteal dari siklus ovulasi dan menstruasi. *Premenstrual syndrome* merupakan suatu keadaan yang menerangkan bahwa sejumlah gejala terjadi secara rutin dan berhubungan dengan siklus menstruasi.⁴ Berdasarkan laporan WHO, *premenstrual syndrome* memiliki prevalensi lebih tinggi di negara-negara Asia dibandingkan negara-negara Barat. Hasil penelitian di Indonesia terhadap 260 wanita usia subur, ditemukan terdapat 95% memiliki setidaknya satu gejala sindrom pramenstruasi, dengan tingkat sedang hingga berat.⁵ Selanjutnya, sekitar 80 %-95% perempuan antara

16-45 tahun mengalami gejala-gejala *premenstruasi* yang bisa mengganggu, gejala tersebut biasanya terjadi secara berulang 7-14 hari sebelum menstruasi dan akan menghilang pada saat menstruasi dimulai hingga beberapa hari setelah menstruasi. Kebanyakan remaja di usia reproduktif mengalami gejala *premenstrual syndrome* seperti gelisah, kelelahan, tingkat konsentrasi menurun, nyeri pada perut, terjadi pembengkakan dan rasa tidak nyaman di bagian payudara, depresi, iritabilitas emosional dan tingkah laku.⁶

Pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* merupakan aspek yang sangat penting pada remaja. Kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi mempengaruhi persepsi remaja dengan menganggap *premenstrual syndrome* sebagai gejala fisiologis yang tidak perlu dilakukan penatalaksanaan khusus selain meningkatkan frekuensi dan durasi istirahat, sehingga berdampak pada terganggunya aktivitas sehari-hari.⁷ Berdasarkan hal tersebut, banyak remaja putri yang tidak memahami pentingnya sikap dalam menghadapi *premenstrual syndrome*.⁵ Pengetahuan remaja tentang *Premenstrual syndrome* serta sikap antisipasi pencegahannya merupakan stimulus yang diperlukan agar dapat membentuk pola perilaku remaja yang baik. Pada dasarnya, gejala-gejala *premenstrual syndrome* akan semakin menghebat jika didalam diri seorang wanita terus menerus mengalami tekanan psikologis dan tidak ada upaya pencegahan.⁸ Oleh karena itu, kurangnya pengetahuan, informasi dan juga sikap yang ditimbulkan oleh kalangan remaja putri tentang *premenstrual syndrome* ini dapat memperparah gejala yang dirasakan sehingga menimbulkan kecemasan.⁹

Kecemasan merupakan kejadian emosional seseorang dan kejadian yang khas dari gejala stres. Penyebab pasti munculnya kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome* yaitu faktor hormonal pada tubuh wanita, dengan ketidakseimbangan antara hormone progesteron dan esterogen.¹⁰ Angka kejadian kecemasan akibat dari *premenstrual syndrome* cukup tinggi yaitu sebanyak 20% dari populasi dunia dan sebanyak 48% dialami oleh remaja usia subur. Di Indonesia prevalensi gangguan kecemasan akibat *premenstrual syndrome* berkisar 9-12%.⁶ Berbagai gejala *premenstrual syndrome* baik fisik dan psikis dapat menimbulkan kecemasan dalam menghadapi *premenstrual*

syndrome dan apabila kecemasan tidak segera diatasi bisa menimbulkan berbagai respon dari kecemasan, antara lain kelelahan, takut, tidak tenang, keringat dingin dan gangguan kesehatan seperti sering berkemih, mual muntah, diare dan lain-lain.¹⁰

Pengetahuan tentang Kesehatan reproduksi sangat penting, agar remaja memiliki sikap dan perilaku yang bertanggung jawab terhadap kesehatan diri mereka sendiri. Pembekalan pengetahuan tentang perubahan yang terjadi secara fisik, kejiwaan dan kematangan seksual, akan memudahkan remaja untuk memahami dan tau bagaimana menyikapi berbagai keadaan yang membingungkannya.⁸

Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Wulan dkk. (2021) mengenai terkait Hubungan pengetahuan remaja putri tentang Kesehatan reproduksi dengan kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome* dinyatakan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik mayoritas mengalami kecemasan ringan (64,7%) sebagian kecil mengalami kecemasan ringan (13,3%) dan hanya 2,8% yang mengalami kecemasan berat. Pada kelompok dengan pengetahuan cukup 29,4% mengalami kecemasan ringan sebanyak 29,4%, 73,4 kecemasan sedang, dan 8,5% kecemasan berat. Sementara itu, responden yang memiliki pengetahuan kurang mengalami kecemasan ringan sebanyak 5,9%, kecemasan sedang 13,3% dan kecemasan berat sebesar 88,5%.

