

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Upaya kesehatan remaja merupakan kegiatan yang bertujuan untuk membantu remaja menjadi orang dewasa yang sehat, berpengetahuan, terampil, dan produktif dengan mempersiapkan mereka untuk berperan aktif dalam menjaga dan meningkatkan kesehatan mereka. Perubahan fisik, psikologis, dan sosial yang substansial yang dialami semasa remaja selama masa ini, mengakibatkan kesehatan remaja menjadi sesuatu yang harus diperhatikan dengan seksama (Kementerian Kesehatan RI, 2023).

Menstruasi merupakan kejadian yang penting dalam kehidupan seorang perempuan, ini karena menstruasi menjadi tanda seorang perempuan telah siap untuk menjalankan fungsinya untuk bereproduksi. *Menarche* atau menstruasi pertama kali dimulai sekitar usia 12-14 tahun dan ditandai dengan tanda seksual sekunder tumbuh berkembang, seperti pembesaran payudara, tumbuh rambut ketiak, panggul membesar dan juga mulai berkembangnya organ reproduksi yang siap untuk dibuahi (Rahayu, 2018).

Menstruasi didefinisikan sebagai keluarnya darah secara teratur setiap bulan dari rahim dan merupakan indikasi bahwa organ-organ ginekologi dalam keadaan sehat atau siap untuk bereproduksi (Ginanjarsari, 2020). Sebelum mengalami fase menstruasi, wanita akan mengalami gejala awalan seperti sakit perut, mudah marah, depresi, cemas, perubahan emosi yang tajam, sulit berkonsentrasi, dan lupa. Serangkaian gejala tersebut dikenal dengan nama *premenstrual syndrome* (Astikasari & Kofi, 2022).

Remaja dengan *premenstrual syndrome* akan menjadi kurang produktif saat melakukan tugas sehari-hari. *Premenstrual syndrome* dapat memiliki sejumlah efek negatif pada kinerja akademik siswa, termasuk penurunan fokus belajar, penurunan aktivitas sekolah yang dapat menurunkan motivasi anak dalam belajar, gangguan hubungan pertemanan, dan peningkatan ketidakhadiran di sekolah. Tingkat gejalanya mungkin berbeda, mulai dari yang tidak terlalu parah seperti sakit kepala dan perut kembung hingga yang lebih serius seperti depresi (Irianto, 2017).

Pengetahuan mendasari kesiapan remaja menghadapi menstruasi. Remaja putri yang memiliki pengetahuan baik tentang ciri remaja, pubertas, *premenstrual syndrome*, menstruasi, menarche dan pentingnya perilaku vulva hygiene, lebih siap dalam menghadapi menstruasi. Remaja putri sering kekurangan informasi yang akurat tentang kesehatan pada saat menstruasi, yang dapat menyebabkan perilaku yang salah dan tidak sehat terkait dengan menstruasi yang dialaminya (Rahayu, 2018).

Data *World Health Organization* tahun 2019, 90% wanita di seluruh dunia atau sebanyak 1.769.425 orang menderita *premenstrual syndrome*. Sekitar 65,7% remaja putri di Sri Lanka dilaporkan mengalami gejala *premenstrual syndrome* dalam sebuah penelitian tahun 2012 yang dilakukan oleh *American College of Obstetricians and Gynecologists*. Menurut temuan penelitian Mahin De Lara yang dilakukan di Iran pada tahun 2012, 98,2% wanita berusia antara 18 dan 27 tahun memiliki setidaknya satu gejala *premenstrual syndrome* ringan atau sedang (Aprilyandari & Istiyati, 2018).

Premenstrual syndrome di Indonesia, mempengaruhi 85% populasi dengan remaja mencapai 60-70% kasus. *Premenstrual syndrome* mempengaruhi hingga

20-40% wanita subur dan memiliki gejala yang cukup parah sehingga mengganggu kehidupan mereka. Ketakutan atau kecemasan saat mengalami gejala *premenstrual syndrome* disebabkan oleh ketidaktahuan, pengalaman, atau informasi tentang kondisi tersebut (Oktorika et al., 2020).

