

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN *PRE MENSTRUAL SYNDROME*  
DENGAN TINGKAT EMOSI REMAJA PADA KELAS X DAN XI  
DI SMA MUHAMMADIYAH 3  
YOGYAKARTA**

**KARYA TULIS ILMIAH**

Diajukan Guna Melengkapi Sebagian Mencapai Gelar Ahli Madya Kebidanan Pada Program  
Studi Kebidanan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta



**Disusun oleh :**

**Emilia Meilani Putri**

**NIM: 0501R01297**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH  
YOGYAKARTA**

**2010**

# HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG PRE MENSTRUAL SYNDROME DENGAN TINGKAT EMOSI REMAJA PADA KELAS X DAN XI DI SMU MUHAMMADIYAH 3 YOGYAKARTA

Emilia Meilani Putri<sup>1</sup>, Mufdlilah<sup>2</sup>, Suharni<sup>3</sup>

**Abstract:** Knowledge from teenagers about the pre menstrual syndrome and prevention efforts is a stimulus that is expected to establish a better teenagers behavior. By recognizing the symptoms of the syndrome is expected menstrual teenager trying to handle it properly rather than let them. The purpose of this study is identify the relationship between the level of knowledge about the Pre menstrual Syndrome with Emotion Level in X and XI grade student at SMU Muhammadiyah 3 Yogyakarta. This research use descriptive research method with cross sectional correlation. The population in this study were students of class X and XI SMU Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Total population 150 people. Sampling technique that uses random sampling. Chi square analysis of data. The results of research that is characteristic of young women respondents with the most respondents aged 15 years is 13 people (43.3%). Most of the respondents had good knowledge about the pre menstrual syndrome, as many as 15 people (50%) and who have a few knowledge of as many as 3 people or less (10%). Most respondents had the level of emotion in the light category of 15 people (50%). So in this case, There is a correlation between knowledge and level of emotion against pre menstrual syndrome. The results of this study indicated by the value of  $\chi^2 = 20,88$  and  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ). So in other words  $H_a$  accepted.

Key Word : Knowledge, Emotion level, *Pre Menstrual Syndrome*

## PENDAHULUAN

Siklus kehidupan seorang wanita dibagi dalam beberapa masa yaitu terdiri dari masa bayi, masa anak-anak, masa pubertas, masa reproduksi, masa klimakterium dan masa senium (Wiknjosastro, 2005).

Masa pubertas merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, tidak ada batas yang tajam antara akhir masa kanak-kanak dan awal masa pubertas, akan tetapi dapat dikatakan bahwa pubertas mulai dengan berfungsinya ovarium (Wiknjosastro, 2005).

*Menstruasi* adalah pelepasan dinding rahim (*endometrium*) yang disertai dengan

pendarahan dan terjadi setiap bulannya kecuali pada saat kehamilan. *Menstruasi* yang terjadi terus menerus setiap bulannya disebut sebagai siklus *menstruasi*. *menstruasi* biasanya terjadi pada usia 11 tahun dan berlangsung hingga anda *menopause* (biasanya terjadi sekitar usia 45 – 55 tahun). Normalnya, *menstruasi* berlangsung selama 3 – 7 hari (Suryani, 2008).

*Pre menstrual Syndrome* adalah sekelompok gejala yang terjadi dalam *fase luteal* dari siklus haid. Gejala-gejala itu sembuh dengan datangnya haid atau dalam 2-3 hari setelah haid. Gejala-gejala ini sering mengganggu pekerjaan dan hubungan sosial, kira-kira sampai dengan 40% wanita usia

1) Student of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

2) Lecturer of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

3) Lecturer of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

reproduksi mengalami PMS (Rayburn, 2001).

Menurut Wahyuningsih (2006), penelitian mengenai reaksi emosi terhadap *pre menstrual syndrome* pada 475 remaja perempuan menemukan bahwa setengah dari responden merasa biasa saja, sebagian lagi merasa cemas dan beberapa diantaranya merasa takut, hanya 10% yang menerima keadaan *pre menstrual syndrome*.

