

**GAMBARAN KEJADIAN GANGGUAN EMOSIONAL SAAT MENSTRUASI
PADA ANGGOTA IBI RANTING JUMAPOLO
KABUPATEN KARANGANYAR
TAHUN 2009**

KARYA TULIS ILMIAH

Untu Memenuhi Sebagian Persyaratan Guna Memperoleh Gelar Ahli Madya
Kebidanan Stikes A. Yani Yogyakarta



Disusun oleh:

SUPARTINI

NPM. 13206028

**PROGRAM DIPLOMA III KEBIDANAN
STIKES A. YANI YOGYAKARTA
2009**

LEMBAR PENGESAHAN

JUDUL : GAMBARAN KEJADIAN GANGGUAN EMOSIONAL SAAT
MENSTRUASI PADA ANGGOTA IBI RANTING JUMAPOLO
KABUPATEN KARANGANYAR TAHUN 2009

PENYUSUN : SUPARTINI

NPM : 13206028

Yogyakarta, Maret 2009

Menyetujui,

Penguji I,

Penguji II,

Penguji III,

Sri Arini Winarti, M.Kep.

Agung Putri, SST.

Hj. Nani Kanari, SST.

Mengetahui,

Ketua Program Studi D III Kebidanan

Tri Sunarsih, SST

PRAKATA

Alhamdulillah, puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis bisa menyelesaikan penyusunan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul: **Gambaran Kejadian Gangguan Emosional Saat Menstruasi pada Anggota IBI Ranting Jumapolo Kabupaten Karanganyar Tahun 2009.**

Dalam menyelesaikan Laporan Karya Tulis Ilmiah ini, penulis banyak mendapatkan pengarahan, bimbingan, dan dukungan dari berbagai pihak, oleh karena itu penulis mengucapkan banyak terima kasih kepada:

1. Sri Werdati, SKM, M.Kes selaku Ketua STIKES A. Yani Yogyakarta.
2. Tri Sunarsih SST selaku Ketua Program Studi Dili Kebidanan STIKES A. Yani Yogyakarta.
3. Agung Putri SST selaku Pembimbing I yang dengan penuh perhatian dan kesabaran memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
4. Hj. Nani Kanari SST selaku Pembimbing II yang dengan penuh perhatian dan kesabaran memberikan bimbingan dan pengarahan dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Seluruh Dosen, Pengurus Yayasan, Staf dan Karyawan Program Dili Kebidanan STIKES A. Yani Yogyakarta yang telah banyak memberikan bantuan, bimbingan dan memfasilitasi penulis dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
6. Kepala Puskesmas Jumapolo drg. Joko Wibowo, staf, dan Karyawan terutama Sri Nuryani dan Enggar yang telah memberikan ijin dan dukungan dalam menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini.
7. Ketua dan Pengurus IBI Ranting Jumapolo yang telah memberikan ijin untuk melaksanakan penelitian pada anggotanya.
8. Seluruh anggota IBI Ranting Jumapolo yang telah bersedia menjadi responden.
9. Orang tua yang telah memberikan kasih sayang dan bimbingannya selama ini.

10. Suami, anak-anakku terutama Prihandhi Jauhar Musthofa, dan menantuku Lina Sulistyowati yang telah memberikan dukungan, doa, dan motivasi dalam menyusun Karya Tulis Ilmiah ini.
11. Hj. Sri Suyati dan H. Wisman dan keluarga yang telah membantu secara moril dan material selama pendidikan sampai selesai.
12. Semua pihak yang telah memberikan bantuan secara langsung maupun tidak langsung sehingga terselesaikannya Karya Tulis Ilmiah ini.
13. Teman-teman satu kelompok yang telah bekerjasama dengan baik dalam pembuatan Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari di dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini masih jauh dari sempurna oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran dengan harapan Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat membantu memberikan informasi khususnya kepada mahasiswa kesehatan dan penulis untuk menggali emosional saat mengalami menstruasi dan pembaca pada umumnya. Amiin

