

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN MOTIVASI REMAJA PUTRI
DENGAN PENANGANAN SINDROM PREMENSTRUASI
DI SMA MUHAMMADIYAH 5 YOGYAKARTA
TAHUN 2014**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh:

**MELANI SILVIA
201310104251**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIYAH YOGYAKARTA
PROGRAM STUDI BIDAN PENDIDIK JENJANG DIV
TAHUN 2014**

HALAMAN PENGESAHAN

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN MOTIVASI REMAJA PUTRI
DENGAN PENANGANAN SINDROM PREMENSTRUASI
DI SMA MUHAMMADIYAH 5YOGYAKARTA
TAHUN 2014**

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh:

**MELANI SILVIA
201310104251**

Pembimbing

**Pembimbing : Karjiyem, S.SiT., S.Pd., M.Kes
Tanggal : 08-08-2014**

Tanda tangan

:

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN MOTIVASI REMAJA PUTRI
DENGAN PENANGANAN SINDROM PREMENSTRUASI DI SMA
MUHAMMADIYAH 5 YOGYAKARTA TAHUN 2014¹**

Melani Silvia², Karjiyem³

Abstract : The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge and motivation of adolescence girls with premenstrual syndrome Handling SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta in 2014. This study was aquantitative correlation with time cross sectional approach. The results of analysis using Chi Square test revealed that there there was asignificant the result of the study showed that a relationship between knowledge. Knowledge and handly premenstrual syndrome there was. With a significance value of 0.05 and a coefficient chi square value of 0.000. There was no relationship between motivation with premenstrual syndrome Handling. With the significant value of 0.05 and the coefficient of 0.435 chi square. if can be used for information or take in planning policy on reproductive health for young women in educational institutions, especially premenstrual syndrome.

Key words : Knowledge, Motivation, Premenstrual syndrome

Abstrak : Diketahuinya hubungan pengetahuan dan motivasi remaja putri dengan penanganan sindrom premenstruasi (PMS) di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2014. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasi dengan pendekatan waktu *Cross Sectional*. Analisa data yang digunakan dengan uji statistik *Chi Square* Ada hubungan antara pengetahuan dengan penanganan PMS. Dengan nilai signifikasi sebesar 0,05 dan nilai koefisien *chi square* 0,000. Tidak ada hubungan antara motivasi dengan penanangan PMS. Dengan nilai signifikan sebesar 0,05 dan nilai koefisien *chi square* 0,435. Diharapkan dapat digunakan sebagai bahan informasi ataupun untuk mengambil kebijakan dalam perencanaan kesehatan reproduksi bagi remaja putri di institusi pendidikan khususnya PMS.

Kata kunci : Pengetahuan, Motivasi, Sindrom Premenstruasi

PENDAHULUAN

Pada sekitar 14% perempuan antara usia 16-35 tahun, *sindrome premenstruasi* dapat sangat hebat pengaruhnya sehingga mengharuskan mereka beristirahat dari aktifitas sekolah atau kantornya. Gangguan kesehatan berupa pusing, depresi, perasaan sensitif berlebihan sekitar 2 minggu sebelum menstruasi biasanya dianggap hal yang lumrah bagi wanita produktif. Sekitar 40% wanita berusia 14-50 tahun, menurut suatu penelitian, mengalami sindrom premenstruasi atau lebih dikenal PMS / *Permenstruasi Sindrome* (Eva Ellya, 2010).

Angka kejadian PMS cukup tinggi, yaitu hampir 75% wanita usia subur di seluruh dunia mengalami PMS. Di Amerika kejadiannya mencapai 70-90%, Swedia sekitar 61-85%, Maroko 51,2%, Australia 85%, Taiwan 73%, dan Jepang mencapai 95% yang mengalami PMS. Negara Indonesia sendiri angka kejadiannya sekitar 70-90%. Penelitian sebelumnya tentang PMS yang dilakukan di Surakarta menyebutkan 70% mengalami PMS (Erny E, 2013). Sementara di Yogyakarta, menurut Eva N (2007) ada 54% kejadian sindrom premenstruasi dan sisanya sebanyak 46% adalah tidak mengalami sindrom premenstruasi.