Pengetahuan remaja tentang *pre menstrual syndrome* dan upaya pencegahan merupakan stimulus yang diharapkan dapat membentuk perilaku remaja yang lebih baik. Dengan mengenali gejala-gejala tentang sindroma haid diharapkan remaja berusaha untuk mengatasinya dengan benar bukan membiarkannya.

Kurangnya pengetahuan dan pendidikan remaja tentang kesehatan reproduksi atau mereka tidak tahu sama sekali dan tidak ingin tahu tentang *pre menstrual syndrome*, karena yang penting adalah cara mengatasi dan menangani terjadinya *pre menstrual syndrome*. Tujuan utama pendidikan kesehatan reproduksi tidak hanya memberikan informasi tentang *pre menstrual syndrome* tetapi juga menumbuhkan sikap, perilaku positif dan refleksi kritis terhadap pengalaman individu (Halstead & Reiss, 2003). Pendidikan kesehatan reproduksi terutama *pre menstrual syndrome* berdasarkan nilai-nilai yang ada di masyarakat termasuk nilai-nilai agama (Bruess & Greenberg, 1994).

Upaya pemerintah untuk mengurangi terjadinya PMS dengan cara memberikan penyuluhan dan memberikan mata pelajaran ilmu kesehatan reproduksi sebagai kurikulum dalam pendidikan SMA.

Berdasarkan hasil survey yang dilakukan di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tanggal 20 April 2009 untuk

kelas X dan XI ada 6 kelas yang laki-laki 99 orang, perempuan 150 orang. Hasil wawancara dengan petugas perpustakaan SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta bahwa buku tentang kesehatan reproduksi hanya ada satu buah, sedangkan pelajaran tentang kesehatan reproduksi di kelas X dan XI belum didapatkan, pelajaran tersebut akan diberikan pada kelas XII, sehingga sebagian siswi belum mengetahui tentang *pre menstrual syndrome*. Berdasarkan wawancara dengan guru bimbingan konseling didapatkan bahwa masih banyak siswa yang belum mengetahui tentang *pre menstrual syndrome* dan hal ini didukung juga dengan wawancara dengan guru mata pelajaran biologi. Dari uraian di atas peneliti tertarik untuk mengetahui "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang *Pre Menstrual Syndrome* dengan Tingkat Emosi pada Siswi Kelas X dan XII di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta".

### **Rumusan Masalah**

Dengan melihat latar belakang di atas, maka permasalahan penelitian dapat dirumuskan sebagai berikut : "Adakah Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang *Pre Menstrual Syndrome* dengan Tingkat Emosi pada Siswi Kelas X dan XII di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta?"

### **Tujuan Penelitian**

#### **Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang *Pre Menstrual Syndrome* dengan Tingkat Emosi pada Siswi Kelas X dan XI di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

#### **Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui karakteristik siswa berdasarkan umur siswa, informasi tentang *pre menstrual syndrome*.

- b. Mengetahui tingkat pengetahuan siswi tentang *premenstrual sindrom* di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta
- c. Mengetahui tingkat emosi siswa

## **Manfaat**

### ***Bagi Ilmu Pengetahuan***

Agar remaja putri lebih mengetahui tentang *pre menstrual syndrome* sehingga bidan mampu memberikan penjelasan ke remaja putri terutama siswi SMA tentang *pre menstrual syndrome*

### ***Bagi Remaja***

Agar mereka mengetahui tentang PMS, emosi, dan penyebab PMS sehingga mereka tidak stress dan takut dengan keadaan yang dialaminya karena mendapatkan penanganan sejak dini

### ***Bagi mahasiswa STIKES 'Aisyiyah***

Sebagai masukan dan bacaan mahasiswa dalam kaitannya memberikan penyuluhan kesehatan di masyarakat, khususnya remaja sewaktu praktek di lapangan.

### ***Bagi SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta***

- a. Dari hasil penelitian ini, diharapkan merupakan informasi bagi peningkatan pengetahuan, khususnya bagi remaja putri di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta tentang PMS dan sebagai pertimbangan bagi pengambilan kebijakan dalam menentukan program pendidikan kesehatan yang tepat untuk diterapkan pada remaja.
- b. Guru BP dan guru mata pelajaran dapat memberikan mata pelajaran tentang kesehatan reproduksi lebih dini.

