

**HUBUNGAN PENGETAHUAN GEJALA PREMENSTRUASI
SINDROM TERHADAP PENANGANAN PREMENSTRUASI
SINDROM DI SMP NEGERI 3 GAMPING
TAHUN 2018**

NASKAH PUBLIKASI



Di susun oleh :

Sindy Dyah Aprilyandari

1710104157

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA TERAPAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS 'AISYIYAH
YOGYAKARTA
2018**

**HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN PENGETAHUAN GEJALA PREMENSTRUASI
SINDROM TERHADAP PENANGANAN PREMENSTRUASI
SINDROM DI SMP NEGERI 3 GAMPING
TAHUN 2018**

NASKAH PUBLIKASI



**Disusun Oleh :
Sindy Dyah Aprilyandari
1710104157**

Telah Memenuhi Persyaratan Dan Disetujui Untuk Mengikuti Ujian skripsi
Program Studi Kebidanan Program Sarjanan Terapan
Fakultas Ilmu Kesehatan
di Universitas 'Aisyiyah
Yogyakarta

Oleh

Pembimbing
Tanggal
Tanda tangan

: Siti Istiyati, SST., M.Kes
: 21 Juli 2018



HUBUNGAN PENGETAHUAN GEJALA PREMENSTRUASI SINDROM TERHADAP PENANGANAN PREMENSTRUASI SINDROM DI SMP NEGERI 3 GAMPING TAHUN 2018¹

Sindy Dyah Aprilyandari², Siti Istiyati³
Email : sindydyah19@gmail.com

ABSTRAK

Berdasarkan laporan WHO (World Health Organization), premenstruasi sindrom memiliki prevalensi lebih tinggi dinegara-negara asia dibandingkan dengan negara-negara barat. Hasil penelitian American College Obstetricians and Gynecologists di Srilanka tahun 2012, melaporkan bahwa gejala premenstruasi sindrom dialami sekitar 65,7% remaja putri. Hasil studi Mahin De Lara di Iran (2012), ditemukan sekitar 98,2% perempuan berumur 18 tahun hingga 27 tahun mengalami paling sedikit 1 gejala premenstruasi sindrom derajat ringan atau sedang. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan design deskriptif korelasi dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Teknik sampling pada penelitian ini yaitu total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 103 orang. Hasil uji statistik menggunakan *spearman rank* di dapatkan hasil p value $0,000 < 0,05$. Hasil uji statistik menunjukkan adanya hubungan pengetahuan gejala premenstruasi sindrom terhadap penanganan premenstruasi sindrom di SMP Negeri 3 Gamping. Nilai keeratan dalam hubungan pengetahuan gejala premenstruasi sindrom terhadap penanganan premenstruasi sindrom yaitu 0,691 yang berarti memiliki nilai keeratan kuat.

Kata Kunci : Pengetahuan Gejala Premenstruasi Sindrom, Penanganan Premenstruasi Sindrom

ABSTRACT

Based on the WHO (World Health Organization) report, premenstrual syndrome has a higher prevalence in Asian countries compared to Western countries. The results of a research by the American College of Obstetricians and Gynecologists in Sri Lanka in 2012 reported that the symptoms of premenstrual syndrome were experienced by 65.7% of young women. The results of Mahin De Lara's study in Iran (2012) found that 98.2% of women at the age 18 years to 27 years experienced at least one mild or moderate degree of premenstrual syndrome symptoms. The research was a Quantitative Study using a Descriptive Correlation design with a Cross. Total sampling technique was applied in the research and the total of the samples were 103 people. The statistical test was analyzed by Spearman Rank and obtained the results of *p value*. The *p value* was $0.000 < 0.05$. The result of statistical test showed a relationship between knowledge of premenstrual syndrome symptoms and premenstrual syndrome management at Gamping 3 Junior High School. The closeness in the relationship of the knowledge of premenstrual syndrome symptoms and premenstrual syndrome management was 0.691.

Keywords : Knowledge of Premenstrual Syndrome Symptoms, Premenstrual Syndrome Management

PENDAHULUAN

Premenstruasi sindrom merupakan gangguan siklus yang umum terjadi pada wanita muda dan pertengahan, ditandai dengan gejala fisik dan emosional yang konsisten, terjadi selama fase luteal pada siklus menstruasi (Saryono, 2009, hal 1).

Berdasarkan laporan WHO (World Health Organization), premenstruasi sindrom memiliki prevalensi lebih tinggi dinegara-negara asia dibandingkan dengan negara-negara barat. Hasil penelitian American College Obstetricians and Gynecologists di Srilanka tahun 2012, melaporkan bahwa gejala premenstruasi sindrom dialami sekitar 65,7% remaja putri. Hasil studi Mahin De Lara di Iran (2012), ditemukan sekitar 98,2% perempuan berumur 18 tahun hingga 27 tahun mengalami paling sedikit 1 gejala premenstruasi sindrom derajat ringan atau sedang.

Berdasarkan data yang diperoleh oleh Departemen Kesehatan tahun 2014 tentang prevalensi premenstruasi sindrom di Indonesia, diperoleh hasil sebanyak 40% wanita Indonesia mengalami premenstruasi sindrom dan sebanyak 2-10% mengalami gejala berat.