Penelitian yang dilakukan oleh Yustika, dkk (2023) mengenai persentase kecemasan responden menghadapi *premenstrual syndrome* menunjukkan bahwa kategori tidak cemas lebih dominan pada responden yang memiliki sikap kurang yaitu sebanyak 22,8%. Sebaliknya persentase kecemasan yang lebih tinggi ditemukan pada responden dengan pengetahuan yang baik yaitu mencapai 87,7%.⁶

Perbedaan hasil antara penelitian Wulan dkk (2021) dengan Yustika, dkk (2023) menunjukkan adanya ketidakkonsistenan dalam temuan terkait hubungan antara pengetahuan dan sikap tentang *premenstrual syndrome* (PMS) dengan tingkat kecemasan pada remaja putri. Hal ini mengindikasikan perlunya penelitian lebih lanjut untuk memperjelas bagaimana hubungan tingkat pengetahuan dan sikap terhadap tingkat kecemasan remaja putri yang

diharapkan dapat menjadi dasar strategi intervensi yang lebih efektif dalam menghadapi *premenstrual syndrome*.

Data Dinas Pendidikan dan Kebudayaan Kota Padang (2024), SMP yang memiliki jumlah siswi terbanyak sekota Padang adalah SMP Negeri 13 Padang. Maka dari itu, saat peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 20 Juni 2024 di SMP Negeri 13 Kota Padang yaitu mewawancarai 15 orang siswi tentang pengetahuan, sikap, dan tingkat kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome*. Didapatkan bahwa seluruh siswi mengalami gejala dari *premenstrual syndrome*. Namun, hanya 3 orang siswi yang mengetahui secara umum terkait *premenstrual syndrome* dan 12 diantaranya belum pernah mendengar istilah *premenstrual syndrome*, hanya 2 orang yang menyikapi gejala tersebut dengan baik yaitu dengan beristirahat yang cukup dan 13 siswi lainnya mengaku membiarkan saja tanpa melakukan apapun, 12 siswi mengaku bahwa gejala-gejala tersebut menimbulkan kekhawatiran dan mengganggu aktifitas belajar.

Berdasarkan uraian di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome* di SMP Negeri 13 Kota Padang.

1.2 Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dari permasalahan pada latar belakang di atas, maka didapatkan rumusan masalah pada penelitian ini yaitu “Bagaimana hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *Premenstrual syndrome* di SMP Negeri 13 Padang?”

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri di SMP Negeri 13 Padang dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome* di SMP Negeri 13 Padang.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja putri SMP 13 Padang dengan *premenstrual syndrome*.
2. Mengetahui distribusi frekuensi sikap remaja putri di SMP 13 Padang dengan *premenstrual syndrome*.
3. Mengetahui distribusi frekuensi tingkat kecemasan remaja putri di SMP 13 Padang dalam menghadapi *premenstrual syndrome*.
4. Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan remaja putri di SMP 13 Padang dengan tingkat kecemasan dalam *menghadapi premenstrual syndrome*.
5. Mengetahui hubungan sikap remaja putri di SMP 13 Padang dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome*.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

1. Sarana bagi peneliti untuk meningkatkan pemahaman terhadap ilmu pengetahuan, melatih pola berpikir kritis, dan sebagai wadah untuk mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang didapatkan selama masa pendidikan, serta sebagai pengalaman dalam melakukan penelitian dan penulisan secara sistematis.
2. Menambah ilmu pengetahuan dan wawasan peneliti mengenai hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri dengan tingkat kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome* pada kemudian hari.

1.4.2 Manfaat Bagi Instansi Kesehatan

Bagi ilmu pengetahuan diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan informasi ilmiah dalam merancang program edukasi kesehatan reproduksi yang spesifik dan efektif untuk remaja putri terutama terkait *premenstrual syndrome*.

1.4.3 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan, penelitian ini dapat menjadi literatur dan menambah informasi hubungan tingkat pengetahuan dan sikap remaja putri

terhadap tingkat kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome*, serta dapat digunakan sebagai referensi untuk pendidikan.

1.4.4 Manfaat Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan mampu meningkatkan kesadaran responden tentang pentingnya memiliki pengetahuan yang memadai dan bersikap positif *premenstrual syndrome* untuk mengurangi kecemasan terkait *premenstrual syndrome*.