## **TINJAUAN PUSTAKA**

### **Tingkat Emosi**

#### *Pengertian Emosi*

Menurut Kaplan & Sadock (2002), Emosi adalah respon terhadap suatu ancaman yang sumbernya tidak diketahui. Internal, samar-samar atau konfliktual. Sedangkan emosi menurut Stuart & Sudeen (2002), adalah perasaan individu dan pengalaman subyektif yang spesifik tidak dapat diamati secara langsung dan perasaan tanpa obyek yang spesifik, dipacu oleh ketidaktahuan dan didahului oleh pengalaman baru seperti masuk sekolah, pekerjaan baru, atau kelahiran anak.

Menurut Maramis (2005), bahwa emosi merupakan suatu respon terhadap stressor yang merupakan gangguan afek dan emosi. Afek adalah suatu nada perasaan menyenangkan / tidak yang menyertai suatu pikiran dan biasanya berlangsung lama atau kurang disertai komponen fisiologik. Sedangkan emosi adalah manifestasi keluar dan disertai oleh banyak komponen fisiologik, berlangsung relatif tidak lama.

Dari beberapa pengertian tersebut diatas, maka dapat diambil kesimpulan bahwa emosi adalah perasaan individu yang muncul sebagai respon dari adanya stressor yang biasa berupa suatu ancaman, kehilangan, bahagia dan suatu pengalaman.

#### *Proses Emosi*

*Stressor* ( Penekanan / pendorong ) yang menimbulkan emosi adalah seseorang itu merasakan misalnya suatu ancaman, kehilangan, atau bahaya. Cara seseorang merasakan suatu peristiwa tersebut tergantung pada latar belakang, kebutuhan, konsep diri, sumber daya, pengetahuan, ketrampilan, sifat kepribadian, dan kedewasaan (Bostrom & Schwecee 1995

### Tanda dan Gejala Emosi

Sensasi emosi sering dialami oleh hampir semua manusia. Perasaan tersebut ditandai oleh rasa ketakutan yang *difus* (tak terbatas tegas), tidak menyenangkan dan samar – samar. Sering disertai oleh gejala otonomik seperti nyeri kepala, berkeringat, *palpitasi*, hipertensi, *tremor* gangguan lambung dan frekuensi *urine*, seseorang yang cemas mungkin juga merasa gelisah. Seperti gejala tertentu yang ditemukan selama emosi sering bervariasi dari orang ke orang (Kaplan dan Sadock, 1997)

### Penyebab Emosi

Penyebab timbulnya emosi sebagai berikut :

- a. Perkawinan merupakan sumber stress yang dialami seseorang.
- b. Hubungan interpersonal dengan keluarga dan kawan yang mengalami konflik.
- c. Pekerjaan
- d. Tempat tinggal
- e. Keuangan, merupakan problem yang sangat berpengaruh pada kesehatan jiwa seseorang dan seringkali masalah keuangan merupakan faktor yang membuat seseorang jatuh dalam emosi.
- f. Penyakit fisik dan cedera (Hawari, 1997)

### Faktor Predisposisi Emosi

#### Usia

Faktor usia yang lebih muda akan lebih mudah untuk menderita stress daripada umur tua. Soewardi (Cit Mellyya, 2001). Selain itu menurut Heyles dan Feinlab (dalam Mellyya, 2001) menyatakan bahwa usia ikut menentukan emosi dengan sering terjadinya emosi pada golongan usia muda.

### Pendidikan

Pendidikan bagi seorang individu merupakan pengaruh dinamis dalam perkembangan jasmani, jiwa, perasaan dan susila. Menurut Meichati (Cit Mellyya, 2001), sehingga tingkat pendidikan yang berbeda akan memberikan jenis pengalaman serta nilai yang berbeda. Masalah ini dapat di anggap sebagai tekanan yang dapat menimbulkan krisis dan seseorang yang terkena krisis akan mengalami emosi. Menurut Soewardi (Cit Mellyya, 2001) bahwa status pendidikan yang rendah pada seseorang akan menyebabkan orang tersebut mudah mengalami stress dan emosi. Emosi sangat dimungkinkan akan terjadi pada orang yang memiliki tingkat pendidikan rendah yang disebabkan kurangnya informasi yang mereka ketahui.