Undang-undang nomor 36 tahun 2009 tentang Kesehatan mencantumkan tentang Kesehatan Reproduksi pada Bagian Keenam pasal 71 ayat 3 mengamanatkan bahwa kesehatan reproduksi dilaksanakan melalui kegiatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitatif. Peran bidan dalam hal ini adalah melakukan upaya preventif sebagaimana telah dituangkan dalam Permenkes Nomor 369/MENKES/SK/III/2007 Tentang Standar Profesi Bidan ke-9 Asuhan Pada Ibu/Wanita Dengan Gangguan Reproduksi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta dengan 10 orang siswi didapat 5 orang siswi yang tidak mengetahui tentang sindrom Premenstruasi. Dari 5 siswi yang tidak mengetahui PMS mengaku pernah mengalami gejala tersebut. Gangguan yang sering mereka alami adalah mudah marah atau tersinggung, sakit kepala, nyeri payudara atau payudara terasa bengkak, diare, jerawat pada muka, pingsan dan meningkatnya nafsu makan ada juga yang nyeri perut. Bahkan pernah tidak mengikuti kegiatan belajar dan sementara menghentikan aktifitas saat mengalami gangguan sindrom premenstruasi. Oleh karena itu, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan pengetahuan dan motivasi remaja putri dengan penanganan sindrom premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif korelasi dengan metode pendekatan waktu menggunakan pendekatan *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel dilakukan dengan menggunakan *Purposive sampling* yang didasarkan pada kriteria inklusi dan eksklusi dengan jumlah sampel sebanyak 49 responden. Analisis data dalam penelitian ini menggunakan uji *Chi Square*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan tentang penanganan sindrom premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2014

Tabel 1. Distribusi frekuensi responden berdasarkan pengetahuan tentang penanganan sindrom premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2014 (n = 49)

No.	Kategori Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	20	40,8
2.	Cukup	21	42,9
3.	Kurang baik	8	16,3
	Jumlah	49	100

Sumber : Hasil kuesioner diolah, 2014

2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan motivasi tentang penanganan sindrom premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2014

Tabel 2. Distribusi frekuensi responden berdasarkan motivasi tentang penanganan sindrom premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2014 (n = 49)

No.	Motivasi	Frekuensi	Persentase (%)
1.	Motivasi rendah	-	-
2.	Motivasi cukup	32	65,3
3.	Motivasi tinggi	17	34,7
	JUMLAH	49	100

Sumber : Hasil kuesioner diolah, 2014

3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan cara penanganan Remaja Putri tentang Sindrom premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2014 (n = 49)

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan cara penanganan Remaja Putri tentang Sindrom premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2014 (n = 49)

NO.	Kategori penanganan	Frekuensi	Persentase
1.	Penanganan kurang	7	14,3%

2.	Penanganan cukup	20	40,8%
3.	Penanganan baik	22	44,9%
	Jumlah	49	100%

Sumber : Hasil kuesioner diolah, 2014

4. Hubungan motivasi tentang sindrom Premenstruasi Remaja Putri dengan Penanganan Sindrom Premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2014

Tabel 4. Hubungan motivasi tentang sindrom Premenstruasi Remaja Putri dengan Penanganan Sindrom Premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2014

Motivasi \ Penanganan	Kurang		Cukup		Baik		Jumlah		p-value
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Kurang	-	-	-	-	-	-	-	-	
Cukup	6	12,2	13	26,5	13	26,5	32	65,3	0,435
Tinggi	1	2	7	14,3	9	18,4	17	34,7	
Jumlah	7	14,3	20	40,8	22	44,9	49	100	

