

# BAB 1

## PENDAHULUAN

### A. Latar Belakang

Pada umumnya setiap remaja yang mengalami menstruasi mereka akan mengalami gangguan menstruasi yang umum dialami oleh setiap remaja seperti sindrom premenstruasi, yang terkadang memiliki efek negatif pada kehidupannya. Menurut Smeltzer & Bare (2002) sindrom premenstruasi adalah kombinasi gejala yang terjadi sebelum haid dan menghilang dengan awitan aliran menstrual dan dialami oleh banyak wanita sebelum awitan siklus menstruasi.

Sindrom premenstruasi mempengaruhi perubahan tingkah laku yang sangat parah sehingga mengganggu aktivitas sehari-hari. sindrom premenstruasi paling umum mempengaruhi para remaja dan wanita di dalam awal usia 20 – 50 tahun, yaitu dimulai pada tahap awal pubertas dan berakhir pada tahap menopause (Saryono & Waluyo sejati, 2009).

Survey pada tahun 1982 di Amerika Serikat menunjukkan sindrom premenstruasi dialami 50% wanita dengan sosial ekonomi menengah yang datang ke klinik ginekologi. Selain itu sekitar 14% wanita antara usia 20 – 50 tahun, mengalami sindrom premenstruasi yang sangat hebat pengaruhnya sehingga mengharuskan mereka beristirahat dari sekolah atau kantornya (Joseph & Nugroho, 2010).

Menurut penelitian Djati (2003) terhadap remaja putri di sebuah SMK Tamtama, menyatakan bahwa sekitar 80% perempuan mengalami sindrom premenstruasi dan 10-20% tak berdaya menghadapinya. Ova (2008) juga menyatakan bahwa frekuensi gejala premenstruasi cukup tinggi pada wanita Indonesia yaitu 80-90%, dan gejala tersebut sangat berat dan mengganggu kegiatan sehari-hari. Di Eropa, angka kejadian sindrom premenstruasi pada remaja perempuan adalah sebesar 35%, dan hal tersebut sangat mempengaruhi aktifitas sehari-hari mereka (Dennerstein, Lehert, Backstorm, Heinemann, 2010).

Gejala dari sindrom premenstruasi sangat beragam dari satu wanita ke wanita lainnya dan dari satu siklus ke siklus berikutnya pada wanita yang sama. Ciri-ciri dari sindrom premenstruasi biasanya ditandai dengan gejala fisik yang meliputi, perut kembung, nyeri dibagian payudara, sakit kepala, tumbuh jerawat, tidak bertenaga, sembelit atau diare, nafsu makan bertambah, sariawan dan bengkak abdominal. Sedangkan gejala emosional meliputi mudah tersinggung, cemas, susah tidur, gelisah, sulit berkonsentrasi, merasa lemas dan tidak bertenaga, tidak nafsu makan, perubahan dorongan seksual dan hipersensitivitas secara emosional (Sarwono & Waluyo sejati, 2009).

Pada awal 1980an di Inggris muncul perhatian publik terhadap sindrom premenstruasi dan sampai saat ini riset kecil masih dilakukan untuk melingkupi sindrom premenstruasi (Sarwono & Waluyo sejati, 2009). Menurut Smeltzer & Bare (2002), beberapa wanita melaporkan gangguan hidup yang parah akibat sindrom premenstruasi yang secara negatif

mempengaruhi hubungan interpersonal mereka dan juga dapat menjadi faktor dalam mengurangi produktivitas, kecelakaan yang berkaitan dengan pekerjaan dan ketidakhadiran ditempat kerja.

Mekanisme koping adalah berbagai usaha yang dilakukan individu untuk menanggulangi stress yang dihadapi oleh setiap remaja didalam kehidupannya (Stuart & Sundeen, 1998). Lazarus & Folkman (1985) mengatakan bahwa mekanisme koping merupakan suatu proses dimana individu berusaha untuk menangani dan menguasai situasi stres yang menekan akibat dari masalah yang sedang dihadapinya dengan cara melakukan perubahan kognitif maupun perilaku guna memperoleh rasa aman dalam dirinya.

Remaja merupakan periode transisi antara masa kanak-kanak ke masa dewasa atau ke masa usia belasan tahun. Perry & Potter (2006) mengatakan bahwa remaja adalah periode perkembangan selama dimana individu mengalami perubahan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Masa remaja biasanya antara usia 13 – 20 tahun. Pada masa remaja penyesuaian dan adaptasi dibutuhkan untuk mengkoping perubahan simultan dan usaha untuk membentuk perasaan identitas yang matur di masa lalu. Banyak yang menyamakan bahwa remaja sebagai periode yang penuh gejolak dan tekanan yang diisi dengan kekacauan dalam diri. Adaptasi yang dibutuhkan mendorong remaja mengembangkan mekanisme koping dan gaya perilaku yang akan digunakan atau diadaptasi sepanjang kehidupan.

Dari survey yang telah dilakukan peneliti di SMA N 1 Sokaraja, terdapat 320 remaja putri. Dari 320 remaja putri tersebut mengalami sindrom premenstruasi, bahkan sebagian dari remaja putri mengatakan bahwa gejala dari sindrom premenstruasi sangat mengganggu aktifitas sehari-hari mereka khususnya di dalam kegiatan belajar di sekolah, oleh karena itu peneliti ingin mengetahui mekanisme coping remaja dalam menghadapi sindrom premenstruasi di SMA N 1 Sokaraja.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan uraian dalam latar belakang diatas dapat dirumuskan masalah penelitian: Bagaimana mekanisme coping remaja dalam menghadapi sindrom premenstruasi di SMA N 1 Sokaraja?

