

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang Masalah

Premenstrual syndrome (PMS) dapat menurunkan motivasi seseorang. Baik itu motivasi belajar maupun motivasi untuk melakukan aktivitas yang lain. Menurut Proverawati (2009:107), bahwa gejala-gejala seperti nyeri perut, nyeri pada payudara, berat badan meningkat, mudah marah, nafsu makan meningkat, mood tidak stabil, takut, sensitif, putus asa, keinginan untuk beraktivitas menurun, sulit berkonsentrasi, cemas, dan lepas kendali pada saat menjelang datangnya menstruasi, merupakan gejala dari *premenstrual syndrome* (PMS).

Gelala-gejala tersebut merupakan penghambat seseorang untuk melakukan aktivitas yang positif, seperti belajar. Hal tersebut sesuai dengan pendapat Maslow yang telah dikutip oleh Santrock (2008:512), bahwa manusia itu membutuhkan keamanan jiwa. Perasaan takut, cemas, ketidakseimbangan mental, dan kegoncangan-kegoncangan emosi yang lain dapat mengganggu kelancaran belajar siswa. Karena disebabkan hal tersebut motivasinya untuk melakukan aktivitas belajar terganggu.

Mudjiono dan Dimiyati (1999) juga menyebutkan dalam bukunya, bahwa kondisi jasmani dan rohani sangat berpengaruh terhadap motivasi belajar seseorang. Seseorang yang kondisi jasmani dan rohaninya baik, maka

motivasi belajarnya akan meningkat. Begitu juga sebaliknya, seseorang yang kondisi jasmani dan rohaninya kurang baik, maka motivasi belajarnya akan menurun.

Dari data awal melalui wawancara dengan enam mahasiswi FKMS di UIN Malang (tanggal 3 April 2014), telah ditemukan beberapa alasan karena keluhan-keluhan yang dirasakan oleh mahasiswi FKMS sebelum menstruasi yang menyebabkan mereka tidak masuk kuliah. Alasan-alasan tersebut sebagai berikut:

“tiap bulan pasti ada hari dimana saya tidak masuk kuliah mbak, bukan karena saya tidak mau mengikuti perkuliahan, tapi karena saya tidak kuat menahan sakit perut ketika menjelang menstruasi. Kalau lagi sakit begitu saya tidak bisa konsentrasi. Apa yang dijelaskan dosen tidak ada yang masuk dalam memori saya. Bawaannya ingin berbaring terus pokoknya kalau lagi begitu mbak. Mau masuk kuliah gimana mbak, duduk aja sulit. Punggung rasanya kaku semua. Kadang malah tugas pun tidak saya kerjakan. Baru nanti kalau sudah reda sakitnya, saya mulai nyentuh tugas satu-persatu.”

Penggalan wawancara selanjutnya:

“jangan belajar mbak, beranjak dari kasur aja males. Makan kalau tidak dipaksa teman-teman bisa seharian saya tidak makan. Bukannya diet, tapi nggak mood mbak. Pengen marah, nangis, banting-banting barang gitu. Sprei kasur saya itu loh sampek beli empat kali. Ya gitu mbak kalo lagi kesakitan dan pengen marah, tak tarik-tarik sampek sobek. Saya sering dikatain kesurupan sama teman-teman kalo lagi mau datang bulan” (wawancara, 03 April 2014).

Dari hasil wawancara di atas ditemukan empat dari enam mahasiswi FKMS di UIN Malang yang malas mengerjakan tugas dan tidak mengikuti kegiatan kuliah dikarenakan mengalami *premenstrual syndrome* dan dua

mahasiswi karena alasan yang lain. Kondisi tersebut disebabkan oleh lemahnya minat belajar mahasiswi itu sendiri. Yang perlu dikhawatirkan ialah apabila kondisi mahasiswa dengan minat belajar yang rendah dikarenakan mengalami *premenstrual syndrome*, maka tingkat prestasi belajarnya akan menurun. Hal ini dibuktikan dengan adanya fakta yang mengacu pada salah satu faktor internal yang mempengaruhi motivasi belajar yaitu kondisi jasmani dan rohani yang bisa berupa kesehatan fisik.

