

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Premenstrual Syndrome (PMS) merupakan kumpulan gejala fisik dan emosional yang muncul secara siklikal sebelum menstruasi dan menghilang saat menstruasi terjadi. PMS dapat berdampak signifikan terhadap kualitas hidup wanita yang terkena, dengan gejala yang mencakup perubahan suasana hati, depresi, kecemasan, iritabilitas, serta gejala fisik seperti kembung, nyeri payudara, dan sakit kepala (Dilbaz & Aksan, 2021).

Menurut *World Health Organization* (WHO), PMS memengaruhi sekitar 30% hingga 40% wanita usia reproduktif secara global, dengan tingkat gejala dari ringan hingga berat. Di Indonesia, prevalensi PMS cukup tinggi, dengan berbagai studi melaporkan bahwa sekitar 30% hingga 50% wanita usia reproduktif mengalami gejala PMS dengan intensitas yang bervariasi (Nainar et al., 2021). Penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Suwarno (2024) terhadap kejadian PMS pada kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia Universitas Pertahanan yang didukung oleh faktor risiko aktivitas fisik menunjukkan bahwa dari 95 responden yang diukur menggunakan kuesioner *shortened Premenstrual Assesment Form* (SPAF), 14 responden (14.7%) dengan PMS ringan, 41 responden (43.1%) dengan PMS sedang, dan 40 responden (42.1%) dengan PMS berat. Temuan ini menunjukkan tingginya prevalensi PMS berat di kalangan kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia yang menuntut perhatian lebih terhadap faktor-faktor yang berkontribusi terhadap kondisi ini.

Gejala PMS umumnya termasuk rasa lelah, insomnia atau hipersomnia, peningkatan atau penurunan nafsu makan, nyeri sendi dan otot, serta ketidaknyamanan di perut bagian bawah. Secara psikologis, wanita dengan PMS sering mengalami perubahan suasana hati yang drastis, perasaan tertekan, kecemasan, iritabilitas, dan kadang-kadang bahkan penurunan kepercayaan diri dan penarikan diri dari lingkungan sosial (ACOG, 2021). Gejala PMS yang bervariasi dan sering kali parah ini dapat memengaruhi kinerja akademis dan kegiatan sehari-hari kadet mahasiswi di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia. Sebagai kadet, mereka tidak hanya menghadapi tekanan akademis tetapi juga harus menjalani kegiatan fisik dan latihan militer. Kombinasi tekanan fisik dan emosional ini dapat memperburuk gejala PMS dan memengaruhi performa mereka secara keseluruhan.

Faktor risiko terjadinya PMS sangat beragam, termasuk gaya hidup, genetik, kesehatan mental, dan aktivitas fisik. Faktor genetik seperti riwayat keluarga yang mengalami PMS juga dapat meningkatkan risiko. Selain itu, gangguan mental seperti depresi atau kecemasan dan kurangnya aktivitas fisik juga berkontribusi terhadap tingkat keparahan gejala PMS (Kwon et al., 2022; Siminiuc & Turcanu, 2023).

Berdasarkan penelitian Suwarno (2024) telah diidentifikasi bahwa banyak kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia mengalami gejala PMS yang signifikan dan memengaruhi kinerja mereka baik dalam bidang akademis maupun fisik. Penelitian ini merupakan penelitian lanjutan berdasarkan penelitian sebelumnya yang menunjukkan adanya prevalensi kejadian PMS yang tinggi pada kadet mahasiswi dan bertujuan untuk melanjutkan dan memperdalam

pemahaman mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kejadian PMS di kalangan kadet mahasiswi tersebut.

Dengan memahami faktor-faktor ini, diharapkan dapat dikembangkan intervensi yang efektif untuk mengurangi dampak PMS pada kualitas hidup dan kinerja akademis mereka. Selain itu, penelitian ini juga bertujuan untuk meningkatkan kesadaran dan pemahaman mengenai PMS di kalangan tenaga medis dan pendidikan, sehingga dapat memberikan dukungan yang lebih baik bagi mereka yang membutuhkan. Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai dasar untuk kebijakan dan program intervensi yang dapat membantu mengurangi kejadian PMS dan meningkatkan kualitas hidup kadet mahasiswi di Universitas Pertahanan Republik Indonesia.

1.2 Rumusan Masalah

Mengingat tingginya prevalensi kejadian PMS di kalangan kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia yang dapat mengganggu aktivitas dan produktivitas kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia, perhatian lebih perlu diberikan pada faktor-faktor yang memengaruhi kejadian sindrom pramenstruasi pada kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia. Maka, penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi apa saja faktor-faktor yang memengaruhi kejadian PMS pada kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan di Universitas Pertahanan Republik Indonesia?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengeksplorasi dan memahami faktor-faktor yang memengaruhi kejadian sindrom pramenstruasi (PMS) pada kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu

Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia, sehingga dapat digunakan sebagai dasar untuk mengembangkan intervensi yang efektif dalam mengurangi dampak PMS dan meningkatkan kualitas hidup serta kinerja akademis kadet mahasiswi.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Mengidentifikasi faktor-faktor yang memengaruhi kejadian sindrom pramenstruasi pada kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia serta hubungannya dengan kejadian sindrom pramenstruasi (PMS).
- b. Mengidentifikasi pengaruh lingkungan akademis dan sosial terhadap intensitas gejala PMS pada kadet mahasiswi.
- c. Mendapatkan gambaran mengenai prevalensi dan gejala sindrom pramenstruasi (PMS) pada kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

- a. Penelitian ini dapat memperdalam pemahaman tentang faktor-faktor yang memengaruhi kejadian sindrom pramenstruasi (PMS) pada kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia.
- b. Hasil penelitian ini dapat dijadikan sebagai landasan untuk pengembangan ilmu kesehatan terkait sistem reproduksi wanita.

1.4.2 Manfaat Praktis

- a. Bagi universitas, khususnya Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan, hasil penelitian ini dapat memperkaya literatur dan menjadi bahan kajian jika ditemukan faktor-faktor yang memengaruhi kejadian sindrom

pramenstruasi (PMS) pada kadet mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia.

- b. Bagi peneliti, penelitian ini dapat menjadi landasan untuk studi dan penelitian lanjutan mengenai faktor-faktor yang memengaruhi kejadian sindrom pramenstruasi (PMS), serta menyediakan data dasar bagi peneliti lainnya.

1.4.3 Manfaat Akademik

- a. Penelitian ini dapat menjadi referensi bagi mahasiswa, dosen, dan peneliti dalam bidang kesehatan.
- b. Temuan dari penelitian ini dapat digunakan sebagai bahan ajar dalam mata kuliah yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi dan ginekologi.
- c. Penelitian ini dapat mendorong mahasiswa untuk melakukan penelitian lanjutan mengenai PMS dan faktor-faktor yang memengaruhinya, serta mengembangkan solusi-solusi inovatif untuk mengatasi masalah kesehatan yang dihadapi oleh wanita.
- d. Hasil penelitian ini dapat digunakan untuk mengembangkan kurikulum yang lebih komprehensif dalam bidang kesehatan reproduksi wanita.