#### Sosial Ekonomi

Menurut Soewardi (Cit Mellyya, 2001), bahwa status ekonomi yang rendah pada seseorang dapat menyebabkan orang tersebut terkena stress.

#### Lingkungan

Pengalaman dari orang-orang sekitar remaja, yang berkaitan dengan pengalamannya dalam menghadapi pre menstrual syndrome akan mempengaruhi remaja menjadi cemas (Cit Saadah, 2001).

#### Pengetahuan

Menurut Rokhani (2008), semakin baik pengetahuan remaja tentang *pre menstrual syndrome* semakin tidak emosi dalam menghadapi *pre menstrual syndrome*, karena dengan pengetahuan yang baik remaja dapat mengatasi emosinya saat menghadapi *pre menstrual syndrome* dengan cara melakukan relaksasi ringan yaitu dengan menarik nafas panjang dan dihembuskan melalui mulut atau dengan tidur miring.



## Pengetahuan

Pengetahuan adalah merupakan hasil dari “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu obyek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yakni indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian besar pengetahuan merupakan “domain” yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Notoatmojo, 2003). Pengetahuan adalah segala sesuatu yang diketahui atau segala sesuatu yang diketahui berkenaan dengan hal/mata pelajaran (Alwi, 2001).

## Remaja

Remaja dalam arti adolensence berasal dari bahasa Yunani *Adolescere* yang artinya pertumbuhan kearah kematangan. Kematangan di sini tidak hanya kematangan fisik, tetapi juga kematangan sosial psikologis (Sarwono, 2004).

Masa remaja merupakan masa transisi dari masa kanak-kanak ke masa dewasa yang ditandai dengan datangnya masa pubertas, adanya perkembangan fisik yang maksimal dan sudah mampu memproduksi. Bersamaan dengan pertumbuhan fisik tersebut berkembang pula aspek psikologis dan aspek sosialnya (Sarwono, 2004).

## Menstruasi

Menurut Wiknjosastro (2002), menstruasi adalah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Menurut Jones (2002) menstruasi adalah peristiwa pengeluaran darah, lendir dan sisa-sisa sel yang berasal dari mukosa uterus dengan interval yang teratur mulai dari *menarche* sampai menopause.

Pada sebagian besar wanita, siklus menstruasi berkisar antara 28-32 hari. Lama menstruasi biasanya antara 3-5 hari tetapi ada yang 1-2 hari kemudian diikuti pengeluaran darah yang sedikit-sedikit ada pula yang sampai 7-8 hari. Jumlah darah yang keluar rata-rata  $33,2 \pm 16$  cc (Wiknjosastro, 2002).

Menstruasi disebabkan oleh perubahan hormon estrogen dan progesteron. Perubahan hormon ini terjadi pada saat korpus rubrum menjadi korpus luteum. Pada saat ini kadar hormon estrogen dan progesteron meningkat sehingga endometrium dalam fase sekresi. Kemudian setelah 8 hari korpus luteum mengalami regresi yang menyebabkan pengeluaran hormon. Estrogen dan progesteron berkurang dan berhenti akibat pengeluaran estrogen dan progesteron turun dan berhenti terjadi vasokonstriksi pembuluh.

## *pre menstrual syndrome*

Istilah *pre menstrual syndrome* digunakan untuk menguraikan beraneka ragam gejala fisik dan emosi yang dialami oleh para wanita. Biasanya gejala-gejala ini terjadi 1 hingga 14 hari sebelum masa haid dimulai dan diikuti dengan tahap bebas gejala jika masa ini telah lewat (Tan, 2002).