Sumber : Hasil kuesioner diolah, 2014

PEMBAHASAN

1. Pengetahuan Remaja Tentang Sindrom Premenstruasi

Hasil penelitian menyatakan 21(42,9%) responden dari 49 responden memiliki pengetahuan yang cukup, data yang ada menunjukkan responden belum mengetahui tentang penanganan sindrom premenstruasi. Hal ini dibuktikan dari jawaban responden yang paling banyak menjawab salah tentang lamanya kejadian sindrom premenstruasi tersebut dengan jumlah sebanyak 24(49%) responden. Padahal sindrom premenstruasi ini munculnya sebelum menstruasi hingga terjadinya menstruasi. Hal ini dapat dijelaskan oleh Nur NJ (2011) *Premenstrual syndrome* atau biasa disingkat PMS, yaitu sekumpulan gejala bervariasi yang muncul antara 7-14 hari sebelum haid dimulai dan biasanya berhenti saat haid mulai.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan terjadi setelah seseorang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Dari pengalaman dan penelitian ternyata perilaku didasari oleh pengetahuan akan lebih bertahan lama dari pada perilaku yang tidak didasari pengetahuan (Notoatmodjo, 2003).

Pengetahuan remaja yang mayoritas masih cukup ini dikarenakan tidak adanya suatu wadah yang dapat memberikan informasi tentang kesehatan reproduksi terutama masalah sindrom premenstruasi, sementara sindrom ini sering di alami remaja putri. Selain itu masih di temukannya remaja yang belum mengerti istilah sindrom premenstruasi, mereka terbiasa dengan menyebutkan tanda-tanda mau menstruasi.

Setelah dilakukan *scoring* pada jawaban responden, didapatkan bahwa gambaran pengetahuan remaja putri tentang penanganan sindrom premenstruasi di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta yaitu responden yang berpengetahuan baik hanya ada 20 (40,8%) responden, sebanyak 21 (42,9%) responden pengetahuan cukup dan 8 (16,3%) responden memiliki pengetahuan kurang baik dalam informasi tentang penanganan sindrom premenstruasi.

Didukung pula oleh data cakupan pelayanan kesehatan reproduksi untuk sekolah masih sangat rendah, berarti puskesmas belum pernah memberikan penyuluhan ke sekolah tentang kesehatan reproduksi. Selain itu faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan remaja putri adalah pendidikan dalam lingkungan sekitar. Menurut Notoatmodjo (2003) pendidikan adalah upaya persuasi atau pembelajaran kepada masyarakat agar mau melakukan tindakan (praktek) untuk mengatasi masalah dan meningkatkan kesehatan sehingga pengetahuan masyarakat lebih meningkat. Pendidikan itu dapat diperoleh dengan semua aspek baik media elektronik, massa dan pengalaman. Kita ketahui bahwa media buku dan internet menjadi dominan pemberi informasi bagi siswa.

Sejalan dengan pendapat Notoatmodjo (2005) yang menyatakan bahwa pendidikan atau promosi kesehatan merupakan pendekatan pemecahan masalah-masalah kesehatan masyarakat, khususnya lagi yang berkaitan dengan masalah perilaku kesehatan.

Sejalan hasil penelitian Rika M (2012) yang menyatakan pengetahuan remaja tentang sindrom premenstruasi masih rendah dengan hasil penelitian 43% memiliki pengetahuan baik, sebanyak 40% berpengetahuan cukup dan 27% memiliki pengetahuan yang kurang baik. Untuk itu masih sangat diperlukannya penyuluhan tentang kesehatan reproduksi baik dari sekolah itu sendiri maupun dari luar seperti program yang diadakan oleh instansi kesehatan setempat.

2. Motivasi Penanganan Sindrom Premenstruasi Remaja

Responden yang memiliki motivasi yang tinggi adalah responden yang mampu menjawab kuesioner yang diajukan peneliti dengan benar. Terutama dalam aspek penanganan sindrom premenstruasi itu sendiri. Berdasarkan hasil penelitian menyatakan bahwa masih banyak siswa yang memiliki motivasi cukup terhadap penanganan sindrom premenstruasi yaitu sejumlah 32 (65,3%) responden dan motivasi yang tinggi sebanyak 17 (34,7%) responden. Sementara untuk kategori motivasi yang kurang tidak ditemukan pada penelitian ini. Tentu saja ini adalah hal yang positif bagi responden itu sendiri.