Dalam kasus ini motivasi belajar sebagai solusi utama yang diharapkan mampu meningkatkan tingkat prestasi belajar mahasiswa. Dengan sistem *balance of motivation* (motivasi yang berimbang), yaitu antara motivasi yang berasal dari intern mahasiswa disadarkan kembali akan pentingnya belajar demi mendapatkan nilai terbaik, juga perlu adanya motivasi ekstern yang berasal dari seluruh pihak baik dosen, teman, serta keluarga.

Menstruasi adalah tanda bahwa siklus masa subur telah dimulai. Menstruasi terjadi saat lapisan dalam dinding rahim luruh dan keluar dalam bentuk yang dikenal dengan darah menstruasi. Menstruasi ini sebenarnya merupakan gejala biologis yang alami, progresif, dan positif sebagai tanda biologis dari kematangan seksual. Sehingga peristiwa itu seharusnya diterima dengan sikap wajar. Akan tetapi jika menstruasi disertai dengan gejala-gejala yang tidak wajar, maka telah terjadi kelainan pada menstruasi yang salah satunya adalah *premenstrual syndrome* (PMS) (Proverawati, 2009:79).

Gejala *premenstrual syndrome* (PMS) ternyata bukan hal yang normal. *Premenstrual syndrome* (PMS) adalah berbagai gejala fisik dan emosional (psikologis) yang terkait dengan perubahan hormonal karena siklus menstruasi. Berbagai gejala ini biasanya muncul tujuh atau sepuluh hari sebelum menstruasi, dan hilang beberapa hari setelah menstruasi dimulai (Proverawati, 2009:107).

Sindrom pramenstruasi mungkin berhubungan dengan naik atau turunnya kadar estrogen dan progesterone yang terjadi selama siklus menstruasi. Estrogen menyebabkan penahanan cairan, yang mungkin menyebabkan bertambahnya berat badan, pembengkakan jaringan, rasa nyeri pada payudara, serta perut kembung. Penyebab terjadinya sindrom pramenstruasi ini tidak diketahui secara pasti. Namun, hal ini diduga berhubungan dengan faktor sosial, budaya, biologi dan psikis. Sindrom pramenstruasi ini terjadi pada 70-90% wanita pada usia subur. Dan, lebih sering ditemukan pada wanita berusia 20-40 tahun (El Manan, 2011:143).

Menurut teori psikoanalisis, gejala-gejala PMS merupakan manifestasi dari konflik peran sebagai wanita. Haid diartikan sebagai suatu stimulus yang mengancam konflik yang telah direpresi. Secara tidak sadar, penderita PMS menggunakan fungsi haidnya untuk menyatakan ketegangan sebagai akibat situasi lingkungan yang menekan, kesukaran dalam hubungan antar pribadi, atau oleh sikapnya sendiri terhadap kewanitaannya.

Karena sifatnya yang hormonal dan temporer, maka gejala yang ditimbulkannya pun sangat beragam. Tidak setiap bulan wanita mengalami

gejala *premenstrual syndrome* (PMS) ini. Ada kalanya sang wanita tidak mengalaminya sama sekali.

Gejala emosional yang biasanya terjadi adalah emosi yang seperti tidak terkontrol, perasaan cemas, selalu terlihat murung, mudah marah, mudah tersinggung, mudah panik, *libido* yang tinggi hingga keadaan sedih yang tak terbendung, dan pada akhirnya menangis.

Selain gejala yang berhubungan dengan emosional, gejala fisik juga kerap mendatangi wanita saat *premenstrual syndrome* (PMS). Umumnya gejala fisik ini berhubungan dengan kondisi kesehatan di daerah kepala, seperti sakit kepala, *migren*, penat yang biasanya memunculkan sikap malas dalam bekerja atau untuk melakukan rutinitas kesehariannya..