Menurut Wiknjosastro (1999) bahwa *pre menstrual syndrome* merupakan keluhan-keluhan yang biasa muncul satu minggu sampai beberapa hari sebelum datangnya haid dan menghilang sesudah haid datang, walaupun kadang-kadang berlangsung terus sampai haid berhenti.

Beraneka ragam keluhan yang diderita wanita sebelum menstruasi adalah mudah tersinggung, gugup, lelah, depresi, pusing, sakit pada perut, buah dada yang membesar, dan mengeras. Semua keluhan dan gejala ini

dikelompokkan menjadi satu dan dikenal dengan sebutan pre menstrual syndrome (Cherry, 1999).

Menurut Karyadi (1999) bahwa gangguan kesehatan berupa pusing, depresi, perasaan sensitif berlebihan sekitar dua minggu sebelum haid yang biasanya dianggap hal yang lumrah bagi wanita usia produktif dinamakan *pre menstrual syndrome*.

*Pre menstrual syndrome* atau *sindroma fase luteal* lambat merupakan tanda-tanda fisik yang kompleks dan gejala yang berhubungan dengan perilaku akan muncul separuh akhir dari siklus haid, yang menghilang saat mulainya haid (Nelson, 1999).

### Landasan Teori

*Pre menstrual syndrome* adalah keluhan yang biasa muncul satu minggu sampai beberapa hari sebelum datangnya haid dan menghilang sesudah haid datang walaupun kadang-kadang berlangsung terus sampai haid berhenti. Faktor-faktor hormonal, faktor psikologis dan gizi menyebabkan munculnya gejala PMS seperti payudara terasa penuh dan nyeri, bengkak, sakit kepala, peningkatan nafsu makan terutama yang manis dan asin, iritabilitas, ketidakstabilan perasaan, depresi sulit konsentrasi.

### Hipotesis

Ada hubungan antara pengetahuan siswi dengan emosi menghadapi *pre menstrual syndrome*. Semakin baik pengetahuan, semakin tidak Emosi dalam menghadapi *pre menstrual syndrome*.

## METODE PENELITIAN

### Jenis dan Lokasi Penelitian

Desain penelitian ini menggunakan metode deskriptif korelasional. Pendekatan waktu yang digunakan yaitu *cross sectional* yaitu pengamatan dalam satu waktu (Sastroasmoro, 2002). Lokasi dalam penelitian ini adalah di SMU Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

### Populasi Dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI SMU Muhammadiyah 3 Yogyakarta. Sampel adalah sebagian dari jumlah populasi yaitu 30 responden.

### Alat dan Metode Pengumpulan Data

#### Alat

Peneliti menggunakan instrumen berupa test tertutup dan alat tulis untuk mengetahui pengetahuan siswi. Tes tertutup yaitu daftar pertanyaan tentang *pre menstrual syndrome* yang mempunyai pilihan jawaban benar atau salah sehingga responden tinggal memilih yang telah digunakan oleh Handayani (2007). Sedangkan untuk mengetahui emosi menghadapi *pre menstrual syndrome* dengan menggunakan HRS-A. Instrumen ini sudah dibakukan sehingga tidak perlu dilakukan uji validitas.

#### Metode Pengumpulan Data

Pengumpulan data dilakukan lebih dahulu dengan memberi penjelasan pada responden tentang pengisian tes tertutup. Peneliti menggunakan pernyataan-pernyataan tertutup sehingga responden hanya perlu memberi jawaban berupa tanda centang (V) pada kolom jawaban yang tersedia.

## Definisi Operasional

Pengetahuan siswi kelas satu adalah sesuatu yang diketahui oleh siswi kelas satu tentang pengertian, faktor penyebab, gejala serta pencegahan dan penanganan *pre menstrual syndrome* yang berdasarkan parameter jawaban benar dengan kategori baik, cukup baik, kurang baik, dan tidak baik yang diukur dengan kuesioner tertutup dengan skor untuk setiap jawaban benar adalah 1 dan salah adalah 0.

