

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Sindrom premenstruasi merupakan suatu kondisi serta keluhan yang biasanya dimulai seminggu hingga beberapa hari sebelum menstruasi dimulai dan hilang setelah menstruasi dimulai, meskipun terkadang berlangsung hingga akhir menstruasi. Sindrom premenstruasi memiliki gejala seperti kecemasan, depresi, perubahan suasana hati, kelelahan, penambahan berat badan, kembung, nyeri dada, kram, dan nyeri punggung, yang dapat muncul sekitar 7-10 hari sebelum menstruasi dimulai dan memuncak saat menstruasi dimulai (Kusmiran, 2018).

Menurut penelitian World Health Organization (WHO), sindrom premenstruasi lebih tinggi di negara Asia dibandingkan di negara Barat (Sitorus *et al.*, 2020). Menurut data dari Gao *et al.* (2022) sekitar 90% wanita usia subur di dunia mengalami sindrom premenstruasi ringan hingga akut. Pada data tersebut, 2% sampai 8% wanita usia subur mengalami PMDD (*Premenstrual dysphoric disorder*). Berdasarkan data di Indonesia, kejadian wanita yang mengalami sindrom premenstruasi sekitar 80-90% dan dengan gejala ringan hingga berat (Rahayu, 2019). Prevalensi sindrom premenstruasi (PMS) di Indonesia semakin meningkat, dimana sekitar 80% wanita muda berusia remaja menderita gejala premenstruasi sindrom yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari (Afifah *et al.*, 2020).

Gadis remaja lebih cenderung mengalami sindrom premenstruasi pada awal siklus menstruasi. Hal ini dapat diperkuat dengan penurunan serotonin selama fase luteal yang dapat merangsang gangguan *mood*. Hal tersebut sejalan dengan

tingkatan gangguan *mood* yang akan meningkat dengan adanya perubahan hormonal pada remaja (Susanti *et al.*, 2018). Kecemasan adalah suatu kondisi patologis yang hampir sama dengan sebuah kekhawatiran yang dimanifestasikan dengan gangguan suasana hati atau *mood* yang berdampak pada pikiran dan perilaku atau aktivitas seseorang (Almokhtar *et al.*, 2019)

Berdasarkan data global terkait tingkat kecemasan pada mahasiswa kedokteran, yang dilakukan oleh Quek *et al.* (2019) pada 40.348 mahasiswa, sebanyak 33.8% mahasiswa kedokteran mengalami kecemasan. Studi lain di tingkat regional yang dilakukan oleh Srinivasagam dan Satriyasa (2020) menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Udayana, didapatkan bahwa mayoritas mahasiswa prodi kedokteran yang menjadi sampel penelitian ini mengalami tingkat kecemasan ringan, yaitu sebesar 89.5%, sedangkan 4.2% dan 6.3% secara berturut-turut merupakan persentase kecemasan sedang dan berat pada sampel, dengan gender perempuan (55.8%) lebih dominan mengalami kecemasan.

Mahasiswi yang mengalami kecemasan cenderung khawatir terus-menerus terhadap kondisi buruk yang dihadapinya, terutama ketika mahasiswa mengalami gangguan reproduksi seperti sindrom premenstruasi. Faktor psikologis yaitu stres dan kecemasan berpengaruh sangat besar terhadap timbulnya sindrom premenstruasi (Andiarna, 2018). Penelitian yang dilakukan oleh Ani dan Purwati (2020), pada mahasiswi semester VI Prodi Keperawatan Universitas Aisyiyah Yogyakarta, menunjukkan bahwa tingkat kecemasan berpengaruh pada tingkat *premenstrual syndrome* (uji *Kendall tau*, $p\text{-value } 0,001 < 0,05$ dengan nilai *coeffisien contingency* 0,396). Dalam penelitian tersebut, sebagian besar mahasiswi

mengalami tingkat kecemasan ringan dan mengalami *premenstrual syndrome* (PMS) ringan 14 responden (22,2%).

Menurut data, Mahasiswa Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha berjumlah 221 dengan jumlah mahasiswi sebanyak 125 mahasiswi. Dimana berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan melalui wawancara secara acak pada beberapa narasumber yang merupakan mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha, didapatkan hasil bahwa masih adanya mahasiswi yang mengeluhkan sindrom premenstruasi disertai dengan adanya kecemasan. Data tersebut tentunya belum dapat mencerminkan seluruh mahasiswi, namun menjadi sebuah indikasi bahwasanya adanya kecenderungan mahasiswi mengalami kecemasan yang juga berdampak pada peningkatan sindrom premenstruasi.

Berdasarkan data yang telah dipaparkan, diperlukan penelitian tentang kecemasan dan sindrom premenstruasi untuk dapat mengetahui hubungan antar dua variabel tersebut. Hal ini agar dapat mengetahui bagaimana pencegahan dan penanganan kedepannya. Oleh sebab itu, penulis tertarik dan melakukan penelitian terkait “Hubungan Kecemasan dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha”.

1.2 Rumusan Masalah

Bagaimana Hubungan Kecemasan dengan Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan sindrom premenstruasi mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui tingkat kecemasan mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.
- b. Untuk mengetahui tingkat sindrom premenstruasi mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.
- c. Untuk menganalisis hubungan kecemasan dengan sindrom premenstruasi mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi dan bukti empiris terkait Hubungan Kecemasan dengan Sindrom Premenstruasi mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan dasar bagi peneliti lain untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai Sindrom Premenstruasi.

b. Bagi Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai Hubungan Kecemasan dengan Sindrom Premenstruasi pada mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.

c. Bagi Program Studi

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai Hubungan Kecemasan dengan Sindrom Premenstruasi dan dapat dijadikan data acuan dalam penyusunan program penanganan sindrom premenstruasi yang nantinya dapat membantu mahasiswi yang mengalami Sindrom Premenstruasi terkait tatacara penanganannya, sehingga tidak mengganggu proses belajar dan produktivitas mahasiswi tersebut.