Maulidah (2016), dalam penelitiannya yang berjudul "Hubungan Antara Pengetahuan Tentang Sindrom Premenstruasi Dengan Kecemasan Remaja Putri Dalam Menghadapi *Premenstrual Syndrome* Di SMP Negeri 1 Kasihan Bantul Yogyakarta", menyatakan bahwa sebagian besar responden (45%) memiliki pengetahuan yang rendah mengenai *premenstrual syndrome*, yang kemungkinan besar disebabkan oleh kurangnya informasi yang dapat mereka kumpulkan mengenai kondisi tersebut, terutama mengenai gejala dan penanganannya, meskipun responden mengetahui adanya gejala-gejala pramenstruasi. Hal ini sesuai dengan penelitian Maharani (2023), yang melaporkan bahwa 69% responden tidak cukup tahu tentang sindrom pramenstruasi. Lebih lanjut, Desi (2023) mencatat bahwa disminore dan *premenstrual syndrome* sering menjadi penyebab ketidakhadiran siswa perempuan di sekolah dalam studinya yang berjudul, "Peran Tenaga Kesehatan dalam Masalah Menstruasi di Kalangan Remaja di Kecamatan Wanasari". Pada penelitian tersebut, sebanyak 23% siswi tidak masuk sekolah oleh karena *premenstrual syndrome*. Dari jumlah tersebut, sebagian besar (62,5%) tidak masuk sekolah selama satu hari, diikuti oleh 35,4% selama dua hingga tiga hari dan 2,1% selama lebih dari tiga hari.

Studi pendahuluan telah dilakukan oleh peneliti pada bulan Oktober 2023 di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Selemadeg Barat. Peneliti ingin mengetahui pengetahuan dan sikap siswi tentang *premenstrual syndrome*, karena

pengetahuan siswi tentang *premenstrual syndrome* dapat mempengaruhi kesiapan siswi dalam menghadapi tanda dan gejala, serta cara penanganan *premenstrual syndrome*. Dalam proses pencarian data awal dilakukan melalui proses wawancara terhadap 10 siswi di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Selemadeg Barat. Dari 10 siswi tersebut, menyatakan 7 orang tidak mengetahui apa itu *premenstrual syndrome* dan 3 orang menyatakan pernah mendengar tentang *premenstrual syndrome* namun belum memahami artinya. Wawancara juga dilakukan terhadap guru penanggung jawab Usaha Kesehatan Sekolah yang menyatakan bahwa kejadian siswi ijin pulang lebih awal dari sekolah disaat jam pelajaran berlangsung dikarenakan mengalami *premenstrual syndrome* pada bulan Januari sampai Oktober 2023 sebesar 13,8%.

Puskesmas Selemadeg Barat yang menaungi wilayah Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Selemadeg Barat, telah mencanangkan tentang edukasi kesehatan reproduksi pada remaja melalui penyuluhan. Namun penyuluhan tersebut bersifat luas, tidak hanya mengkhusus pada *premenstrual syndrome*. Penyuluhan tersebut juga hanya berlangsung satu kali dalam setahun pada saat tahun ajaran baru dengan sasaran siswa kelas VII yang baru memasuki masa sekolah.

Berdasarkan pemaparan diatas, peneliti tertarik meneliti lebih lanjut mengenai gambaran pengetahuan dan sikap tentang *premenstrual syndrome* pada siswi kelas IX di Sekolah Menengah Pertama Negeri 1 Selemadeg Barat.

B. Rumusan Masalah Penelitian

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, rumusan masalah dalam penelitian ini adalah bagaimana gambaran pengetahuan dan sikap tentang *premenstrual syndrome* pada siswi kelas IX?

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan umum

Tujuan umum dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran pengetahuan dan sikap tentang *premenstrual syndrome* pada siswi kelas IX.

2. Tujuan khusus

- a. Mengidentifikasi karakteristik usia, usia *menarche*, jumlah saudara perempuan, dan sumber informasi pada siswi kelas IX.
- b. Mengidentifikasi pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* pada siswi kelas IX.
- c. Mengidentifikasi sikap tentang *premenstrual syndrome* pada siswi kelas IX.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat teoritis

Secara teoritis hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* untuk mengatasi berbagai keluhan yang dirasakan remaja.

2. Manfaat praktik

- a. Agar peneliti lain dapat melakukan studi lebih lanjut tentang sindrom pramenstruasi, penelitian ini diyakini akan memberikan perspektif dan informasi baru.

- b. Dari segi lokasi penelitian, penelitian ini diharapkan dapat memberikan pendekatan yang berbeda dalam menyelesaikan berbagai permasalahan kesehatan reproduksi yang dihadapi oleh para siswa perempuan, khususnya yang berkaitan dengan *premenstrual syndrome*.
- c. Bagi remaja, dengan penelitian ini diharapkan mendapat pengetahuan mengenai gejala *premenstrual syndrome* dan bagaimana cara menanggulangnya