

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Remaja menurut *World Health Organization* (WHO) adalah individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. Di sisi lain, berdasarkan Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia nomor 25 tahun 2014, remaja diartikan sebagai penduduk yang berada dalam rentang usia 10-18 tahun⁽¹⁾. Masa remaja adalah fase kritis dalam perkembangan individu, ditandai dengan maturasi organ-organ fisik, terutama organ reproduksi. Periode ini menunjukkan perubahan hormonal, fisik, psikologis, dan sosial yang dikenal sebagai masa pubertas. Pada remaja perempuan, salah satu ciri pubertasnya adalah menstruasi⁽²⁾.

Perhatian terhadap masalah kesehatan reproduksi tetap signifikan di Indonesia. Permasalahan reproduksi pada remaja perempuan dapat mengakibatkan dampak serius seperti malnutrisi, keterlambatan pertumbuhan, penyakit, dan tingkat stres yang meningkat, salah satunya adalah (PMS) *Premenstrual Syndrome*⁽³⁾. *Premenstrual Syndrome* (PMS) adalah kumpulan gejala yang terdiri dari gangguan fisik dan psikis. Gejala ini biasanya muncul sekitar satu minggu hingga beberapa hari sebelum awal menstruasi dan cenderung menghilang setelah menstruasi dimulai, meskipun terkadang dapat berlangsung hingga berakhirnya periode haid⁽⁴⁾.

Walaupun kejadian *Premenstrual Syndrome* tidak mengancam nyawa, namun dapat mempengaruhi produktivitas dan kesehatan mental seorang Wanita⁽⁵⁾. *Premenstrual Syndrome* (PMS) kerap kali menghambat kinerja sehari-hari Wanita sehingga dapat menurunkan produktivitas⁽⁶⁾. Gejala

premenstrual syndrome memiliki dampak yang signifikan terhadap tingkat kualitas hidup, yang mencakup penurunan konsentrasi, prestasi kerja, serta peningkatan ketidakhadiran di lingkungan sekolah dan tempat kerja. Selain itu, gejala ini juga dapat mengganggu hubungan dengan keluarga dan aktivitas sosial⁽⁷⁾.

Hasil literature review dari penelitian yang dilakukan Aprilyandari (2019) bahwa kurangnya pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya dalam hal menstruasi cenderung mendorong remaja mengabaikan kesehatan dan pada akhirnya remaja akan memiliki tindakan yang membahayakan bagi dirinya sendiri⁽³⁾. Remaja memerlukan informasi yang tepat tentang proses reproduksi, sehingga remaja memiliki sikap dan perilaku yang bertanggung jawab atas proses reproduksi guna mempersiapkan masa yang akan datang. Pengetahuan remaja yang rendah terkait *Premenstrual Syndrome* dapat berdampak negatif pada cara mereka mengatasi kondisi tersebut. Risiko munculnya berbagai masalah kesehatan reproduksi, seperti infeksi organ reproduksi, meningkat pada mereka yang kurang paham dan tidak menerapkan penanganan sesuai kaidah kesehatan⁽⁵⁾.

Faktor-faktor penyebab *premenstrual syndrome* (PMS) melibatkan ketidakseimbangan hormonal, terutama antara estrogen dan progesteron. Selain itu, faktor keturunan, pola makan, tingkat aktivitas fisik, serta faktor psikologis seperti kecemasan, depresi, dan stres juga berperan dalam munculnya *premenstrual syndrome*⁽⁸⁾.

Salah satu faktor penyebab *premenstrual syndrome* adalah kurangnya aktivitas fisik yang berpengaruh pada penurunan kadar endorfin. Kadar

endorphin yang dapat ditingkatkan melalui aktivitas fisik, memainkan peran penting dalam mengelola gejala *premenstrual syndrome*. Aktivitas fisik tidak hanya meningkatkan kesehatan secara keseluruhan dan mencegah penyakit, tetapi juga berkontribusi pada keseimbangan hormonal. Beberapa wanita mengalami gejala *premenstrual syndrome* yang signifikan, yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari mereka. Ketidakaktifan fisik dapat menyebabkan defisiensi endorfin, yang pada gilirannya dapat memperburuk *premenstrual syndrome*. Oleh karena itu, melalui aktivitas fisik seperti olahraga, dapat merangsang pelepasan endorfin dan menciptakan perasaan ketenangan saat mengalami sindrom premenstruasi⁽⁹⁾.

Menurut World Health Organization (WHO), lebih dari setengah dari jumlah penduduk dunia berada dalam kelompok usia di bawah 25 tahun, dan sekitar 80% dari mereka tinggal di negara-negara berkembang⁽¹⁰⁾. Berdasarkan proyeksi Badan Perencanaan Pembangunan Nasional (Bappenas) jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2018 mencapai 256 juta jiwa. Jumlah tersebut terdiri dari 133,17 juta jiwa laki-laki dan 131,88 juta jiwa perempuan. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut Sensus Penduduk sebanyak 43,5 juta jiwa atau sekitar 18% dari jumlah penduduk⁽¹¹⁾. Di Provinsi Jawa Barat, pada tahun 2022, jumlah penduduk remaja putri usia 10-19 tahun tercatat sebanyak 3.886.070 jiwa. Remaja putri usia 10-19 tahun di Kabupaten Tasikmalaya tahun 2021 adalah 150.931 jiwa dan jumlah remaja putri usia 10-19 tahun di Kecamatan Sukaraja tahun 2021 sebanyak 4.156 jiwa⁽¹²⁾.

