

KARAKTERISTIK *PREMENSTRUAL SYNDROME* PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER ANGKATAN 2017 DI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS UDAYANA

Fasha Syawalia Heryaningtyas¹, I Wayan Artana Putra², Jaqueline Sudiman²

¹Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

²SMF Obstetri dan Ginekologi RSUP Sanglah Denpasar

Koresponding Author: Fasha Syawalia Heryaningtyas

Email : Fashash17@gmail.com

ABSTRAK

Premenstrual Syndrome (PMS) atau yang dikenal juga dengan sindroma prahaid. *Premenstrual Syndrome* dapat didefinisikan sebagai kumpulan keluhan dan atau gejala seperti gejala perilaku, fisik, dan atau perilaku yang terjadi pada wanita usia reproduksi. Penelitian ini memiliki bertujuan untuk mengetahui karakteristik *premenstrual syndrome* pada mahasiswa program studi pendidikan dokter angkatan 2017 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif cross-sectional yang dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Data dalam penelitian ini merupakan data primer yang didapatkan dari hasil penyebaran kuesioner, kemudian data dianalisis dengan menggunakan program SPSS. Hasil yang didapat menunjukkan bahwa dari 124 responden, sebagian responden berusia 19 tahun (62,1%), yang memiliki gejala psikologis (74,2%), gejala fisik (62,9%), gejala perilaku (46,8%). Pada gejala fisik, responden sebagian responden mengalami timbul jerawat (80,6%) dan nafsu makan meningkat (75,8%). Pada gejala psikologis, sebagian besar responden mengalami perubahan mood (92,7%) dan mudah marah (83,9%), sedangkan pada gejala perilaku responden mengalami suka menentang / berdebat (54,0%) dan mudah menangis (46,0%).

Kata kunci: Karakteristik, Premenstrual Syndrome, Mahasiswa

ABSTRACT

Premenstrual Syndrome (PMS) or also known as premenstrual syndrome, is a collection of complaints and or physical, emotional, and behavioral symptoms that occur in women of reproductive age. The purpose of this study is to determine the characteristics of dysmenorrhea in medical students class of 2017 at the Faculty of Medicine Udayana University. This study is a cross-sectional descriptive study conducted at Faculty of Medicine, Udayana University. The data in this study is primary data obtained from the questionnaire distribution. Data were analyzed using SPSS program. Data were analyzed using the SPSS program. The results showed that out of 124 respondents, the majority of respondents were 19 years old (62.1%), who had psychological symptoms (74.2%), physical symptoms (62.9%) and behavioral symptoms (46.8%). In physical symptoms, most respondents experienced acne (80.6%) and increased appetite (75.8%). In psychological symptoms, most respondents experienced a change in mood (92.7%) and irritability (83.9%), whereas in the behavioral symptoms the most prominent symptoms were argue (54.0%) and easily cried (46.0 %).

Keywords: Characteristics, Premenstrual Syndrome, Students

PENDAHULUAN

Menstruasi/haid adalah siklus alamiah yang dialami wanita yang berupa pengeluaran darah dan pelepasan endometrium atau dinding rahim secara periodik, yang normalnya memiliki siklus berkisar antara 21-35 hari.¹

Premenstrual Syndrome (PMS) atau yang sering dikenal dengan sindroma prahaid. *Premenstrual Syndrome* dapat didefinisikan sebagai suatu kumpulan berupa keluhan dan atau beberapa gejala seperti gejala fisik, gejala perilaku dan gejala emosional yang terjadi pada perempuan saat usia reproduksi. Sindroma prahaid biasanya akan dirasakan pada 7-10 hari sebelum menstruasi datang dan akan menghilang setelah darah menstruasi keluar dan seringkali sindroma prahaid dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari.²

Menurut *American Collage of Obstreticians and Gynecologis* dalam penelitiannya didapatkan sebanyak 85% wanita menstruasi yang mengalami minimal satu dari gejala *Premenstrual Syndrome*.³

Berbagai penelitian telah dilakukan di beberapa negara untuk menentukan prevalensi, etiologi, dan penatalaksanaan *Premenstrual Syndrome*. Namun, mengenai data-data tentang *Premenstrual Syndrome* masih banyak belum didapatkan di Indonesia. Maka dari itu dilakukan penelitian untuk mengetahui data-data mengenai karakteristik *Premenstrual Syndrome* pada perempuan usia reproduktif di Indonesia. Sampel yang digunakan pada penelitian ini adalah Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Angkatan 2017 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana di provinsi Bali. Pada penelitian ini, peneliti mengambil sampel angkatan 2017 karena pada mahasiswa angkatan 2017 masih menyesuaikan kehidupan dengan kegiatan yang lebih banyak dan diharapkan dengan adanya hasil penelitian tersebut dapat mengedukasi tentang cara mengatasi *Premenstrual Syndrome*.