Yogyakarta, Mei 2009

Penulis

STIKES JENDRAL
A. YA
PUSTAKA

DAFTAR ISI

| | |
|---------------------------------------|-----|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iii |
| ABSTRAK | iv |
| PRAKATA | v |
| DAFTAR ISI | vii |
| DAFTAR TABEL | ix |
| DAFTAR GAMBAR | x |
| DAFTAR LAMPIRAN | xi |
| BAB I PENDAHULUAN | 1 |
| 1.1 Latar Belakang Masalah | 1 |
| 1.2 Perumusan Masalah | 2 |
| 1.3 Tujuan Penelitian | 3 |
| 1.4 Manfaat Penelitian | 3 |
| 1.5 Lokasi dan Waktu Penelitian | 3 |
| 1.6 Keaslian Penelitian | 4 |
| BAB II TINJAUAN PUSTAKA | 5 |
| 2.1 Menstruasi | 5 |
| 2.1.1 Pengertian Menstruasi | 5 |
| 2.1.2 Siklus Menstruasi | 5 |
| 2.2 Emosional | 16 |

| | |
|---|-----------|
| 2.2.1 Pengertian Emosional | 16 |
| 2.2.2 Ekspresi dan Emosi..... | 17 |
| 2.3 Hubungan Menstruasi dengan Emosional..... | 19 |
| 2.4 Kerangka Teori..... | 20 |
| 2.4 Kerangka Pemikiran | 21 |
| BAB III METODE PENELITIAN | 22 |
| 3.1. Desain Penelitian | 22 |
| 3.2. Populasi dan Sampel..... | 22 |
| 3.2.1. Populasi..... | 22 |
| 3.2.2. Sampel..... | 22 |
| 3.3. Kriteria Restriksi..... | 23 |
| 3.3.1. Kriteria Inklusi..... | 23 |
| 3.3.2. Kriteria Eksklusi | 23 |
| 3.4. Definisi Operasional | 23 |
| 3.5. Analisis Data | 24 |
| BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN | 25 |
| 4.1. Gambaran Umum Lokasi Penelitian..... | 25 |
| 4.2. Hasil Penelitian..... | 25 |
| 4.3. Pembahasan..... | 28 |
| BAB V SIMPULAN DAN SARAN..... | 31 |
| 5.1. Simpulan | 31 |
| 5.2. Saran | 31 |
| DAFTAR PUSTAKA | 32 |
| LAMPIRAN | |

DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| Tabel 3.1. Gambaran Kejadian Gangguan Emosional..... | 24 |
| Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Gambaran Gangguan Emosional..... | 25 |
| Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Responden..... | 26 |
| Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Umur Responden..... | 26 |
| Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Macam Gangguan Emosional..... | 27 |
| Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Tingkat Emosional | 28 |

PE
STIKES JENDERAL

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1. Skema Kerangka Teori | 20 |
| Gambar 2.2. Skema Kerangka Berpikir | 20 |
| Gambar 4.1. Klasifikasi umur responden..... | 28 |
| Gambar 4.2. Macam Gangguan Emosional | 28 |
| Gambar 4.3. Skor Emosional Responden | 29 |

PERPUSTAKAAN
STIKES JENDERAL A. YANI YOGYAKARTA

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Surat Ijin Penelitian dari STIKES
- Lampiran 2. Surat Ijin Penelitian dari IBI Ranting Jumapolo
- Lampiran 3. Kuesioner
- Lampiran 4. Tabulasi Gangguan Emosional dan Siklus Menstruasi
- Lampiran 5. Tabulasi Data Umur, Macam Gangguan Emosional dan Tingkat Emosional pada Responden dengan Gangguan Emosional
- Lampiran 6. Data Awal
- Lampiran 7. Analisis Deskripsi Frekuensi
- Lampiran 8. Tabulasi Data Kedua
- Lampiran 9. Analisi Deskripsi Frekuensi Data Kedua
- Lampiran 10 Jadwal Penelitian
- Lampiran 11 Lembar Konsultasi

**GAMBARAN KEJADIAN GANGGUAN EMOSIONAL SAAT MENSTRUASI
PADA ANGGOTA IBI RANTING JUMAPOLO
KABUPATEN KARANGANYAR
TAHUN 2009**

Supartini

ABSTRAK

Peristiwa paling penting pada masa pubertas anak gadis ialah gejala menstruasi atau haid, yang menjadi pertanda biologis dari kematangan seksual. Rasa nyeri yang berlebihan pada waktu haid dapat disebabkan ketidakseimbangan dalam pengendalian otot-otot rahim oleh susunan syaraf otonom. Gejala ketegangan prahaid dapat dibagi dalam dua yaitu gejala psikoemesional seperti sukar konsentrasi, rasa takut yang berlebihan, mudah tersinggung, mudah marah dan depresi; dan gejala fisik termasuk insomnia, anoreksia, mual, dan vomitus, perut kembung, rasa nyeri di perut, punggung, pinggang.