Berdasarkan data yang diambil dari jurnal Archives of Internal Medicine, sebuah studi yang melibatkan 3000 wanita menunjukkan bahwa sekitar 90%

dari mereka mengalami *Premenstrual Syndrome* sebelum periode menstruasi⁽¹⁰⁾. Hasil studi yang dilakukan oleh Fatimah (2019), prevalensi *Premenstrual Syndrome* di seluruh dunia bervariasi. Di Libanon, ditemukan bahwa 54,6% populasi mengalami sindrom ini, sementara di Srilanka mencapai 65,7%. Sementara itu, di Iran angkanya mencapai 98,2%, di Brazil sekitar 39%, di Australia sekitar 44%, dan di Jepang sekitar 34%⁽¹³⁾. Sementara di Indonesia angka prevalensi ini dapat mencapai 85% dari seluruh populasi wanita usia reproduksi, yang terdiri dari 60-75% mengalami *Premenstrual Syndrome*⁽⁵⁾.

Premenstrual Syndrome (PMS) di beberapa daerah di Indonesia menunjukkan variasi hasil. Di Jakarta Selatan, sekitar 45% siswi SMK mengalami PMS. Sementara di Padang, sekitar 51,8% siswi SMA laporkan mengalami PMS. Di Purworejo, pada siswi sekolah menengah atas, prevalensi PMS mencapai 24,6%. Pada tahun 2012 di Semarang, prevalensi kejadian PMS tercatat sekitar 24,9%⁽⁹⁾. Hasil penelitian pada siswi Sekolah Menengah Atas (SMA) di Kota Bogor menunjukkan bahwa semua peserta penelitian mengalami PMS, sebanyak 32,2% dari mereka melaporkan keluhan dengan tingkat ringan, sementara 67,8% mengalami keluhan dengan tingkat sedang hingga berat⁽¹⁴⁾.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh penulis pada tanggal 17 Februari 2024 di Posyandu Remaja Dusun Cibogo Desa Janggala, mendapati jumlah remaja putri usia 15-20 tahun sebanyak 10 orang, dan semua dari mereka (100%) mengalami premenstrual syndrome (PMS) dengan gejala fisik, psikologi dan perilaku serta kurang mengetahui bahwa pencegahan premenstrual syndrome bisa dilakukan dengan aktivitas fisik secara rutin. Dari hasil tersebut, didapati sebanyak 5 orang mengalami premenstrual syndrome

ringan (50%), kemudian mengalami premenstrual syndrome sedang sebanyak 4 orang (40%) dan mengalami premenstrual syndrome berat sebanyak 1 orang (10%).

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk melakukan “Asuhan Kebidanan Remaja Pada Nn. R Usia 19 Tahun Dengan *Premenstrual Syndrome* Di Desa Janggala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya”.

1.2 Tujuan Penulisan

1.2.1 Tujuan Umum

Mampu memberikan asuhan kebidanan remaja pada Nn. R usia 19 tahun dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan di Desa Janggala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya.

1.2.2 Tujuan Khusus

1. Dapat melakukan pengkajian data subjektif pada Nn. R usia 19 tahun dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan di Desa Janggala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya.
2. Dapat melakukan pengkajian data objektif pada Nn. R usia 19 tahun dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan di Desa Janggala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya.
3. Dapat melakukan analisa pada Nn. R usia 19 tahun dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan di Desa Janggala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya.

4. Dapat melakukan penatalaksanaan asuhan pada Nn. R usia 19 tahun dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan di Desa Janggala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya.
5. Dapat melakukan pendokumentasian asuhan pada Nn. R usia 19 tahun dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan di Desa Janggala Kecamatan Sukaraja Kabupaten Tasikmalaya.

1.3 Manfaat Penulisan

1.3.1 Bagi Klien

Setelah dilakukan asuhan diharapkan meningkatkan pengetahuan dan pemahaman tentang *Premenstrual Syndrome* serta mampu mengurangi keluhan baik secara fisik maupun psikis pada saat mengalami *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan.

1.3.2 Bagi Pelaksana

Meningkatkan pengetahuan, wawasan, pengalaman dan terampil dalam melakukan asuhan pada remaja dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan.

1.3.3 Bagi Lembaga Praktik, Edukatif dan Birokrasi

1. Bagi Lembaga Praktik

Sebagai masukan atau bahan evaluasi bagi lahan praktik dalam melakukan asuhan kebidanan pada remaja dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan.

2. Bagi Lembaga Edukatif

Sebagai sumber referensi, sumber bacaan dan bahan Pustaka di Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya khususnya mengenai Asuhan Kebidanan Pada Remaja Dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan.

3. Bagi Lembaga Birokrasi

Mampu menjadi pedoman kebijakan dan referensi dalam penatalaksanaan asuhan kebidanan pada remaja dengan *Premenstrual Syndrome* yang memperhatikan pemberdayaan perempuan.