Tingginya frekuensi motivasi cukup ini dikarenakan masih terdapat kurangnya pengetahuan, sehingga gejala tersebut tidak ditanganannya, semua gejala yang terjadi dianggap hal yang biasa dan tidak ada memiliki penanganan yang khusus. Dan mereka masih banyak yang menangani gejala tersebut dengan cara yang salah. Hal ini sesuai dengan pendapat Nirmala

(2010) yang menyatakan premenstruasi yang terjadi masih dianggap hal yang biasa, padahal PMS itu sendiri dapat dicegah dan diobati dengan cara yang lebih aman.

Hasil membuktikan bahwa sebagian responden yang sudah memiliki motivasi yang tinggi dalam penanganan sindrom premenstruasi. Responden yang sudah dan mau melaksanakan apa yang diketahui tentang sindrom premenstruasi. Sejalan dengan teori Notoatmodjo (2005) Secara umum mengacu pada adanya kekuatan yang menggerakkan kita untuk berperilaku tertentu. Oleh karena itu, dalam mempelajari motivasi kita akan berhubungan dengan hasrat, keinginan, dorongan dan tujuan. Di dalam konsep motivasi kita juga akan mempelajari sekelompok fenomena yang mempengaruhi sifat, kekuatan dan ketetapan dari tingkah laku manusia.

Oleh sebab itu jika motivasi yang dimiliki masih kurang hal ini dapat mempengaruhi perilaku seseorang tersebut, misalnya tumbuhnya jerawat pada muka, membuat remaja tersebut tidak percaya diri dalam beraktifitas. seperti yang dijelaskana oleh Nur NJ (2011) bahwa kurangnya keinginan, hasrat, dorongan dalam menangani gejala ini dapat menyebabkan dampak yang akan mengganggu aktiitas sehari-hari, mengganggu hubungan baik dengan orang dan bahkan ada yang ingin bunuh diri.

Remaja yang memiliki motivasi cukup karena masih kurang mengetahui dan kurang mendapatkan informasi mengenai sindrom premenstruasi. Sehingga suatu keinginan atau hasrat untuk menangani masalah, dapat diatasi. Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Notoatmodjo (2003) bahwa motivasi adalah rangsangan yang sangat kuat terhadap terhadap objek untuk bertingkah laku.

Untuk mengurangi motivasi yang cukup pada remaja putri tentang penanganan sindrom premenstruasi ini dapat dilakukan dengan memberikan informasi ke sekolah agar motivasi remaja dalam penanganannya dapat meningkat.

3. Penanganan Sindrom Premenstruasi Remaja

Hasil analisis menunjukkan bahwa dari 49 responden yang diteliti sebanyak 22 (44,9%) responden melakukan penanganan yang baik, untuk penanganan yang cukup terdapat 20(40,8%) responden dan sebanyak 7 (14,3%) responden memiliki cara penanganan yang kurang terhadap menagantisipasi terjadi sindrom premenstruasi. Namun masih ditemukan responden yang kurang melakukan pananganan dikarenakan masih ditemukannya pengetahuan yang rendah terhadap penanganan sindrom premenstruasi tersebut.

Penanganan adalah segala sesuatu cara yang digunakan remaja putri untuk penangani sindrom premenstruasi(Poltekes Depkes Jakarta. 2010). Seperti berolahraga, menghindari makanan yang tinggi kandungan kafein, garam ataupun gula dan mengomsumsi makanan yang bergizi untuk mencegah terjadinya sindrom premenstruasi. Mereka yang memiliki pengetahuan yang cukup cenderung menangani gejala dengan benar dan motivasinya pun lebih baik.