Tujuan Penelitian ini adalah untuk mengetahui gambaran gangguan emosional saat menstruasi anggota IBI ranting Jumapolo Kabupaten Karanganyar tahun 2009.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif kuantitatif dengan menggunakan kuesioner sebagai alat pengumpulan data. Penelitian ini dilaksanakan di Jumapolo dengan objek penelitian ialah anggota IBI Ranting Jumapolo yang berjumlah 69 responden. Dari responden tersebut golongan umur ibu yang berumur 21-30 tahun 19, 31-40 tahun 14, dan yang berumur 41-50 ada 4. Data yang didapat dianalisis secara statistik dengan menggunakan uji statistik deskriptif untuk mengetahui gambaran emosional dengan menggunakan software *SPSS for Microsoft Windows release 12.0*. Hasil Penelitian

Dari 37 responden yang mengalami gangguan emosional saat menstruasi didapatkan gambaran emosional yang berupa marah sebanyak 15 orang (40,5%), mudah tersinggung sebanyak 12 responden (32,4%), sedih sebanyak 6 responden (16,2 %), sukar konsentrasi 2 responden (5,4%) dan yang jengkel 2 responden (5,4%).

Kesimpulan penelitian ini didapatkan gambaran gangguan emosional yang berbeda diantara anggota IBI ranting Jumapolo yang mengalami menstruasi. Gambaran gangguan emosional tersebut antara lain marah (40,5%), mudah tersinggung (32,4%), sedih (16,2 %), sukar konsentrasi (5,4%) dan jengkel (5,4%).

Kata kunci: emosional, menstruasi

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah

Peristiwa paling penting pada masa pubertas anak gadis ialah gejala menstruasi atau haid, yang menjadi pertanda biologis dari kematangan seksual. Menstruasi atau haid mengacu kepada pengeluaran secara periodik darah dan sel-sel tubuh dari vagina yang berasal dari dinding rahim wanita. Panjang rata-rata daur menstruasi adalah 28 hari, namun berkisar antara 21 hingga 40 hari. Panjang daur dapat bervariasi pada satu wanita selama saat-saat yang berbeda dalam hidupnya dan bahkan dari bulan kebulan tergantung pada berbagai hal, termasuk kesehatan fisik, emosional, dan nutrisi wanita.

Rasa nyeri yang berlebihan pada waktu haid dapat disebabkan ketidakseimbangan dalam pengendalian otot-otot rahim oleh susunan syaraf otonom. Rangsangan simpatis yang berlebihan sehingga terjadi hipertoni syaraf serabut-serabut otot sirkuler dan isthus uteri atau ostium uteri internum. Hal seperti ini sering dijumpai pada wanita-wanita dengan sistem syaraf tidak stabil.

(dr. Rahadyan, 2005)

Jika perubahan-perubahan itu lebih dari pada biasanya, maka dapat timbul sindiran yang mengganggu wanita dan biasa disebut ketegangan prahaid. Gejala ketegangan prahaid dapat dibagi dalam dua kelompok. Pertama, gejala psikoemesional seperti sukar konsentrasi, rasa takut yang berlebihan, mudah tersinggung, mudah marah dan depresi. Kedua, gejala fisik termasuk insomnia,

anoreksia, nausea, dan vomitus, perut kembung, rasa nyeri di perut, punggung, pinggang. (dr. Rahadyan, 2005)

Ekspresi emosional berdasarkan pada mekanisme genetika artinya semua orang memiliki kemiripan dalam mengekspresikan emosi. Emosi memberikan informasi dari satu orang ke orang yang lainnya. Marah dialami merupakan informasi bahwa ia tidak suka diperlakukan seperti perlakuan yang sudah diterimanya. Emosi dapat muncul tidak disadari dan tanpa diniatkan.

