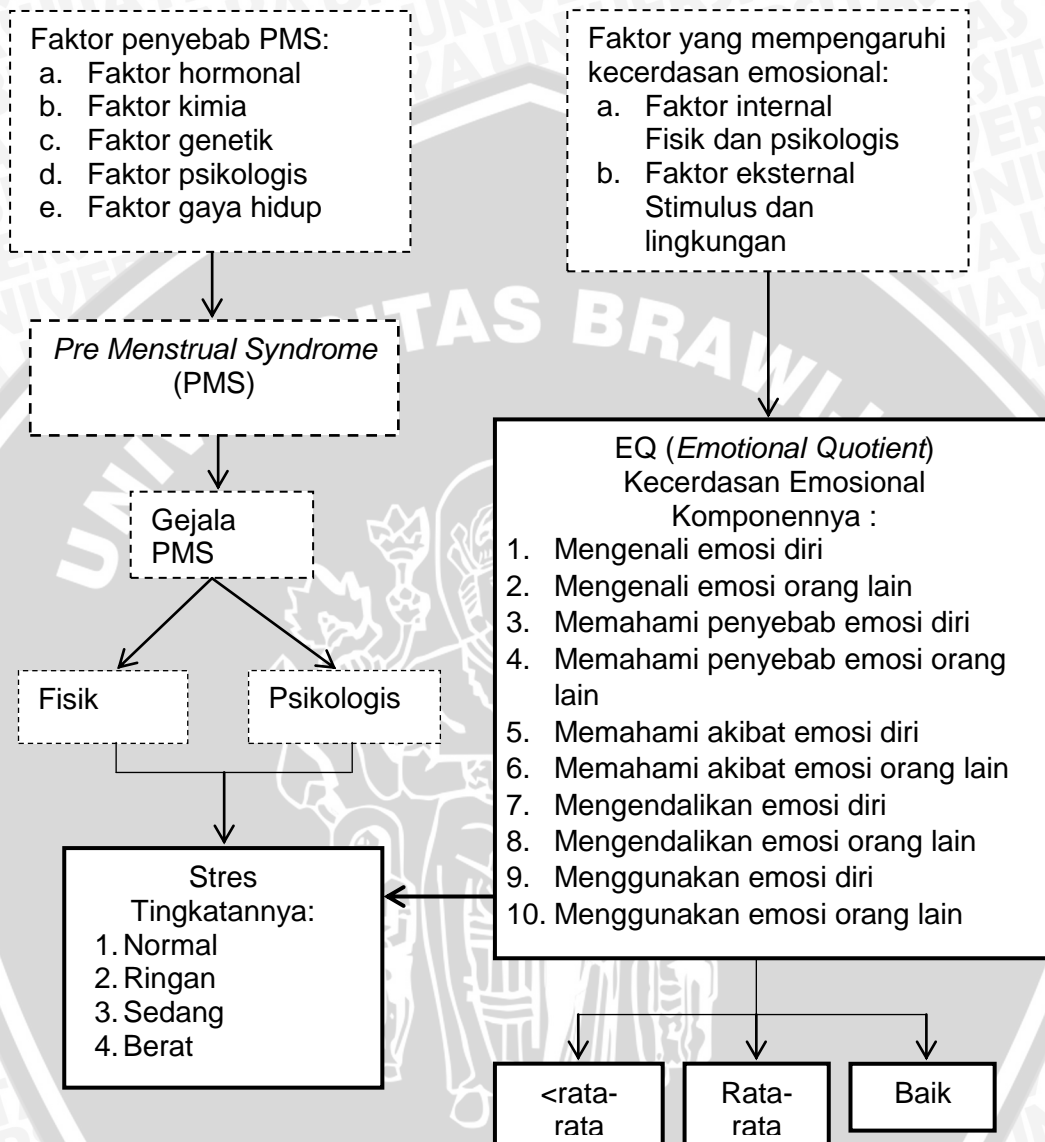


BAB 3

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1. KERANGKA KONSEP



Keterangan :  : Variabel yang tidak diteliti

: Variabel yang diteliti

Gambar 3.1 Kerangka Konsep Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Yang Mengalami PMS (Pre Menstruasi Syndrome) di SMAN 4 Blitar



Kecerdasan emosional dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal (yang meliputi faktor fisik dan faktor psikologis), faktor eksternal (yang meliputi stimulus itu sendiri dan lingkungan), selanjutnya dapat dilihat kecerdasan emosional (kurang dari rata-rata, rata-rata, baik). Kecerdasan emosional akan mempengaruhi perilaku tiap individu dalam mengatasi permasalahan yang muncul pada diri sendiri (Shapiro, 2008), termasuk dalam hal ini adalah gangguan emosi pada saat stress pada masa *Pre Menstrual Syndrome* (PMS).

PMS adalah kombinasi gejala yang terjadi sebelum haid dan menghilang dengan keluarnya darah menstruasi serta dialami oleh banyak wanita sebelum awitan setiap siklus menstruasi (Smeltzer, 2005). Penyebab PMS belum diketahui secara pasti, namun dapat dimungkinkan berhubungan dengan faktor hormonal, kimia, genetik, psikis dan gaya hidup, sehingga dapat dilihat derajat PMSnya (ringan, sedang, berat).

Stres sebagai salah satu gejala PMS, berlangsung 7-14 hari sebelum menstruasi yang diikuti dengan gangguan fisik seperti perut kembung, nyeri perut, nyeri dada, nyeri punggung dan muncul banyak jerawat (Melanie Winderlich, 2013). Pada saat PMS, stres muncul karena terstimulasi oleh ketidakseimbangan esterogen progesteron dan hormon lain yang terkait yaitu *gonadal steroid* juga *GnRH* (Schmidt PJ, Nieman LK, Danaceau MA, Adams LF, Rubinow DR, 1998). Stres yang muncul pada saat PMS dapat dilihat tingkatnya menjadi ringan, sedang, berat. Setelah itu bisa dilihat hubungan antara ketiga variabel tersebut.

### 3.2. HIPOTESIS PENELITIAN

Terdapat hubungan kecerdasan emosional terhadap tingkat stres pada remaja yang mengalami PMS (*Pre Menstrual Syndrome*) di SMA Negeri 4 Blitar.