Karena masih kurangnya ilmu pengetahuan tentunya membuat remaja tersebut salah dalam penanganannya. Namun ada juga diantara mereka yang memiliki pengetahuan kurang tetapi memiliki cara penanganan yang benar. Hal ini bisa saja dipengaruhi oleh lingkungan sekitar dan pengalaman (poltekes depkes Jakarta 2010).

Lingkungan sekitar juga berperan dalam mempengaruhi pengetahuan penanganan sindrom premenstruasi hal ini ditunjukkan oleh pesan keluarga, teman, guru dan media massa. Juga tempat tinggal termasuk dalam lingkungan yang mempengaruhi perilaku seseorang. Apabila gejala yang muncul hal-hal biasa seperti perut kembung, jerawat, pusing mereka biasanya menggunakan cara yang tradisional seperti pengompresan pada daerah yang bermasalah atau minum air hangat agar dapat merelaksasikan tubuh dan menggunakan balsem.

Sementara pengalaman dapat mempengaruhi perilaku seseorang karena ia sudah pernah mengalami masalah itu sehingga ia sudah mengetahui apa yang akan terjadi. Suatu yang sudah pernah dialami oleh seseorang akan menambah pengetahuan tentang apa yang dialaminya (Soekanto, 2012).

Dari pembahasan yang ada, dapat disimpulkan bahwa responden yang memiliki pengetahuan cukup justru memiliki motivasi yang tinggi. Hal ini menunjukkan bahwa pengalaman dan lingkungan dapat menjadi informasi yang sangat mendukung dari pengetahuan siswi tersebut.

4. Hubungan Pengetahuan tentang Sindrom Premenstruasi Remaja Putri dengan Penanganan Sindrom Premenstruasi

Dari hasil yang diperoleh akan dicari koefisien korelasi dan hasilnya akan dibandingkan dengan harga *Chi Square* tabel taraf kesalahan 5% dan taraf kepercayaan 95%. Pengolahan data menggunakan *Chi Square* jika H_0 diterima dan H_a ditolak nilai $p\text{-value} < 0,05$, hasil uji menunjukkan nilai $p\text{-value} < 0,05$ yaitu $0,000 < 0,05$. Dengan demikian H_0 ditolak dan H_a gagal ditolak sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang sindrom premenstruasi dengan penanganan sindrom premenstruasi. Dari uraian tersebut sesuai dengan pendapat Notoatmodjo(2007) perilaku kesehatan dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal. Faktor eksternal tersebut adalah lingkungan, pengalaman, fasilitas, sosial dan budaya. Faktor internal terdiri dari pengetahuan, persepsi, emosional, motivasi, niat dan sikap. Kejadian sindrom premenstruasi merupakan faktor internal dari individu itu sendiri dan pengetahuan tentang sindrom premenstruasi juga merupakan faktor internal. Faktor internal ini tentu saja dapat memberi stimulus agar individu dapat berperilaku yang baik terhadap kesehatannya.

Upaya-upaya yang dapat dilakukan remaja untuk mengurangi berbagai keluhan sindrom premenstruasi edukasi dan konseling, modifikasi gaya hidup seperti komunikasi, nutrisi, dan olahraga serta obat-obatan (Supryanto, 2010).

Upaya-upaya kesehatan yang dilakukan sesuai dengan yang dijelaskan dalam Al-Qur'an surat Ar-Ra'du ayat 11 yang artinya sebagai berikut :

“Bagi manusia ada malaikat-malaikat yang selalu mengikutinya bergiliran, di muka dan dibelakangnya, mereka menjaganya atas perintah Allah. Sesungguhnya Allah tidak merubah keadaan sesuatu kaum sehingga mereka lah yang merubah keadaan yang ada pada dirinya sendiri. Dan apabila Allah menghendaki keburukan terhadap suatu kaum, maka tak ada yang dapat menolaknya, dan sekali-kali tak ada pelindung bagi mereka selain Dia.”