Pada beberapa wanita yang sedang mengalami *premenstrual syndrome* kebanyakan keadaan fisik, psikologis, dan emosi mereka tidak stabil, terutama emosi yang negatif . Hal ini dapat menurunkan keinginan untuk beraktivitas ((Proverawati, 2009:107). Aktivitas tersebut bisa berupa aktivitas yang rutin dilakukan maupun aktivitas yang jarang atau seharusnya dilakukan.

Emosi negatif ini sejatinya tidak pernah dikehendaki oleh manusia, sehingga selalu diusahakan untuk dihindari, kendati tidak mudah diwujudkan. Kesulitan dengan hal ini terkait dengan realitas kehidupan yang dapat diukur sesuai dengan kehendak kita. Tidak seorangpun sanggup mengarahkan

kehidupannya untuk kesenangan belaka, karena kesedihan, ketakutan, kesalahan, dan kekecewaan datang tanpa diundang (Hude, 2006:241).

Hasil penelitian yang dilakukan Yuni Rahmania dengan judul “*Hubungan antara Tipe Kepribadian dengan Emosi Negatif pada Mahasantri PPP Al-Hikmah Fatimiyah yang Mengalami PMS*” mengatakan adanya hubungan yang signifikan antara keduanya. Mahasantri PPP Al-Hikmah Fatimiyah cenderung berkepribadian ambivert dan introvert ketika mengalami *premenstrual syndrome* (PMS).

Kondisi di atas sangat mempengaruhi *mood* atau keinginan belajar pada sebagian pelajar. Seseorang yang sedang marah akan rendah motivasinya untuk melakukan aktivitas yang positif, terutama motivasi untuk belajar. Motivasi merupakan istilah yang lebih umum, yang menunjuk kepada seluruh proses gerakan, termasuk situasi yang mendorong, dorongan yang timbul dari dalam diri individu, tingkah laku yang ditimbulkan oleh situasi tersebut, dan tujuan atau akhir dari gerakan atau perbuatan (Sarlito, 1976).

Dalam proses belajar motivasi sangat dibutuhkan, sebab seseorang yang tidak memiliki motivasi dalam belajar tidak akan mungkin melakukan aktivitas belajar dengan baik. Menurut Mc. Donald, motivasi adalah suatu perubahan energi di dalam pribadi seseorang yang ditandai dengan timbulnya afektif (perasaan) dan reaksi untuk mencapai tujuan (Djamarah, 2002:114-148). Oleh karena itu, yang penting bagaimana menciptakan kondisi tertentu agar seseorang selalu butuh dan ingin terus belajar. Belajar dengan motivasi

yang tinggi dapat menghindarkan diri rasa malas dan menimbulkan kegairahan mahasiswa dalam belajar, pada akhirnya dapat meningkatkan daya kemampuan belajarnya. Dengan hal ini maka keberhasilan siswa akan mudah tercapai.

Senada dengan teori di atas, Uno juga menyebutkan, bahwa motivasi adalah dorongan dasar yang menggerakkan seseorang bertingkah laku. Dorongan ini berada pada diri seseorang yang menggerakkan untuk melakukan sesuatu yang sesuai dengan dorongan dalam dirinya. Oleh karena itu, perbuatan seseorang yang didasarkan atas motivasi tertentu mengandung tema sesuai dengan motivasi yang mendasarinya (Uno, 2011:1).

Dalam buku lain dijelaskan pengertian motivasi belajar yang lebih luas adalah suatu nilai dan suatu dorongan untuk belajar. Sesungguhnya setiap orang yang lahir ke dunia memiliki motivasi untuk belajar. Ia adalah ciri khas spesies manusia. Motivasi belajar pada mulanya adalah suatu kecenderungan alamiah dalam diri umat manusia, tapi kemudian berbentuk sedemikian rupa dan secara berangsur-angsur, tidak hanya sekedar menjadi penyebab dan mediator belajar tetapi juga sebagai hasil belajar itu sendiri (Wlodkowski, 2004:11-19).

