

BAB 1

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Kehidupan seorang wanita terbagi dalam berbagai masa yaitu masa bayi, kanak-kanak, pubertas, remaja, dewasa (reproduksi), klimakterium dan masa menopause (Paath, 2005). Masa remaja adalah periode yang paling rawan dalam perkembangan hidup seorang manusia setelah ia mampu bertahan hidup (*survive*), dimana secara fisik ia akan mengalami perubahan fisik yang spesifik dan secara psikologik akan mulai mencari identitas diri. Dalam proses pencarian identitas diri ini, remaja harus dapat dihadapkan dengan kondisi lingkungan yang juga membutuhkan penyesuaian kejiwaan. Pada masa ini terjadi berbagai macam perubahan dan perkembangan yang cepat baik fisik maupun psikososial (Kurniawan dalam Waryana, 2010).

Menurut Widyastuti, dkk (2009), remaja diklasifikasikan menjadi tiga yaitu remaja awal (10-12 tahun), remaja tengah (13 – 15 tahun) dan remaja akhir (16 – 19 tahun). Pada masa remaja ini mengalami banyak perubahan diantaranya perubahan fisik, menyangkut pertumbuhan dan kematangan organ reproduksi, perubahan intelektual, perubahan bersosialisasi dan perubahan kematangan kepribadian termasuk emosi. Pada perempuan perubahan ini diawali dengan datangnya menstruasi yang pertama kali yang biasa disebut *menarche*, umumnya terjadi antara usia 10 – 16 tahun (Waryana, 2010).

Menarche adalah menstruasi pertama kali yang biasanya terjadi pada usia 12-13 tahun (Prince dalam Waryana, 2010). Badan yang lemah atau penyakit yang

mendera seorang anak gadis bisa memperlambat tibanya menstruasi. Menstruasi adalah darah yang keluar dari vagina wanita sewaktu ia sehat bukan disebabkan oleh melahirkan anak atau karena terluka. Menarche sendiri dipengaruhi oleh beberapa faktor antara lain status gizi, lingkungan, sosial ekonomi, dan derajat kesehatan secara keseluruhan.

Status gizi adalah ekspresi dari keadaan keseimbangan dalam bentuk variabel tertentu (Supariasa, 2002). Status gizi dapat ditentukan melalui pemeriksaan laboratorium maupun secara antropometri. Antropometri merupakan cara penentuan status gizi yang paling mudah dan murah. Indeks Masa Tubuh (IMT) direkomendasikan sebagai indikator yang baik untuk menentukan status gizi remaja (Permeisih dalam Waryana, 2010).

Faktor status gizi remaja putri sangat mempengaruhi terjadinya *menarche* (menstruasi pertama). Makin baik nutrisi dan diet dalam kalori serta protein yang tinggi akan mendorong anak akan mencapai berat dan lemak tubuh kritis pada usia yang lebih muda. Keterlambatan *menarche* yang tinggi pada wanita dewasa menyebabkan *amenorrea* (Waryana, 2010). Usia remaja merupakan usia dimana memulai periode maturasi fisik, emosional, sosial dan ekonomi dan seksual menuju dewasa. Banyak kaum remaja dan dewasa yang menjalankan diet karena khawatir dengan penampilannya. Khususnya pada anak perempuan, cenderung lebih mementingkan penampilannya, sering menghindari gemuk sehingga membatasi diri dengan memilih makann yang tidak banyak mengandung energi, tidak mau makan pagi. Apabila status gizi seorang wanita itu bagus dia tidak akan ada hambatan dalam sistem reproduksinya (Ellya, 2010).