Dari studi pendahuluan diperoleh data pada bulan September-Oktober tahun 2008 ada anggota IBI yang mengalami menstruasi sejumlah 30 orang. Dari anggota IBI yang mengalami menstruasi ada 19 orang (63,33%) mengalami gangguan emosional seperti mudah marah, tersinggung, sedih, malas dan sukar berkonsentrasi. Sedangkan 11 orang (36,67%) tidak mengalami gangguan emosional.

Dari studi pendahuluan diatas peneliti tertarik untuk mengetahui lebih lanjut mengenai gambaran gangguan emosional saat menstruasi : studi kasus pada anggota IBI Ranting Jumapolo Tahun 2009.

1.2 Rumusan Masalah

Dari latar belakang di atas, maka identifikasi masalah bagaimana gambaran gangguan emosional saat menstruasi pada anggota IBI Ranting Jumapolo Tahun 2009.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui gangguan emosional saat menstruasi anggota IBI Ranting Jumapolo Kabupaten Karanganyar tahun 2009.

1.3.2 Tujuan Khusus

1.3.2.1 Untuk mengetahui bagaimana gambaran gangguan emosional saat menstruasi IBI Ranting Jumapolo Tahun 2009.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memperkaya hasil penelitian yang telah ada dan dapat memberi gambaran mengenai gangguan emosional saat menstruasi.

1.4.2 Praktis

Hasil penelitian ini diharapkan dapat membantu memberikan informasi khususnya kepada anggota IBI Ranting Jumapolo Kabupaten Karanganyar mengenai gangguan emosional saat mengalami menstruasi.

1.5 Lokasi dan Waktu Penelitian

1.5.1 Lokasi penelitian : Anggota IBI Ranting Jumapolo

1.5.2 Waktu penelitian : Maret – April 2009

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

4.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian

Ikatan Bidan Indonesia (IBI) ranting Jumapolo terdiri dari 4 Kecamatan, yaitu Jatiyoso, Jatipuro, Jumapolo, dan Jumantono. Perbatasan sebelah timur yaitu kecamatan Tawangmangu, sebelah barat kecamatan Bendosari, sebelah utara kecamatan Matesih, sebelah selatan kecamatan Ngadirojo. Ikatan Bidan Indonesia (IBI) ranting Jumapolo termasuk anggota IBI cabang Karanganyar kabupaten Karanganyar. Jumlah anggota IBI ranting Jumapolo sebanyak 69 orang.

4.2 Hasil Penelitian

Penelitian ini dilaksanakan dalam dua tahap. Pada tahap pertama kuesioner dibagikan kepada 69 responden untuk mengetahui gambaran gangguan emosional yang terjadi.

Tabel 4.1

Distribusi Frekuensi Gambaran Gangguan Emosional

| No | Gangguan Emosional | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|----------------------------------|-----------|----------------|
| 1 | Terjadi Gangguan emosional | 37 | 53,62 |
| 2 | Tidak terjadi gangguan emosional | 32 | 46,38 |
| | Jumlah | 69 | 100 |

Dari 69 responden tersebut didapatkan 37 orang (53,62 %) mengalami gangguan emosional dan 32 orang (46,38%) tidak mengalami gangguan emosional. Pada pelaksanaan tahap kedua, sebanyak 37 responden yang

mengalami gangguan emosional diberikan kuesioner untuk mengetahui tingkatan emosional yang terjadi. Data diatas didapatkan kesimpulan bahwa sebagian besar responden dalam penelitian ini mengalami ganggua emosional sebanyak 53,62%.

Tabel 4.2

Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi Responden

| No | Siklus Menstruasi | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|---------------------------------------|-----------|----------------|
| 1 | Normal (28 hari – 35 hari) | 51 | 73,91% |
| 2 | Tidak normal < 28 hari atau > 35 hari | 18 | 26,09 |
| | Jumlah | 69 | 100 |

Selain hasil di atas, pada penelitian yang dilakukan tahap pertama didapatkan hasil sebagai berikut: siklus menstruasi yang normal (28 hari - < 35 hari) didapatkan 51 responden (73,91 %) dan yang tidak normal (< 28 hari atau > 35 hari) sebanyak 18 responden (26,09%). Untuk siklus menstruasi sebagian besar responden mempunyai siklus menstruasi yang normal yaitu sebanyak 73,91%.