BAHAN DAN METODE

Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif dengan metode potong-lintang (*cross-sectional descriptif*). mencari karakteristik *Premenstrual Syndrome* pada mahasiswi fakultas kedokteran Universitas Udayana. Subjek pada penelitian ini dipilih dari populasi yang telah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria Inklusi adalah Mahasiwi Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2017 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana dan telah menyetujui surat persetujuan penelitian. Kriteria eksklusi adalah mahasiswi yang tidak mengumpulkan kuesioner penelitian.

Sampel pada penelitian ini diambil menggunakan kebijakan peneliti sendiri dengan menggunakan seluruh sampel. Dalam penelitian ini sampel diambil dari seluruh Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2017 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer, dimana semua data yang dibutuhkan berasal dari hasil penyebaran kuesioner pada mahasiswa program studi pendidikan dokter angkatan 2017 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana.

Data akan diinput kedalam IBM SPSS 22.0 yang kemudian diverifikasi. Analisis data dilakukan secara deskriptif kemudian disajikan dalam bentuk narasi dan tabel. Penelitian ini sudah mendapatkan persetujuan etik dengan nomor 1258/UN14.2.2/PD/KEP/2018 tertanggal, 22 Mei 2018.

HASIL

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni-Oktober 2018 di Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. Sebanyak 160 kuesioner disebar kepada seluruh Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter angkatan 2017, kemudian kuesioner dipilih responden yang sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi, sehingga didapatkan 124 responden yang kemudian dijadikan sampel dalam penelitian ini.

Tabel 1. Karakteristik Umur Sampel

Umur (Tahun)	Jumlah	%
17	3	2,4
18	35	28,2
19	77	62,1
20	8	6,5
21	1	8,0
Total	124	100

Berdasarkan tabel 1 didapatkan bahwa karakteristik umur sampel paling banyak pada umur 19 tahun yaitu 62,1% dan paling sedikit yaitu pada umur 21 tahun sebanyak 8,0%.

Tabel 2. Distribusi Berdasarkan Jenis Gejala *Premenstrual Syndrome*

Premenstrual Syndrome	Ya		Tidak	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Gejala Fisik	78	62,9	46	37,1
Gejala Psikologis	92	74,2	32	25,8
Gejala Perilaku	58	46,8	66	53,2

Berdasarkan tabel 2 gejala *Premenstrual Syndrome* dibagi menjadi gejala fisik, gejala psikologis, dan gejala perilaku. Gejala paling banyak yang dirasakan yaitu gejala psikologis sebanyak 74,2%.

Tabel 3. Distribusi Berdasarkan Gejala Fisik

Gejala Fisik	Ya		Tidak	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Rasa Lelah / Lemah	82	66,1	42	33,9
Perut Kembang / Nyeri / Bengkak	52	41,9	72	58,1
Payudara Timbul Jerawat	82	66,1	42	33,9
Nafsu Makan Meningkat	100	80,6	24	19,4
Sakit Kepala	94	75,8	30	24,2
Nyeri Sendi	37	29,8	87	70,2
Nyeri Otot	48	38,7	76	61,3
	61	49,2	63	50,8

Berdasarkan tabel 3 keluhan yang dirasakan paling banyak yaitu timbulnya jerawat sebanyak 80,6%. Pada keluhan rasa lelah/lemah dan bengkak pada payudara mendapat hasil yang sama, yaitu sebanyak 66,1%.

Tabel 4. Distribusi Berdasarkan Gejala Psikologis

Gejala Psikologis	Ya		Tidak	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Rasa Cemas	55	44,4	69	55,6
Mudah Tersinggung	97	78,2	27	21,8
Tegang	25	20,2	99	79,8
Perubahan Mood	115	92,7	9	7,3
Mudah Marah	104	83,9	20	16,1

Berdasarkan tabel 4 pada gejala psikologis, keluhan yang sering dirasakan yaitu perubahan mood sebanyak 92,7% kemudian disusul oleh mudah marah sebanyak 83,9%.

Tabel 5. Distribusi Berdasarkan Gejala Perilaku

Gejala Perilaku	Ya		Tidak	
	Jumlah	%	Jumlah	%
Suka Menyendiri	39	31,5	85	68,5
Suka Menentang / Berdebat	67	54,0	57	46,0
Mudah Menangis	57	46,0	67	54,0

Berdasarkan tabel 5 didapatkan keluhan yang banyak dirasakan pada gejala perilaku adalah suka menentang/berdebat yaitu sebanyak 54,0%.

PEMBAHASAN

Hasil analisis data dari 124 responden menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami gejala psikologis, dengan frekuensi sebanyak 92 orang (74,2%). Hasil penelitian ini didukung pula oleh penelitian yang dilakukan oleh Septa Ayu Bungasari, dkk.⁴ pada tahun 2015 yang penelitiannya yang dilakukan pada 54 responden didapatkan bahwa yang mengalami gejala psikologis sebanyak 54 orang (100%).