Berdasarkan ayat yang dijelaskan bahwa Allah tidak akan merubah keadaan kaumnya sehingga mereka lah yang merubah keadaan itu sendiri. Dari ayat itu dijelaskan bahwa seseorang mengalami keadaan masalah kesehatan dalam hal sindrom premenstruasi akan mampu mengatasi keluhan fisik, psikologis dan emosional yang dialaminya jika mereka melakukan tindakan ataupun upaya-upaya penanganan terhadap masalah tersebut.

5. Hubungan Motivasi Penanganan Sindrom Premenstruasi Remaja Putri dengan Penanganan Sindrom Premenstruasi

Dari hasil penelitian memperlihatkan bahwa hasil uji menunjukkan nilai $H_0 > 0,05$ yaitu $0,435 > 0,05$. Dengan demikian H_0 gagal ditolak dan H_a ditolak sehingga tidak terdapat hubungan signifikan antara motivasi penanganan sindrom premenstruasi dengan penanganan sindrom premenstruasi. Kondisi ini menunjukkan bahwa meskipun individu tersebut memiliki pengetahuan yang cukup, akan tetapi motivasi remaja untuk menangani suatu masalah kesehatan tidak ada hubungan yang signifikan terhadap kedua variabel tersebut.

Motivasi adalah suatu keinginan yang terdapat pada diri seseorang yang menyebabkan dan mendukung tindakan atau perilaku seseorang, merupakan suatu alasan seseorang untuk bertindak dalam rangka memenuhi kebutuhan hidupnya (Notoatmodjo, 2007). Dari hal ini dapat disimpulkan bahwa motivasi yang tinggi belum cukup untuk individu melakukan suatu tindakan. Karena individu yang melakukan penanganan sindrom premenstruasi juga membutuhkan pengetahuan, fasilitas dan dukungan dari lingkungan.

Selain itu menurut Siagian (2012) masih ada beberapa faktor yang mempengaruhi motivasi, yaitu karakteristik biografikal (umur), Kepribadian, persepsi dan kemampuan belajar serta kemampuan fisik. Karena dalam penelitian ini umur dari responden tidak sama sehingga motivasinya juga akan mengalami perbedaan. Umur responden yaitu rentang umur remaja tengah (15-18 tahun).

Paparan promosi kesehatan mengenai sindrom premenstruasi yang masih kurang dapat mempengaruhi motivasi individu untuk melakukan suatu tindakan untuk menangani sindrom premenstruasi. Kondisi ini tentunya mampu menggeser motivasi remaja untuk melakukan penanganan sindrom premenstruasi. Masih kurangnya dukungan dari lingkungan (tenaga kesehatan dan fasilitas) juga mampu mempengaruhi motivasi remaja itu sendiri.

Dari Abu Hurairah *radhi Allahu 'anhu*, bahwa Rasulullah *Shallallahu 'alaihi wasallam* bersabda :

نَزَلَ الْهُدَاءَ إِلَّا أَنْزَلَ لِلْهُشَفَاءِ مَا

“Tidaklah Allah menurunkan penyakit kecuali Dia juga menurunkan penawarnya.” (HR Bukhari).

Hadist ini menjelaskan bahwa setiap penyakit yang diderita manusia didunia ini memiliki obatnya tersendiri. Sebelum penyakit itu muncul tentu saja banyak hal yang dapat dilakukan untuk mencegah munculnya penyakit. Mengantisipasi masalah itu tentu saja dengan tindakan yang mampu merubah suatu keadaan. Tindakan yang dilakukan merubah keadaan membutuhkan suatu dukungan atau motivasi yang kuat. Sehingga dengan adanya pengetahuan yang tinggi maka motivasi seseorang untuk melakukan suatu tindakan dalam merubah keadaan yang merugikan akan lebih baik.

KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Responden yang memiliki pengetahuan yang kurang baik 8(16,3%) responden, 21(42,9%) responden memiliki pengetahuan cukup dan 20(40,8%) responden memiliki pengetahuan yang baik.
2. Responden memiliki motivasi tinggi sebanyak 38(54%) responden dan sisanya sebanyak 32(46%) responden memiliki motivasi cukup.
3. Sebagian responden melakukan penanganan yang baik sebanyak 22(44,9%) responden dan sebagian lagi memiliki penanganan yang cukup sebanyak 20(40,8%) responden, hanya ada 7(14,3%) responden yang memiliki perilaku penanganan yang rendah.
4. Ada hubungan antara pengetahuan tentang sindrom premenstruasi dengan penanganannya. Hasil uji statistik menunjukkan nilai signifikansi sebesar 0,05 dan nilai koefisien *chi square* 0,000.
5. Tidak ada hubungan antara motivasi penanganan dengan penanganan sindrom premenstruasi. Hasil uji statistiknya menunjukkan nilai signifikan sebesar 0,05 dan nilai koefisien *chi square* 0,435.

SARAN

1. Bagi SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta
Hasil penelitian dapat dijadikan sebagai informasi bagi remaja putri dalam mengatasi sindrom premenstruasi. Khususnya bagi guru BK dan pengurus UKS untuk memberikan informasi kesehatan reproduksi remaja khususnya tentang sindrom premenstruasi dan atau permasalahan seputar menstruasi. Merencanakan kerja samadengan puskesmas setempat, PIK-KR sekolah dan tenaga kesehatan lainnya untuk memberikan penyuluhan kesehatan reproduksi remaja pada siswi-siswinya.
2. Bagi Intitusi Pendidikan/ STIKes Aisyiyah Yogyakarta
Hasil penelitian ini dapat diharapkan menjadi bahan bacaan dan *literature* bagi pengembangan ilmu penentuan khususnya peneliti di bidang kesehatan dan diharapkan menjadi informasi bagi semua pihak yang membutuhkan guna menunjang keterampilan dan pengetahuan.

3. Bagi Peneliti Lain

Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan yang berarti sehingga dapat meningkatkan kualitas penelitian dan bahan peneliti dan bahan pertimbangan dalam melakukan penelitian lebih lanjut. Hendaknya dalam melanjutkan penelitian lebih mengenai faktor-faktor yang mempengaruhi penanganan sindrom premenstruasi pada remaja.

DAFTAR RUJUKAN

- Ardiana, F. (2012). *Hubungan Sindrom Premenstruasi dan Desminore dengan Motivasi Belajar Mahasiswa DIII Kebidanan Stikes Karya Husada Pare Kediri*. Skripsi. Stikes Karya Husada Pare Kediri
- Arikunto, S. (2005). *Prosedur Penelitian suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Reneka Cipta
- Budiarto, E. (2002). *Biostatistik untuk Kedokteran dan Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: EGC
- Chandra B. (2008). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: EGC
- Devi, N. (2010). *Sindrom Premenstruasi*. Jakarta. Rineke Cipta
- Devi, M. (2009). *Hubungan Kebiasaan Makan dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi pada Remaja Putri [Internet]*. Jurnal Teknologi Industri Universitas Negeri Malang. Tersedia dalam <<http://jurnal.unima.av.id>> [diakses Januari 2014]
- Dyah, M. Hakimi & Emilia, O. (2007). *Obesitas Sebagai Fakror Resiko Terjadinya Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswa Akademi Kebidanan Pemerintah Kabupaten Kudu*. Berita Kedokteran Masyarakat Vol. 32. No. 1. Maret 2007. Yogyakarta.
- Ellya, E.S. DKK.(2010). *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: Trans Info Media
- Ensiklopedia bebas (Desember 2012) *Premenstrual syndrome, [Internet]*. <<http://en.wikipedia.org/wiki/Premenstrualsyndrome>>[diakses 25 Des 2013]
- Harini. S dan kusmawati, R. (2007) *metode Statistik*. Jakarta: Prestasi Pustaka.
- Kumpulan Hadist. *Ahlak dan Nasehat Hadist. [Internet]*. Tersedia dalam <<http://muslim.or.id/akhlak-dan-nasehat/dan-jika-aku-sakit-dialah-yang-menyembuhkanku.html>> [Diakses Maret 2014]
- Lusa. (2010). *Premenstrual Syndrome. [Internet]*. <<http://www.lusa.web.id/premenstrual-syndrome-pms-part-1/>> [diakses tanggal 20 Februari 2014.]
- Mayyane (2011). *Kejadian Sindrom Pra Menstruasipada Siswi SMA Negeri 1 Padang Panjangtahun 2011. [Internet]*. Universitas Andalas Sumatra Barat. Tersedia dalam : <<http://universitasandalas.ac.id>> [diakses Desember 2013]