Penelitian tentang motivasi belajar telah banyak dilakukan, seperti yang dilakukan oleh Ummul Hasanah. Dalam penelitiannya, ia menyimpulkan, bahwa setiap siswa akan memiliki motivasi belajar jika tidak ada kondisi yang menghambat atau menahannya. Untuk tetap memelihara motivasi belajar maka guru harus bisa menciptakan iklim belajar yang

kondusif. Murid akan senang jika belajar di ruangan kelas yang dirancang dengan baik dan didukung dengan metode pengajaran yang tanpa ketegangan. Hubungan yang baik antara guru dan siswa harus diciptakan dan dipelihara dengan baik. Hubungan interpersonal merupakan posisi guru sebagai pemberi fasilitas belajar yaitu dengan bagaimana guru menciptakan situasi yang nyaman untuk belajar (Hasanah, 2005:65).

Sebagian besar orang menganggap bahwa orang madura memiliki watak yang keras. Mereka sulit untuk mengendalikan emosi negatifnya. Hal ini bisa dilihat dari tradisi yang dimilikinya, yakni tradisi *carok* (pertelingkahan) atau berkelahi. Dibalik sisi negatifnya orang madura memiliki sisi positif yang jarang dimiliki oleh orang Jawa. Secara luas sudah umum diakui bahwa mereka merupakan pekerja ulet, sangat giat, pekerja keras, tidak mudah menyerah, dan pandai dalam mengelola waktu. Mereka sangat menyadari betul bahwa menuntut ilmu itu bukanlah pekerjaan yang ringan, sebab memperolehnya terkadang harus disertai dengan pengorbanan baik waktu, daya, dan dana yang tidak kecil. Selain itu mereka juga memiliki prinsip bahwa dalam menuntut ilmu itu harus tekun mengumpulkan pengetahuan serta sabar dalam menghadapi berbagai kesulitan penguasaan ilmu tersebut (Rifai, 2007:330-379).

Berdasarkan fenomena dari uraian buku di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian dalam memahami kaitannya tentang motivasi belajar dan *premenstrual syndrome* (PMS) pada orang Madura. Hal ini penting untuk diteliti, supaya dari pihak lembaga dan mahasiswa itu sendiri akan lebih

memahami seberapa pentingnya mempertahankan motivasi belajar. Dengan demikian peneliti tertarik untuk meneliti “*Pengaruh Premenstrual Syndrome Terhadap Motivasi Belajar Mahasiswi FKMS di UIN Malang.*”

B. Rumusan Masalah

1. Bagaimana tingkat *Premenstrual Syndrome* mahasiswi FKMS di UIN Malang?
2. Bagaimana tingkat motivasi belajar mahasiswi FKMS di UIN Malang?
3. Adakah pengaruh *Premenstrual Syndrome* (PMS) terhadap motivasi belajar mahasiswi FKMS di UIN Malang?

C. Tujuan Penelitian

1. Untuk mengetahui tingkat *Premenstrual Syndrome* mahasiswi FKMS di UIN Malang.
2. Untuk mengetahui tingkat motivasi belajar mahasiswi FKMS di UIN Malang.
3. Untuk mengetahui apakah ada pengaruh *Premenstrual Syndrome* (PMS) terhadap motivasi belajar mahasiswi FKMS di UIN Malang.

D. Manfaat Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat bagi pengembangan keilmuan dari aspek teoritis maupun praktis, diantaranya:

1. Teoritis

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi penelitian-penelitian selanjutnya yang berhubungan dengan *Premenstrual Syndrome*

(PMS) dan motivasi belajar. Selain itu, diharapkan dapat digunakan sebagai tambahan wawasan kajian ilmu pengetahuan, terutama dalam bidang psikologi.

2. Praktis

- a) Bagi dosen: agar mampu memberikan motivasi belajar serta mampu memahami karakteristik motivasi belajar mahasiswanya.
- b) Bagi peneliti : peneliti bisa memahami faktor-faktor yang mempengaruhi motivasi belajar mahasiswi FKMS di UIN Malang, dan semua pelajar pada umumnya.
- c) Bagi subjek : subjek mampu mengendalikan dirinya ketika mengalami *Premenstrual Syndrome* (PMS) serta mampu memupuk motivasi belajarnya.