Pada penelitian yang dilakukan tahap kedua didapatkan hasil yaitu:

4.2.1 Umur Responden

Tabel 4.3

Distribusi Frekuensi Umur Responden

| No | Umur Responden | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|----------------|-----------|----------------|
| 1 | 21 – 30 Tahun | 19 | 51,35% |
| 2 | 31 – 40 Tahun | 14 | 37,84% |
| 3 | 41 – 50 Tahun | 4 | 10,81% |
| | Jumlah | 37 | 100 |

Dari tabel distribusi frekuensi umur responden didapatkan golongan umur ibu yang berumur 21-30 tahun ada 19 responden (51,4%), umur antara 31 - 40 tahun ada 14 responden (37,8 %) dan yang berumur 41 - 50 tahun ada 4 responden (10,8 %). Dari hasil ini menunjukkan bahwa sebagian besar umur responden yang mengalami gangguan emosional adalah pada usia antara 21 – 30 tahun sebanyak 51,4%.

4.2.2 Macam Gangguan Emosional

Dari 37 responden yang mengalami gangguan emosional menstruasi didapatkan seperti pada tabel distribusi frekuensi sebagai berikut:

Tabel 4.4

Distribusi Frekuensi Macam Gangguan Emosional

| No | Macam Responden | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|-------------------|-----------|----------------|
| 1 | Marah | 15 | 40,54% |
| 2 | Mudah tersinggung | 12 | 32,43% |
| 3 | Sedih | 6 | 16,22% |
| 4 | Sukar konsentrasi | 2 | 5,405% |
| 5 | Jengkel | 2 | 5,405% |
| | Jumlah | 37 | 100 |

Dari data di atas didapatkan responden yang marah sebanyak 15 orang (40,54%), mudah tersinggung sebanyak 12 responden (32,43%), sedih sebanyak 6 responden (16,22 %), sukar konsentrasi 2 responden (5,4%) dan yang jengkel 2 responden (5,4%).

4.2.2 Tingkat Emosional

Tingkat emosional untuk 37 responden yang mengalami gangguan emosional dapat dideskripsikan dalam tabel berikut ini:

Tabel 4.5
Distribusi Frekuensi Tingkat Emosional

| No | Tingkat emosional | Frekuensi | Persentase (%) |
|----|-------------------|-----------|----------------|
| 1 | Rendah (18 – 30) | 32 | 86,49% |
| 2 | Sedang (8 – 17) | 5 | 13,51% |
| 3 | Tinggi < 7 | 0 | 5 |
| | Jumlah | 37 | 100 |

Dari tabel distribusi frekuensi tingkat emosional didapatkan bahwa 32 responden (86,5%) masih dalam kategori emosional rendah (18 – 30), 5 responden (13,5%) termasuk dalam kategori emosional sedang (8 – 17) dan untuk kategori emosional tinggi < 7 didapatkan hasilnya 0. Sehingga dapat disimpulkan bahwa sebagian besar tingkat emosional responden masih dalam taraf tingkat emosional rendah yaitu sebanyak 86,49%.

4.3 Pembahasan

Pada hakekatnya setiap orang memiliki emosi dari bangun tidur pagi hari sampai waktu tidur malam hari, kita mengalami macam-macam pengalaman yang menimbulkan berbagai emosi pula (Alex Sobur, 2003).

Sindrom premenstruasi adalah kumpulan gejala-gejala fisik, psikologis, dan emosi yang terkait dengan siklus menstruasi wanita. Hampir

separuh populasi wanita usia produktif pernah mengalami premenstruasi sindrom yang mengakibatkan perubahan emosional seperti cepat tersinggung, marah-marah, dan tidak dapat konsentrasi. Ada yang mengatakan bahwa penyebab premenstruasi sindrom adalah meningkatnya kadar estrogen dalam darah yang pada gilirannya menyebabkan munculnya gejala-gejala depresi. Hipotesis sementara penyebab premenstruasi sindrom ini dikarenakan adanya perubahan hormonal, neurotransmitter, diet, obat-obatan, dan gaya hidup.

Gejala premenstruasi sindrom dirasakan pada waktu antara saat ovulasi dan haid (10 – 14 hari sebelum haid) kemudian mehilang pada saat menstruasi hingga beberapa hari setelah haid. Secara fisiologis premenstruasi sindrom terkait dengan fluktuasi hormon yang mempengaruhi siklus menstruasi.