- Najmi NJ (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta: Bukubiru
- Nirmala, D. (2010). *Sindrom Premenstruasi*. Jakarta. Rineke Cipta
- Notoatmodjo S. (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta: RinekaCipta
- Notoatmodjo S. (2005). *Promosi Kesehatan teori&aplikasi*. Jakarta. Rineka Cipta
- Notoatmodjo S. (2007). *Promosi Kesehatan teori&aplikasi*. Jakarta. Rineka Cipta
- Notoatmodjo S. (2010). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineke cipta
- Manik, R. (2012). *Gambaran Pengetahuan tentang Sindrom Premenstruasi di SMA Adiaksa Jambi tahun 2012*. Skripsi Stikes Prima Jambi.
- Rista, E. (2012) *Gambaran sikap dan motivasi remaja putri terhadap pencegahan gangguan menstruasi di SMA Adhyaksa Kota Jambi tahun 2012*. Stikes Prima Jambi. Skripsi Stikes Prima Jambi.
- Riwidikdo, H. (2009) *Statistik untuk Penelitian Kesehatan dengan Aplikasi Program R dan SPSS*. Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Sallika N.S. (2010) *Serba Serbi Kesehatan Perempuan*. Jakarta: Bukune
- Saryono&Sejati, W. (2009).*Sindrome Premenstruasi*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Sarwono. (2009) *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Bina Pustaka
- Setiawan, A. dan Saryono (2010).*Metodologi Penelitian Kebidanan DIII, DIV, S1 dan S2*, Yogyakarta. Nuha Art Team
- Setiawan, W. (Oktober 2009) *Undang-undang Republik Indonesia No. 36 Th 2009, [Internet]. Tersedia dalam : <http://www.dikti.go.id/filesatursehatUU-36-2009Kesehatan.pdf> [diakses 23 Januari 2013]*.
- Soekanto, (2012) *Promosi Kesehatan Kebidanan*. Jakarta: Rineke Cipta
- Soetijingsih. (2004) *Perkembangan Remaja*. Jakarta. Rineke Cipta
- Siagian. (2012) *Promosi Kesehatan untuk Bidan*. Yogyakarta: Dian Pustaka
- Sidabutar, S (2012) *Hubungan antara Pengetahuan Siswi Kelas XI tentang PMS (Pre Menstruasi Syndrome) dengan Kejadian PMS*. Akbid Griya Husada Surabaya. [Internet]. Tersedia dalam : <http://akbidgriyahusadasurabaya.ac.id> [diakses Desember 2013].
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung :R&D.
- Sulistyaningsih. 2011. *Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif-Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Sulistyaningsih (2010). *Metode Penelitian Kebidanan*. Stikes 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Supryanto (2010). *Sindrom Premenstruasi pada Remaja*. Jakarta: Rineke Cipta
- Poltekes Depkes Jakarta I (2010).*Kesehatan Remaja : Problem dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika
- Widyastuti, Y DKK. (2009) *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya
- Wikipedia *Sindrom Premenstruasi*. [Internet]. Tersedia dalam : http://id.wikipedia.org/wiki/Sindrom_prahaid [diaksesDesember 2013].

Wikipedia. *Remaja*. [Internet]. Tersedia dalam : <<http://id.wikipedia.org/wiki/remaja/>> [diakses Desember 2013]