Yonkers dkk.^{5,6} menyatakan bahwa gejala psikologis merupakan kunci utama pada gejala *Premenstrual Syndrome*, mekanisme dasarnya adalah melibatkan otak. Menurut beberapa peneliti, faktor utama yang mempengaruhi gejala psikologis itu sendiri adalah karena adanya ketidakseimbangan antara kadar hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh sebelum memasuki fase menstruasi itu berlangsung. Hormon estrogen dan progesteron tersebut yang nantinya akan mempengaruhi kadar serotonin dalam otak, seperti yang kita ketahui bahwa kadar serotonin tersebut secara langsung mempengaruhi suasana hati seseorang sehingga terjadi perubahan psikologis, fisik dan perilaku pada remaja yang sedang memasuki fase *Premenstrual Syndrome*.

Pada distribusi berdasarkan gejala fisik yang terdiri dari rasa lelah/lemah, perut kembung, nyeri/bengkak pada payudara, timbul jerawat, nafsu makan yang meningkat, nyeri sendi, nyeri otot dan sakit kepala. Pada penelitian ini, didapatkan keluhan yang bervariasi dan dari beberapa keluhan tersebut, sebanyak 100 orang (80,6%) yang mengeluhkan timbulnya jerawat.

Hasil penelitian ini juga diperkuat oleh penelitian Septa Ayu Bungasari pada tahun 2015, dalam penelitiannya, yang dilakukan pada 54 responden didapatkan 45 orang (83,3%) dengan keluhan timbulnya jerawat. Sedangkan pada penelitian yang dilakukan oleh Lusi Wahyuni, dkk.^{4,2} pada tahun 2016 dengan jumlah responden sebanyak 111 responden, didapatkan 84 orang (75,7%) yang mengeluhkan timbulnya jerawat.

Perubahan hormon tersebut dapat menyebabkan kelenjar sebacea memproduksi sebum yang lebih banyak dari biasanya. Kelenjar sebacea yang memproduksi banyak sebum tersebut akan menyumbat pori-pori sehingga terjadilah timbulnya jerawat.⁷

Pada distribusi berdasarkan gejala fisik responden pada penelitian ini menunjukkan bahwa sebanyak 115 orang (92,7%) mengalami perubahan mood, sedangkan 104 orang (83,9%) mengalami keluhan mudah marah. Hasil penelitian ini serupa dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Septa Ayu Bungasari, didapatkan sebanyak 52 orang (96,3%) mengeluhkan perubahan mood dan 47 orang (87,1%) mengeluhkan mudah marah.⁴

Perubahan yang terjadi pada hormon estrogen tersebut akan mempengaruhi hormon serotonin itu sendiri.⁵ Berkurangnya hormon serotonin akan menimbulkan efek depresi, kemarahan, agresivitas, iritabilitas, dan perasaan lemah.²

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa 67 orang (54,0%) mengeluhkan suka menentang/berdebat. Pada wanita yang sedang mengalami *Premenstrual Syndrome* akan terjadi perubahan hormon estrogen dan hormon progesteron. Perubahan hormon tersebutlah yang akan berpengaruh terhadap penurunan sintesis serotonin. Kadar serotonin itu sendiri akan berpengaruh terhadap suasana hati dan perilaku.⁴

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa mahasiswa yang berumur 19 tahun sebanyak 66,7%. Berdasarkan gejala *Premenstrual Syndrome* sebanyak 74,2% mengalami gejala psikologis. Keluhan berdasarkan gejala fisik, sebanyak 80,6% mengalami timbulnya jerawat. Berdasarkan gejala psikologis, keluhan yang sering dikeluhkan adalah perubahan mood sebanyak 92,7% dan perasaan mudah marah sebanyak 83,9%. Pada penelitian ini berdasarkan gejala perilaku sebanyak 54,0% mengeluhkan suka menentang/berdebat dan sebanyak 31,5% mengeluhkan mudah menangis.

SARAN

Hasil pada penelitian ini, yang berupa karakteristik *premenstrual syndrome*, diharapkan dapat menjadi acuan atau landasan untuk dilakukan penelitian lebih lanjut. Penelitian selanjutnya dapat dilakukan dengan menambah jumlah sampel dan variabel dalam penelitiannya.

DAFTAR PUSTAKA

1. Setiawati, Sugma Epri. Pengaruh Stres Terhadap Siklus Menstruasi pada Remaja. Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. 2015;3(2): 1-5.
2. Ramadani, Mery. 2013. Premenstrual Syndrome. Jurnal Kesehatan Masyarakat, 2013;7(1): 1-5
3. Saryono dan Waluyo, S. Sindrom Premenstruasi. Yogyakarta : Nuha Medika. 2009.
4. Bungasari, Septa Ayu., Tendeau, Hermie M. M., Suparman, Edi. Gambaran Sindroma Prahaid Pada Remaja. Jurnal e- Clinic (e-CI), 2015;3(1): 3-6.
5. Yonkers K, O'Brien PMS, Eriksson E. Premenstrual syndrome. 2008.
6. Rodiani., Anisa Rusfiana. Hubungan Premenstrual syndrome (PMS) terhadap Faktor Psikologis pada Remaja. 2016;5(1): 3-5.
7. Johnson TA. Visual Guide to Premenstrual Syndrome (PMS). [diunduh 8 Desember 2014]. Tersedia dari: <http://www.webmd.com/women/pms/ss/slideshow-premenstrual-syndrome-pms>