Dikategorikan menurut Arikunto (1998) :

Baik : 76% - 100%  
Cukup baik : 56% - 75%  
Kurang baik : 41% - 55%  
Tidak Baik : < 40%  
Skala : ordinal

*Pre menstrual syndrome* adalah kumpulan gejala yang terjadi menjelang sampai awal haid yang menyebabkan banyak gangguan kehidupan wanita.

Emosi siswi menghadapi *pre menstrual syndrome* adalah suatu emosi yang dialami oleh siswi saat menghadapi *pre menstrual syndrome*. Sebagai pengukur variabel emosi dengan menggunakan instrumen yaitu *Hamilton Rating Scale for Anxiety (HRS-A)* yang terdiri dari 14 kelompok gejala, masing-masing kelompok gejala diberi penilaian antara nol sampai empat dengan penilaian sebagai berikut

Nilai 0 : tidak ada gejala emosi

Nilai 1 : gejala ringan

Nilai 2 : gejala sedang

Nilai 3 : gejala berat

Nilai 4 : gejala berat sekali

Setiap skor gejala dijumlahkan dan dibagi jumlah item tiap gejala kemudian dilakukan penilaian dengan skor sebagai berikut :

Kurang dari 14 : tidak ada emosi  
14-20 : emosi ringan  
21-27 : emosi sedang  
28-41 : emosi berat  
42-56 : emosi berat sekali  
Skor : Ordinal

## Metode Pengolahan dan Analisis Data

### *Editing dan Coding*

Meneliti data yang sudah terkumpul dilakukan pengecekan untuk meneliti kelengkapan data yang dikumpulkan, selanjutnya data diberikan kode dengan skor jawaban benar bernilai 1 dan jawaban salah bernilai 0.

### *Tabulating*

Memasukkan data jawaban responden dalam tabel sesuai dengan skor jawaban kemudian dimasukkan dalam tabel distribusi frekuensi yang telah disiapkan.

### Analisa Data

#### *Analisis Univariat*

Menganalisis variabel variabel yang ada secara deskriptif dengan menghitung distribusi frekuensi dan proporsi untuk mengetahui karakteristik dari subyek penelitian. Hasilnya disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi.

#### *Analisis Bivariat*

Analisis yang dilakukan untuk melihat hubungan dua variabel, yaitu variabel bebas dan terikat dengan menggunakan *Kendall Tau* karena skala pengukuran ordinal dan ordinal, dengan menggunakan SPSS 11.0 for windows, dan taraf signifikansi 95% ( $p < 0,05$ ).



## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### *Gambaran Umum Tempat Penelitian*

Penelitian ini dilakukan di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta dengan kecamatan Wirobrajan. Sekolah ini terdiri dari 21 kelas dengan jurusan IPA dan IPS. IPA sebanyak 7 kelas meliputi kelas II dan III, sedangkan IPS juga 7 kelas meliputi kelas II dan III. Jumlah seluruh siswa 724 siswa sedangkan jumlah guru 49 orang, tahun berdiri 1958.

### *Hasil Penelitian*

Hasil Penelitian

#### *Karakteristik Responden*

Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah kelas dan umur murid perempuan di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta.

#### Umur

Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai umur 15 tahun sebanyak 13 orang (43,3%), responden dengan umur 16 tahun sebanyak 10 orang (33,3%) dan yang terkecil umur 17 tahun sebanyak 7 orang (23,3%).

#### Pengetahuan Responden

Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa pengetahuan responden sebagian besar baik yaitu 15 orang (50%). Dan responden dengan pengetahuan kurang baik sebanyak 3 orang (10%).

#### Tingkat Emosi

Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar responden tingkat emosi ringan dalam menghadapi *pre menstrual syndrome* sebanyak 15 orang (50%) dan tingkat emosi berat sebanyak 2 orang (6,7%).

#### Hubungan Pengetahuan dengan Tingkat Emosi Saat Menghadapi *Pre menstrual syndrome*

Berdasarkan penelitian dapat diketahui bahwa ada hubungan antara pengetahuan remaja putri dengan tingkat emosi menghadapi *pre menstrual syndrome* dengan ditunjukkan pada  $\chi^2 = 20,88$  dan  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ). Jadi dengan kata lain hipotesis diterima.

