

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar belakang

Menstruasi ialah perdarahan siklus dari rahim yang disertai dengan pelepasan endometrium bagi sebagian besar wanita usia subur yang merupakan tanda bahwa organ rahim wanita berfungsi dengan normal Anggraeni (2018). Menurut Sari dan Priyanto (2018) menstruasi merupakan kombinasi dari genitalia Demikian juga dengan rentang hormon yang kompleks yang berasal dari hipotalamus, hipofisis, dan ovarium. Seorang wanita akan melepaskan sel telur dari salah satu ovariumnya setiap bulannya, bila sel telur itu tidak dibuahi pendarahan (menstruasi) akan terjadi sehingga wanita remaja lebih rentan terhadap masalah menstruasi. Perempuan akan mengalami proses menstruasi tetapi akan menjadi masalah bila tidak mengalami Novita (2018).

Premenstrual Syndrome (PMS) merupakan sekumpulan beberapa gejala fisik, kognitif, afektif dan perilaku yang dialami selama siklus menstruasi hingga fase luteal. PMS ini akan menghilang dalam beberapa hari pada saat permulaan aliran menstruasi Abeje & Berhanu (2019).

Ramadani (2013), Estiani dan Nindya (2018) menjelaskan bahwa gejala PMS pramenstruasi mulai dirasakan berupa gejala fisik dan psikis selama 6-10 hari, akan tetapi gejala yang paling umum ialah iritabilitas (mudah tersinggung) dan disforia (perasaan sedih). PMS

juga ditandai dengan pembesaran payudara, nyeri dan bengkak pada puting, serta mudah tersinggung dan sebagian wanita merasakan gangguan serius seperti kram, sakit kepala, nyeri perut bagian tengah, gelisah, dan kelelahan akibat kontraksi otot polos rahim meningkat, hidung tersumbat dan keinginan untuk menangis. PMS akan dirasakan sekitar 7–14 hari sebelum menstruasi. Menurut Sari dan Priyanto (2018) ada Beberapa wanita mengalami gejala selama 24-48 jam pertama dari siklus menstruasi mereka, tetapi biasanya menghilang setelah itu. Gejala ini sering disebut PMS.

Selain gejala fisik maupun psikis ada juga gejala yang terjadi karena faktor hormonal, Menurut Ritung dan Olivia (2018) gejala yang terjadi pada saat pms disebabkan oleh faktor hormonal, seperti perubahan hormon gonad yaitu hormon estrogen dan progesteron yang mengakibatkan ketidakseimbangan hormon. Hal ini sesuai dengan pendapat Ilmi dan Utari (2018) mengatakan bahwa penyebab faktor utama PMS yaitu faktor hormonal, yang merupakan tidak seimbangnya hormon estrogen dan progesterone serta perubahan kadar serotonin. Ada beberapa faktor yang dapat memperparah gejala PMS pada wanita.

Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya PMS adalah status gizi. Menurut Marwang et al., (2020) ketika akan terjadi peningkatan nafsu makan akan pada perubahan dalam status gizi saat pms karena berdasar pada indeks massa tubuh (IMT), tiap naiknya

1kg/m² pada IMT akan dihubungkan terhadap risiko PMS sebesar 3% dengan peningkatan yang signifikan. Hal tersebut selaras dengan penelitian oleh Rudianti (2015) bahwasanya terdapat hubungan antara status gizi dengan kondisi PMS. Hal ini berdampak pada terjadinya PMS jika penggunaan zat-zat gizi yang dimana ketika kekurangan mengkonsumsi zat-zat besi bisa menjadi penyebab PMS, namun dapat membaik bilamana nutrisi diasup dengan baik.

Marwang et al. (2020) berpendapat bahwa jika seorang wanita berstatus gizi baik, sistem reproduksinya tidak akan terganggu. Ketika seorang wanita mengalami gangguan pada sistem reproduksinya, dia merasakan salah satu gejala PMS yaitu rasa nyeri. Larasati, T. A. & Alatas (2016) kejadian nyeri PMS berhubungan dengan status gizi wanita. Guna melakukan pengukuran status gizi seseorang adalah dengan melihat indeks massa tubuh (IMT). Wanita yang memiliki indeks massa Dibandingkan dengan wanita dengan IMT normal, mereka yang memiliki berat badan berlebih atau di bawah berat badan normal lebih mungkin mengalami nyeri.