Penyebab munculnya sindrom ini memang belum jelas. Beberapa teori menyebutkan antara lain karena faktor hormonal. Para peneliti melaporkan bahwa salah satu kemungkinan yang kini sedang diselidiki adalah adanya perbedaan genetik pada sensitivitas reseptor dan sistem pembawa pesan yang menyampaikan pengeluaran hormon dalam sel. Kemungkinan lain ialah adanya hubungan dengan gangguan perasaan, faktor kejiwaan, masalah sosial, atau fungsi serotonin yang dialami penderita.

Sebagaimana yang dijelaskan dalam teori yang mendukung pada bagian tinjauan pustaka, siklus menstruasi dapat menimbulkan pengaruh yang nyata pada wanita, baik secara fisik maupun emosional. Gejala-gejala yang mengikuti menstruasi sangat banyak dan kompleks, contoh gejala yang mengikuti ialah: gejala tingkah laku termasuk perasaan lelah, sedih, emosi labil dan kesulitan

untuk bekerja secara efektif. Gejala-gejala tersebut terlihat dalam hasil penelitian ini.

Berdasarkan data hasil penelitian terhadap gambaran gangguan emosional saat menstruasi didapatkan responden mengalami sukar berkonsentrasi, mudah marah, sedih, mudah tersinggung, dan jengkel selama menstruasi.

Hal ini dapat disebabkan oleh adanya faktor hormonal yaitu ketidakseimbangan antara hormon estrogen dan progesteron. Meningkatnya kadar estrogen dalam darah menyebabkan gejala-gejala depresi. Meningkatnya kadar estrogen mengganggu proses kimia tubuh termasuk vitamin B6. Vitamin ini dikenal sebagai vitamin antidepresan karena berfungsi mengontrol produksi serotonin yang penting dalam mengendalikan perasaan seseorang. (Hedi R. Dewoto, 2007:775)

Sehingga yang dialami ketigapuluh tujuh responden termasuk gangguan premenstruasi tension yang mengakibatkan perubahan emosional seperti cepat tersinggung, marah-marah, dan sukar konsentrasi. Seperti yang dikemukakan oleh Sarwono Prawirohardjo (2005:232) keluhan-keluhan terdiri atas gangguan emosional berupa iritabilitas, gelisah, insomnia, nyeri kepala, perut kembung, mual, pembesaran dan rasa nyeri pada mamma, dan sebagainya; sedang pada kasus-kasus berat terdapat depresi, rasa ketakutan, gangguan konsentrasi, dan peningkatan gejala-gejala fisik.

BAB V

SIMPULAN DAN SARAN

5.1 Simpulan

Didapatkan gambaran gangguan emosional yang berbeda diantara anggota IBI ranting Jumapolo yang mengalami menstruasi. Gambaran gangguan emosional tersebut antara lain marah (40,5%), mudah tersinggung (32,4%), sedih (16,2 %), sukar konsentrasi (5,4%) dan jengkel (5,4%). Dan tingkat gangguan emosional anggota IBI ranting Jumapolo yang mengalami menstruasi adalah masih dalam kategori tingkat emosional yang rendah (86,49%).

5.2 Saran

5.2.1 Pemberian Vitamin B6 sebaiknya diberikan kepada Wanita yang mengalami menstruasi untuk mengurangi perasaan emosional yang sering kali mendera.

5.2.3 Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi gangguan emosional saat menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Dewoto, Hedi R., 2007. *Farmakologi dan Terapi*. Jakarta: Departemen Farmakologi FKUI
- Guyton dan Hall, 1997. "Fisiologi Wanita Sebelum Kehamilan dan Hormon-Hormon Wanita". Dalam : *Buku Ajar Fisiologi Kedokteran*. Edisi 9. Jakarta: EGC.
- Hamidi. 2004. *Metode Penelitian Kualitatif*. Malang : Universitas Muhammadiyah Malang.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2005. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- _____. 2007. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Rahadian, 2005. *Gangguan –gangguan Psikologis Seputar Haid*.
- Sadler, T.W., 2000. "Ovulasi hingga Implantasi". Dalam: *Embriologi Kedokteran Langman Edisi 7*. Penerbit EGC. Jakarta.
- Sherwood, 2001. *Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. Edisi 2, Jakarta: EGC.
- Sobur, Alex, M.Si, 2003. *Psikologi umum*. Bandung : Pustaka Setia.