Menstruasi sebenarnya merupakan gejala biologis yang alami, progresif, dan positif sebagai tanda biologis dari kematangan seksual. Sehingga peristiwa itu seharusnya diterima dengan sikap wajar. Namun bila menstruasi menimbulkan kejutan (*shock*) yang sangat hebat disertai dengan iritasi, biasanya anak gadis merasa sakit, disertai dengan mual-mual, cepat lelah, dan berbagai emosi depresif (Proverawati dkk, 2009). Terdapat beberapa gangguan selama siklus menstruasi, salah satunya adalah gangguan premenstruasi yang biasa disebut *Premenstrual Syndrome* (Proverawati dkk, 2009).

Premenstrual Syndrome (PMS) adalah sekumpulan gejala yang muncul akibat perubahan hormon yang terjadi dalam tubuh perempuan menjelang menstruasi (Andika. 2010:36). *Premenstrual syndrome* merupakan salah satu gangguan kesehatan yang sulit didefinisikan secara akurat pada wanita. Perubahan siklik secara fisik, fisiologis dan perilaku seperti perut yang mengembung, perubahan suasana hati dan perubahan nafsu makan yang dicerminkan pada saat siklus menstruasi terjadi. Hal itu terjadi hampir pada semua wanita beberapa waktu antara *menarche* dan *menopause* (Dimmock dalam Varney dkk. 2006 : 351).

Pada umumnya *Premenstrual Syndrome* terjadi pada wanita berusia antara 20 – 50 tahun yaitu dimulai pada masa awal pubertas dan berakhir pada tahap menopause. Dalam suatu penelitian yang dilakukan oleh Irine Christiany menunjukkan bahwa *Premenstrual Syndrome* tidak hanya dialami wanita usia 20-50 tahun, tetapi juga dialami oleh para remaja putri yang berusia sekitar 16-19 tahun.

Penyebab premenstrual syndrome belum diketahui secara pasti, namun ada beberapa teori yang menyebutkan bahwa *Premenstrual Syndrome* disebabkan antara lain karena faktor hormonal yakni ketidakseimbangan antara hormon estrogen dan hormon progesteron. Penyebab lainnya yang memungkinkan terjadi berhubungan dengan kekurangan zat-zat gizi pada wanita (Karyadi, 2008).

Perkiraan untuk prevalensi *Premenstrual Syndrome* adalah sekitar 5%. Tingginya masalah *Premenstrual Syndrome* pada wanita akan berdampak pada produktivitas kerja dan kemampuan belajar. Gejala-gejala tersebut ada yang bersifat cukup berat sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari. Gejala fisik dan psikologis yang sering dilaporkan adalah rasa kembung, pembengkakan dan nyeri payudara, ketegangan emosional, depresi, *mood* (suasana hati yang berubah-ubah dan perasaan lepas kendali (Glasier, 2006).

Menurut penelitian yang pernah dilakukan oleh Magdalena dkk di Kudus pada tahun 2007 tentang obesitas sebagai faktor terjadinya *premenstrual syndrome* pada mahasiswa Akademi Kebidanan Pemerintah Kabupaten Kudus yang melibatkan 371 mahasiswa menunjukkan bahwa obesitas merupakan faktor risiko terjadinya *premenstrual syndrome*, karena semakin meningkatnya body mass index maka makin meningkat pula keluhan *premenstrual syndrome* (Berita Kedokteran Masyarakat, 2007)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti masalah Premenstrual Syndrome juga terjadi pada siswi SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta. Berdasarkan wawancara pada 10 siswi diperoleh 8 siswi yang mengalami mengalami premenstrual syndrome dan 2 siswi lainnya mengaku tidak

mengalami gejala premenstrual syndrome. Dari 8 siswi yang mengalami premenstrual syndrome, 5 diantaranya mempunyai berat badan kurang (Kurus). Berdasarkan latarbelakang diatas maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan status gizi dengan kejadian *premenstrual syndrome* pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta tahun 2012.

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan uraian dalam latarbelakang di atas, maka perumusan masalah dalam penelitian ini adalah : Apakah ada hubungan antara status gizi dengan kejadian *Premenstrual Syndrome* pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta Tahun 2012

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian *Premenstrual Syndrome* pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta tahun 2012.