Dalam penelitian yang disponsori oleh *WHO (World Health Organization)* pada tahun 2014 Anggraeni (2018) memperlihatkan bahwasanya gejala PMS prevalensinya cukup tinggi yakni sebanyak PMS terjadi pada hampir 75% wanita di seluruh dunia yang berada dalam usia subur. Prevalensi di Amerika adalah antara 70 dan 90 persen, sedangkan di Swedia berkisar antara 61 dan 85 persen, 51,2%

di Maroko, 85% di Australia, 73% di Taiwan, dan 95% di Jepang. Di Indonesia, 70-90% orang Indonesia terkena. Marwang et al. (2020).

Menurut sebuah penelitian oleh *American College of Obstetricians and Gynecologists* (ACOG), setidaknya 85% wanita yang mengalami menstruasi setidaknya memiliki salah satu gejala PMS dan biasanya dialami oleh wanita berusia 14-50 tahun dengan gejala yang bermacam-macam dan tidak sama antar wanita dari bulan ke bulan Sari & Priyanto (2018).

Dari penelitian yang telah dilakukan Menurut *American College of Obstetricians and Gynecologists* (ACOG), 20% hingga 40% wanita usia subur mengalami PMS, dan 2-10% di antaranya menganggapnya sebagai hal yang mengganggu. 80% wanita usia subur mengalami perubahan tubuh selama menstruasi. aktivitas keseharian wanita Siti Muijah & Dewanti (2019).

Diseluruh dunia wanita usia subur yang mengalami PMS sekitar sekitar 75% dan wanita Indonesia yang mengalami gejala PMS sekitar 80–90% Estiani & Nindya (2018). Dari penelitian yang dilakukan di Asia Pasifik, bahwasanya di Pakistan sebanyak 13% wanita mengalami PMS, jepang sebanyak 34% wanita mengalami PMS, Australia sebanyak 43% wanita mengalami PMS, Hongkong sebanyak 17% wanita mengalami PMS Sari & Priyanto (2018).

Asia memiliki prevalensi PMS tertinggi dan Eropa memiliki prevalensi terendah. Frekuensi tertinggi di Asia hingga 98% di Iran. Dari

602 (100%) gadis remaja di Iran (14-18 tahun), ditemukan memiliki setidaknya satu dari PMS Siti Muijah & Dewanti (2019). Wanita Sekitar 70% hingga 90% orang produktif di Indonesia menderita PMS. dan yang mengalami gejala PMS berat sekitar 2%-10% Sari & Priyanto (2018). PMS paling sering terjadi pada remaja putri di umur 14 atau 2 tahun sesudah menarche dan berlangsung hingga menopause Siti Muijah & Dewanti (2019).

Bagi sebagian wanita, gejala PMS bisa cukup parah hingga berdampak merugikan. Biasanya, dampak PMS dapat terganggunya aktivitas sehari-hari, seperti berkurangnya produktivitas di tempat kerja, sekolah. Kemudian, PMS yang parah juga bisa berkaitan dengan tingkatan bunuh diri yang besar, tingkatan musibah, serta permasalahan kejiwaan akut Sari & Priyanto (2018).

Menurut Ilmi & Utari (2018) gejala yang sering dialami oleh wanita yaitu nyeri punggung atau nyeri otot pada saat pms, irritable (rasa cepat marah), nafsu makan meningkat, pola tidur tidak teratur dan sebagainya. Berdasarkan hasil wawancara pada bulan April 2021 terhadap 10 mahasiswi UMKT gejala yang paling sering terjadi adalah irritable / moodyan, stress, nyeri pada bagian perut dan pinggang, nafsu makan meningkat dan pola tidur yang tidak teratur. Dalam wawancara terhadap 10 mahasiswi mendapatkan hasil dengan gejala dan faktor PMS yang berbeda-beda sehingga peneliti tertarik melakukan penelitian terkait hubungan status gizi yang menyebabkan PMS pada

mahasiswi UMKT ketika mengalami gejala saat PMS. Menurut data dari BAA (Badan Administrasi Akademik) UMKT jumlah mahasiswi angkatan 2021 semester 2 berjenis kelamin perempuan yang bukan prodi Ilmu Keperawatan memiliki jumlah 1037 mahasiswi dengan 14 program studi.

Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti melakukan penelitian terkait "Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur".

B. Rumusan Masalah

Berdasarkan latar belakang di atas, maka permasalahan dalam proposal ini diuraikan sebagai berikut. "Apakah terdapat hubungan antara status ginekologi wanita dengan *Premenstrual Syndrome* (PMS) pada Mahasiswi Universitas Kalimantan Timur?"

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Memahami Hubungan Antara *Premenstrual Syndrome* (PMS) dengan Status Gizi Menstruasi pada Mahasiswi Universitas Kalimantan Timur

2. Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi data demografi seperti usia menarche responden, fakultas, semester, usia menarche ibu, usia menarche saudara perempuan.