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan umum**

Untuk mengetahui Mekanisme coping remaja dalam menghadapi sindrom premenstruasi di SMA N 1 Sokaraja.

### **2. Tujuan khusus**

a. Untuk mengetahui karakteristik remaja saat menghadapi sindrom premenstruasi di SMA N 1 Sokaraja.

b. Untuk mengetahui mekanisme coping remaja saat menghadapi sindrom premenstruasi di SMA N 1 Sokaraja.

## **D. Manfaat Penelitian**

### **1. Bagi Peneliti**

Dapat menambah pengalaman dan wawasan bagi peneliti di dalam menerapkan ilmu pengetahuan yang pernah di dapat di bangku kuliah khususnya tentang keperawatan maternitas serta meningkatkan pengetahuan dalam penelitian sehingga dapat di jadikan pedoman dalam penelitian selanjutnya.

### **2. Bagi Responden**

Peneliti berharap penelitian ini dapat bermanfaat bagi responden sebagai informasi tentang mekanisme koping remaja dalam menghadapi sindrom premenstruasi sehingga dapat menerapkan mekanisme koping yang baik dalam menghadapi sindrom premenstruasi.

### **3. Bagi Institusi**

Menambah kepustakaan mengenai mekanisme koping remaja dalam menghadapi sindrom premenstruasi, serta memberikan informasi dan masukan yang dapat digunakan dalam menentukan strateg dalam perencanaan pendidikan keperawatan maternitas.

## **E. Penelitian Terkait**

1. Menurut penelitian Khaerunisa 2010: meneliti tentang mekanisme koping mahasiswi keperawatan dalam menghadapi dismenore di jurusan keperawatan FKIK Unsoed Purwokerto. Metode penelitian ini adalah Deskriptif kualitatif dengan pendekatan fenomenologis. pengambilan

sampel dilakukan dengan metode purposive sampling dan dianalisis dengan menggunakan model analisis interaktif Milles dan Huberman. Hasil penelitian ini menghasilkan 12 tema yang menggambarkan mekanisme koping mahasiswi keperawatan dalam menghadapi dismenore yaitu pengetahuan tentang pengertian dismenore, pengetahuan tentang penyebab dismenore, asumsi tentang dismenore, perubahan fisik yang dialami saat dismenore, perubahan psikologis yang dialami saat dismenore, perubahan aktifitas yang dialami saat dismenore, pengetahuan tentang pengertian mekanisme koping, sikap dalam menghadapi dismenore, perilaku dalam menghadapi dismenore, faktor fisik yang mempengaruhi mekanisme koping, faktor psikologis yang mempengaruhi mekanisme koping dan faktor dukungan sosial yang mempengaruhi mekanisme koping.

Pada penelitian Khaerunisa menggunakan metode deskriptif kualitatif, dengan pendekatan fenomenologis, pengambilan sampel dilakukan dengan metode purposive sampling dan dianalisis dengan menggunakan model analisis interaktif Milles dan Huberman. Sedangkan pada peneliti menggunakan metode deskriptif analitik, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Cluster Sampling* dan *Simple Random Sampling*.

2. Menurut penelitian Yuni Rachmania (2010) meneliti tentang hubungan antara tipe kepribadian dengan emosi negatif pada mahasantri PPP Al-Hikmah Al-Fathimiyah yang mengalami *Premenstrual syndrome* (PMS). Metode penelitian ini adalah kuantitatif, dengan menggunakan teknik korelasi dalam penelitian ini sampel ditetapkan sampel populatif. Jumlah subyek dalam penelitian ini adalah 61 mahasantri. Instrument penelitian yang digunakan adalah angket, alat tes dan skala. Untuk angket PMS terdiri dari 8 pertanyaan, untuk alat tes EPI dan skala emosi negatif terdiri dari 23 pertanyaan. Analisis yang digunakan dalam penelitian ini adalah menggunakan *Product Moment Pearson*.

Hasil dari analisis dalam penelitian kuantitatif ini dengan menggunakan analisa perhitungan korelasi product moment dilakukan dua kali perhitungan, pertama analisis hubungan antara tipe kepribadian ekstrover dengan emosi negatif didapatkan nilai  $r_{xy} = 0,143$  dan  $p = 0,909$  dengan analisis kedua, yaitu hubungan antara tipe kepribadian introvert dengan emosi negatif dengan nilai  $r_{xy} = -0,133$  dan  $p = 0,498$ . Karena nilai  $p > \alpha$  (0,05) dapat dikatakan bahwa tidak ada hubungan antara tipe kepribadian (ekstrovert-introvert) dengan emosi negatif. Kondisi tersebut, juga sangat mungkin dipengaruhi oleh adanya validitas internal (*historis, maturasi, difusi, atau imitasi perlakuan, instrumentasi, regresi statistik*) dan validitas eksternal.

Pada penelitian Yuni Rachmania menggunakan metode penelitian kuantitatif, dengan menggunakan teknik korelasi, sampel ditetapkan

sampel populatif. Jumlah subyek dalam penelitian ini adalah 61 mahasantri. Instrument penelitian yang digunakan adalah angket, alat tes dan skala. Sedangkan pada peneliti menggunakan metode deskriptif analitik, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *Cluster Sampling* dan *Simple Random Sampling*.