2. Tujuan Khusus

- a. Mengetahui status gizi pada remaja putri SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta tahun 2012.
- b. Mengetahui kejadian *Premenstrual Syndrome* pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta tahun 2012.
- c. Mengetahui keeratan hubungan antara status gizi dengan kejadian pada remaja putri di SMA Muhammadiyah 4 Yogyakarta tahun 2012.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai sumber informasi yang dapat digunakan pada penelitian selanjutnya.

2. Manfaat Praktis

a. Manfaat Bagi Peneliti

Menambah pengetahuan dan pengalaman dalam penerapan teori yang telah diperoleh selama perkuliahan.

b. Bagi Institusi Pendidikan

Menambah daftar kepustakaan keilmuan di bidang kesehatan pada umumnya mengukur kemampuan mahasiswa dalam melakukan penelitian dan sebagai sumber informasi untuk dasar penelitian lebih lanjut.

c. Bagi Tenaga kesehatan bidan

Menambah informasi mengenai status gizi dan premenstrual syndrome, khususnya dalam penerapannya dalam asuhan kebidanan .

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian yang dilakukan oleh Irine Christiany di SMU Sejahtera Surabaya pada tahun 2009 tentang status gizi, asupan zat gizi mikro hubungannya dengan sindrom premenstruasi pada remaja putri. Penelitian ini dilakukan dengan tehnik observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*.

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri siswi SMU Sejahtera yg bertempat tinggal di Surabaya dengan sampelnya berjumlah 97 orang dan hasilnya menunjukkan bahwa status gizi dan asupan zat gizi mikro (magnesium) secara bersama-sama berpengaruh terhadap sindrom premenstruasi. Perbedaan dalam penelitian ini adalah tempat dan waktu penelitian, subyek dan obyek penelitian, variabel penelitian serta populasi dan sampelnya.

2. Penelitian yang dilakukan oleh Arum Sekar Tanjung berjudul “Hubungan antara asupan gizi dengan kejadian *Premenstrual Syndrome* pada Mahasiswi UNS, dilakukan dengan tehnik penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* dan hasilnya menunjukkan bahwa terdapat hubungan antar asupan gizi dengan kejadian *Premenstrual Syndrome*. Penelitian tersebut dilakukan pada bulan Maret sampai Agustus 2009, di Universitas Sebelas Maret Surakarta dengan subjek penelitian mahasiswi Universitas Sebelas Maret Surakarta. Perbedaan dalam penelitian ini adalah tempat dan waktu penelitian, subyek dan obyek penelitian, variabel penelitian serta populasi dan sampelnya.
3. Penelitian yang dilakukan Magdalena Dian Puspitorini dkk di Akademi Kebidanan Pemerintah Kabupaten Kudus pada tahun 2007 yang berjudul “Obesitas sebagai faktor risiko terjadinya *Premenstrual Syndrome* pada Mahasiswa Akademi Kebidanan Pemerintah Kabupaten Kudus”, dilakukan dengan tehnik observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswa Akbid Pemkab Kudus

dengan sampel 371 dan hasilnya menunjukkan bahwa obesitas merupakan faktor risiko terjadinya *premenstrual syndrome*, karena semakin meningkatnya body mass index maka makin meningkat pula keluhan premenstrual syndrome. Perbedaan dalam penelitian ini adalah tempat dan waktu penelitian, subyek dan obyek penelitian, variabel penelitian serta populasi dan sampelnya.

Berdasarkan uraian di atas, dapat dikatakan bahwa penelitian ini memiliki perbedaan dengan ketiga penelitian tersebut, yaitu terletak pada variabel penelitian, subyek dan obyek penelitian, populasi dan sampel, serta waktu dan tempat penelitian.

PERPUSTAKAAN
JENDERAL ACHMAD YANI
STIKES JENDERAL ACHMAD YANI
YOGYAKARTA