### **Pembahasan**

Karakteristik Responden Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa sebagian besar responden kelas XI. Menurut umur responden sebagian besar responden berumur 15 tahun sebanyak 13 orang (43,3%). Hasil ini menunjukkan bahwa pada umur tersebut sebagian responden telah mendapatkan *pre menstrual syndrome*. Menurut Wiknjosastro (2005), usia *pre menstrual syndrome* bervariasi lebar yaitu 10-16 tahun dengan rata-rata 12,5 tahun. Teori ini didukung pula oleh pendapat Llewellyn dan Jones (2002) mengatakan peristiwa terpenting yang terjadi pada gadis remaja ialah datangnya haid yang pertama kali, biasanya sekitar umur 10-16 tahun.

#### *Pengetahuan*

Dari hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar remaja putri mempunyai pengetahuan tidak baik tentang *pre menstrual syndrome* sebanyak 15 orang (50%), sedangkan yang mempunyai pengetahuan kurang baik tentang *pre menstrual syndrome* sebanyak 3 orang (10%).

Pengetahuan adalah kesan yang ada dalam pikiran manusia yang merupakan hasil dari penggunaan panca inderanya. Pengetahuan sangat berbeda sekali dengan kepercayaan (*believe*), tahayul (*superstitions*), dan penerangan-penerangan yang keliru (*miss communication*). Pengetahuan juga berbeda dengan buah

fikiran (*ideas*), karena tidak semua pikiran merupakan pengetahuan (Soekanto, 2002).

Penelitian ini tidak ada pengetahuan yang tidak baik dikarenakan SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta terletak di sebuah perkotaan, sehingga lebih mudah dalam mendapatkan informasi. Pemahaman remaja tentang *pre menstrual syndrome* mengandung makna bahwa seyogyanya memiliki kemampuan tentang *pre menstrual syndrome*. Pengetahuan tentang *pre menstrual syndrome* diharapkan supaya remaja putri tidak cemas saat menghadapi *pre menstrual syndrome*.

#### Tingkat emosi

Dari hasil penelitian dapat diketahui bahwa sebagian besar remaja putri tidak mengalami tingkat emosi saat menghadapi *pre menstrual syndrome* sebanyak 15 orang (50%) dan yang mengalami tingkat emosi berat saat menghadapi *pre menstrual syndrome* sebanyak 2 orang (6,74%).

Menurut Stuart & Sudeen (2002), tingkat emosi adalah perasaan individu dan pengalaman subyektif yang spesifik tidak dapat diamati secara langsung dan perasaan tanpa obyek yang spesifik, dipacu oleh ketidaktahuan dan didahului oleh pengalaman baru seperti masuk sekolah, pekerjaan baru, atau kelahiran anak.

#### Hubungan antara Pengetahuan dengan tingkat emosi menghadapi *pre menstrual syndrome*

Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan tingkat emosi menghadapi *pre menstrual syndrome*. Hasil penelitian ini ditunjukkan dengan nilai  $\chi^2 = 20,88$  dan  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan tingkat emosi menghadapi *pre menstrual syndrome* dengan OR = 0,027 dan

CI 95% dengan batas atas = 0,267 dan batas bawah = 0,267. Jadi dengan kata lain hipotesis diterima.

#### Keterbatasan penelitian

Sampel dalam penelitian ini hanya meliputi 30 siswa yang sekolah di SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta sehingga hasil informasi yang diperoleh belum maksimal.

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Dengan strata kelas responden yang berbeda-beda sehingga persepsi dalam pengisian kuesioner juga akan berbeda-beda. Untuk mengantisipasi hal tersebut peneliti memberikan penjelasan, sebelum responden mengisi kuesioner serta mengarahkan kepada responden supaya mengisi kuesioner secara jujur.

#### KESIMPULAN DAN SARAN

##### Kesimpulan

Berdasarkan analisis data dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan sebagai berikut :

Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan tingkat emosi menghadapi *pre menstrual syndrome*. Hasil penelitian ini ditunjukkan dengan nilai  $\chi^2 = 20,88$  dan  $p = 0,002$  ( $p < 0,05$ ). Jadi dengan kata lain  $H_a$  diterima.

