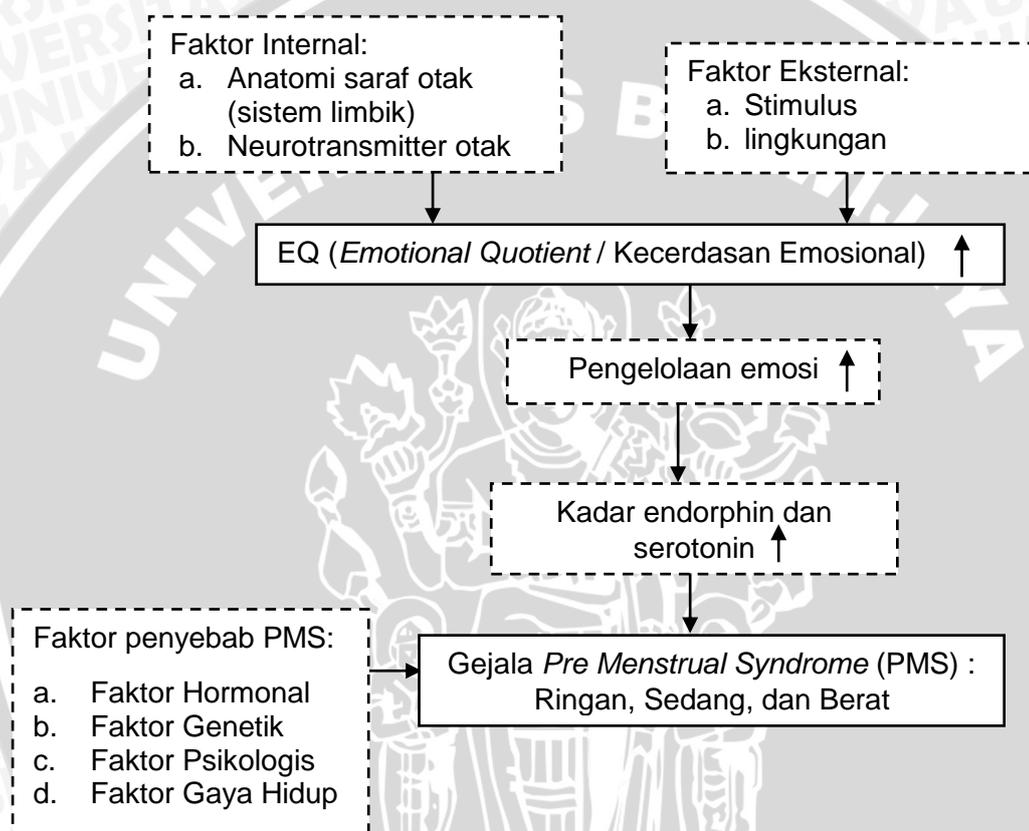


BAB 3

KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS PENELITIAN

3.1 KERANGKA KONSEP



Gambar 3.1 Kerangka Konsep hubungan kecerdasan emosional dengan derajat PMS

Keterangan: : Variabel yang tidak diteliti
 : Variabel yang diteliti

Kecerdasan emosional dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor internal (yang meliputi faktor anatomi saraf emosi (sistem limbik) dan neurotransmitter otak), dan faktor eksternal (yang meliputi stimulus itu sendiri dan lingkungan), yang mempengaruhi tingkat kecerdasan emosional (kurang, cukup, dan baik). Kecerdasan emosional akan mempengaruhi perilaku tiap individu dalam mengatasi permasalahan yang muncul pada diri-sendiri. Jika seseorang memiliki kecerdasan emosional yang baik sehingga dapat mengelola emosinya sendiri dengan baik, maka dapat meningkatkan kadar neurotransmitter *endorphine* dan serotonin. Termasuk dalam hal ini adalah gangguan emosi saat *Pre Menstrual Syndrome* (PMS).

Pre Menstrual Syndrome (sekumpulan gejala yang berkaitan dengan siklus menstruasi) adalah suatu gejala yang timbul selama 7-14 hari sebelum seorang perempuan mengalami haid. Penyebab yang pasti dari sindrom premenstruasi belum diketahui. Namun dapat dimungkinkan berhubungan dengan faktor-faktor hormonal, neurotransmitter, genetik, psikis, dan gaya hidup. Faktor psikis dan neurotransmitter dalam hal ini dapat berhubungan dengan masalah emosional dan stres. Emosional yang berlebihan dapat dikontrol dan dikelola apabila dapat memanfaatkan kecerdasan emosional yang dimiliki dengan baik.

Faktor hormonal dan neurotransmitter juga berpengaruh terhadap kejadian PMS. Karena pada PMS terjadi ketidakseimbangan hormon, yaitu peningkatan kadar estrogen dan penurunan kadar progesteron. Sehingga menyebabkan terjadinya penurunan dari neurotransmitter serotonin dan *endorphine* yang mengakibatkan munculnya ketidaknyamanan atau gejala pada PMS.

Jika seseorang memiliki kecerdasan emosional yang baik sehingga dapat mengelola emosinya sendiri dengan baik maka dapat meningkatkan kadar serotonin dan endorphen secara alami dalam tubuh. Lalu dapat dilihat derajat PMSnya (ringan, sedang, berat). Dari hasil pengukuran derajat PMS dan tingkat kecerdasan emosional, selanjutnya dapat dilihat bagaimanakah hubungan antara keduanya.

3.2 HIPOTESIS PENELITIAN

Terdapat hubungan tingkat kecerdasan emosional dengan derajat *Pre Menstrual Syndrome* (PMS) pada remaja putri di SMK Negeri 2 Malang.