- b. Untuk mengetahui gambaran Status Gizi Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- c. Untuk mengetahui gambaran *Premenstrual Syndrome* (PMS) Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- d. Untuk Menganalisis Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Harapan dari hasil penelitian ialah bisa memberikan informasi dan menambah wawasan demi pengembangan ilmu pengetahuan di bidang keperawatan terkait hubungan status gizi dengan *Premenstrual Syndrom* (PMS).

2. Manfaat Praktis

a. Bagi Responden

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai sumber informasi yang komprehensif mengenai hubungan antara PMS dan kemampuan wanita untuk berproduksi.

b. Bagi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Penelitian ini dapat bermanfaat untuk menambah wawasan, menambah bahan bacaan, sumber referensi atau bahan rujukan untuk mahasiswi lain yang mencari masukan atau

referensi dalam pengembangan penelitian. Oleh karena itu, mahasiswi dapat melakukan pencegahan untuk menghindari terjadinya *Premenstual Syndrom* (PMS).

c. Bagi Peneliti Selanjutnya

Menambah wawasan pengetahuan dan pengalaman dalam mengaplikasikan ilmu pengetahuan yang telah didapat selama proses dikampus serta mengembangkan kemampuan diri khususnya dalam keperawatan maternitas dan dengan keadaan yang ada di lapangan praktik.

E. Keaslian Penelitian

1. Penelitian senada dilakukan oleh Novita Amerta Nutr (2018) Gangguan menstruasi dan status gizi pada remaja putri yang bersekolah di SMA Al-Azhar Surabaya. Penelitian observasional analitik dengan menggunakan desain potong lintang digunakan dalam penelitian ini. (cross sectional). Setelah dilakukan perhitungan pengambilan sampel secara acak, 98 siswi terpilih sebagai sampel. Sebuah kuesioner digunakan untuk mengumpulkan informasi tentang kelainan menstruasi yang pernah dialami dalam tiga bulan sebelumnya. Anak perempuan berusia 5 hingga 19 tahun diklasifikasikan berdasarkan nilai tabel IMT/U z-score dari WHO. Uji chi-square digunakan untuk analisis data ($p < 0,05$).
- a. Persamaan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu metode

desain penelitian adalah rancangan cross sectional. Teknik pengambilan sampel adalah teknik simple random sampling.

- b. Perbedaannya pada analisa data dengan pada responden dan tempat penelitian dan untuk kuesioner nya penelitian mengkaji 3 bulan terakhir sedangkan penelitian yang saya lakukan menggunakan kuesioner 1 bulan terakhir untuk gejala pms. Uji yang digunakan pada penelitian sebelumnya yaitu menggunakan uji chi-square sedangkan penelitian yang saya lakukan menggunakan uji spearman.

2. penelitian senada dilakukan oleh Sumarni Marwang, Nahira, Marlina Bunga (2020) Status Wanita Dengan Sindrom Premenstruasi Pada Usia Reproduksi di SMAN 18 Makassar. Jenis penelitian ini menggunakan studi cross-sectional dengan desain penelitian deskriptif analitik. Siswi kelas XI SMAN 18 Makassar merupakan kelompok sampel, dan teknik pengambilan sampel yang digunakan adalah probability sampling dengan metode purposive sampling. sebanyak 50 siswi dengan menggunakan uji Chi-Square.

- a. Persamaan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu metode desain penelitian adalah rancangan cross sectional.
- b. Perbedaannya pada responden ini siswi SMA dengan mahasiswi. Penelitian ini di tempat SMAN 18 Makassar dengan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT).

Menggunakan simple random sampling sebagai teknik pengambilan sampel. Uji yang digunakan pada penelitian sebelumnya adalah chi-square, namun penelitian yang saya lakukan saat ini adalah spearman.

3. Penelitian senada dilakukan oleh Ananda Afifa Kurnia Mahardika (2020) Status Gizi, Asupan Kalsium, dan Stres dalam Hubungannya dengan Sindrom Pra Menstruasi pada Mahasiswi Gizi UHAMKA. Metodologi penelitian ini menggunakan desain cross-sectional dengan analisis deskriptif analitik. Sampel penelitian adalah mahasiswi Gizi UHAMKA dengan menggunakan simple random sampling sebanyak 100 mahasiswi dengan menggunakan uji Chi- Square.
 - a. Persamaan penelitian yang dilakukan peneliti yaitu Metode analisis yang digunakan oleh para partisipan dalam penelitian ini adalah studi cross-sectional. Menggunakan simple random sampling sebagai teknik pengambilan sampel.
 - b. Perbedaannya penelitian ini yaitu di UHAMKA dengan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Uji yang digunakan Sementara penelitian yang saya lakukan menggunakan uji spearman, penelitian sebelumnya menggunakan uji chi-square.