Berdasarkan karakteristik responden remaja putri sebagian besar responden berumur 15 tahun sebanyak 13 orang (43,3%).

Sebagian besar responden mempunyai pengetahuan baik tentang *pre menstrual syndrome* sebanyak 15 orang (50%) dan yang mempunyai pengetahuan kurang baik sebanyak 3 orang (10%).

Sebagian besar responden mempunyai tingkat tingkat emosi dalam kategori ringan sebanyak 15 orang (50%).

## Saran

### **Bagi Ilmu Pengetahuan**

Diharapkan dapat menjadi masukan tentang pengetahuan dan tingkat emosi PMS sehingga lebih mudah dalam menghadapi PMS.

### **Bagi Peneliti**

Menambah pengetahuan dan sumber pustaka bagi peneliti lain yang ingin meneliti lebih lanjut tentang *pre menstrual syndrome*.

### **Bagi Institusi STIKES Aisyiyah Yogyakarta**

Diharapkan memberikan masukan atau informasi tentang *pre menstrual syndrome* dengan lebih ditingkatkan dan merata ke seluruh siswa dengan harapan dapat benar-benar mengerti dan paham dengan memberikan KIE pada murid

### **Bagi Institusi SMA Muhammadiyah 3 Yogyakarta**

Institusi diharapkan mampu memberikan kegiatan yang positif yang sesuai dengan kecenderungan siswanya agar perkembangan pribadi siswa dapat berkembang dengan baik.

### **Bagi Masyarakat**

Tingkat pengetahuan tentang *pre menstrual syndrome* yang baik hendaknya diikuti dengan sikap yang positif sehingga tingkat emosi dalam menghadapi *pre menstrual syndrome* dapat dikurangi.

## DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, S., 2002. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Edisi Revisi. Rineka Cipta. Jakarta
- Alwi, 2001. *Pengetahuan*, Rineka Cipta. Jakarta
- Affandi, 2002, *Menstruasi*, Rineka Cipta. Jakarta

- BKKBN, 2005. *Perkembangan Remaja dan Kesehatan Reproduksi*. BKKBN. Jakarta
- Bostrom & Scewecee. 2000. *Keperawatan Maternitas*, EGC. Jakarta
- Hawari, 2003, *Kecemasan*, EGC. Jakarta
- HurLock, 2002, *Psikologi Remaja*, EGC. Jakarta
- Ibrahim, 2002. *Psikologi Remaja*, Rineka Cipta. Jakarta
- Kaplan dan Sadock, 2002. *Sinopsis Psikiatri*. Edisi VII Jilid I, Binarupa Aksara, Jakarta
- Maramis, 2005, *Kecemasan*, EGC, Jakarta
- Muliani, 2002, *Pengaruh Penyuluhan terhadap Menarche di SMP N 1 Wonosobo*, KTI, Klaten
- Notoatmodjo, S., 2002. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta. Jakarta
- Rayburn, 2001. *Obstetri Ginekologi*. EGC, Jakarta
- Rita, 2008, *Menstruasi*, <http://www.google.c> Diakses tanggal 17 Maret 20
- Sarwono, 2004. *Psikologi Remaja*, Rineka Cipta, Jakarta
- Soekanto, 2002. *Ilmu Sosial Budaya Dasar*, Rineka Cipta. Jakarta
- Stuart dan Sundeen, 2002. *Sinopsis Psikiatri*. Edisi VII Jilid I, Binarupa Aksara, Jakarta
- Suryani, 2005. *Apa yang Anda Ketahui Tentang Menarche*, <http://indomedia.com> diakses tanggal 22 Desember 2008

Wahyuningsih, 2006, *Hubungan antara Konsep Diri dengan Kecemasan Menghadapi Menarche*, Skripsi, Fakultas Psikologi, UAD, Yogyakarta

Wiknjosastro, H., 2005, *Ilmu Kebidanan*, YBPSP. Jakarta



STIKES  
Aisyiyah  
YOGYAKARTA