Perubahan fisik yang dialami selama premenstruasi sindrom yaitu kenaikan berat badan, terjadi pembesaran bagian tubuh terutama daerah tertentu (perut, jari tangan, kaki) karena tubuh menahan cairan, pegal dan nyeri otot terutama didaerah pinggang, payudara membesar dan nyeri tekan, timbul jerawat, air seni berkurang, pusing, mual, nafsu makan meningkat. Perubahan psikis yang biasa dialami yaitu, kontrol emosi rendah, cepat marah, reaksi emosi tidak logis, daya ingat dan konsentrasi rendah, lesu, depresi, rasa kurang percaya diri dan perasaan tidak berharga (Iriyanto, 2015, hal 17)

Bidan memulai proses penatalaksanaan PMS dengan menunjukkan empati dan dukungan kepada perempuan, pendekatan yang dilakukannya yaitu dalam gaya hidup individu, termasuk diet, aktivitas sehari-hari, dan pengurangan stress. Bidan juga merekomendasikan pemberian berbagai macam vitamin, mineral (terutama kalsium) dan sejumlah terapi pelengkap untuk mengatasi PMS (Varney, 2007).

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan di SMP Negeri 3 Gamping pada tanggal 11 Desember 2017 dengan 10 orang siswi didapatkan 10 orang siswi tersebut tidak mengetahui tentang premenstruasi sindrom. Setelah di jelaskan secara singkat tentang premenstruasi sindrom terdapat 6 orang siswi dari 10 orang siswi yang mengalami gejala premenstruasi sindrom seperti nyeri perut, jerawat pada area wajah, nyeri punggung, mudah marah dan tersinggung. 6 orang siswi tersebut mengatasi gejala premenstruasi sindrom hanya dengan berbaring dan juga mengompres perut mereka dengan air hangat untuk mengurangi rasa nyeri. Mereka mengaku belum pernah adanya penyuluhan dan informasi tentang hal tersebut. Inilah yang menyebabkan para siswi kurang informasi dan kurang memahami penanganan premenstruasi sindrom ini. Dampak tersebut dapat mengganggu kegiatan belajar siswi.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan design deskriptif korelasi dengan pendekatan waktu *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor risiko dengan efek, dengan cara pendekatan obeservasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat (point time approach) (Notoatmodjo, 2012, hal 38).

Adapun populasi dalam penelitian adalah semua siswi kelas VII di SMP Negeri 3 Gamping dengan jumlah 103 siswi. Sampel dalam penelitian ini berjumlah 103 orang, teknik pengambilan sampel dengan total sampling.

Alat pengumpulan data adalah teknik atau cara-cara yang dapat digunakan oleh peneliti untuk mengumpulkan data (Riduwan, 2015, hal 24).

Sebelum kuesioner ini digunakan dalam penelitian, terlebih dahulu dilakukan pengujian sehingga diketahui validitas dan reliabilitasnya yaitu dengan cara menguji cobakan instrument kepada responden di luar sampel penelitian, paling sedikit 20 responden agar diperoleh distribusi nilai hasil pengukuran mendekati normal. Analisa data dalam penelitian ini menggunakan uji korelasi *spearman rank* yaitu $p \text{ value} < 0,05$.

HASIL ANALISIS

1. Karakteristik Reponden

Tabel 4.1 Karakteristik Umur Responden

Umur	Jumlah	Presentase (%)
13 Tahun	38	36,09 %
14 Tahun	65	63,01 %
Jumlah	103	100 %

Berdasarkan tabel . karakteristik responden mayoritas berusia 14 tahun yaitu berjumlah 79 orang (76,70 %) sedangkan responden yang berusia 13 tahun yaitu berjumlah 24 orang (23,30 %).

2. Analisis Univariat

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Reponden Berdasarkan Pengetahuan Tentang Premenstruasi Sindrom di SMP Negeri 3 Gamping

No	Kategori Pengetahuan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	44	42,07 %
2.	Cukup	24	23,03 %
3.	Kurang	35	34,00 %
	Jumlah	103	100 %

Sumber : Data primer tahun 2018

Berdasarkan tabel 4.2 mengenai frekuensi responden berdasarkan pengetahuan tentang premenstruasi sindrom didapatkan bahwa pada kategori pengetahuan baik sebanyak 44 responden (42,07%) sedangkan kategori pengetahuan kurang sebanyak 35 responden (34,00%).

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penanganan Premenstruasi Sindrom di SMP Negeri 3 Gamping

No	Kategori Penanganan	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Baik	41	39,08%
2.	Cukup	33	32,00%
3.	Kurang	29	28,02%
	Jumlah	103	100 %

Sumber : Data primer 2018

Berdasarkan tabel 4.3 tentang distribusi frekuensi responden berdasarkan penanganan premenstruasi sindrom didapatkan bahwa pada kategori penanganan baik sebanyak 41 responden (39,08 %) sedangkan pada kategori penanganan kurang sebanyak 29 responden (28,02 %).

3. Analisis Bivariat

Tabel 4.4 Hubungan Pengetahuan Premenstruasi Sindrom Terhadap Penanganan Premenstruasi Sindrom di SMP Negeri 3 Gamping

Pengetahuan	Penanganan								P value
	Kurang		Cukup		Baik		Jumlah		
	F	%	F	%	F	%	F	%	
Kurang	28	27,02%	3	2,09%	4	3,09%	35	33,98%	0.000
Cukup	0	0%	17	16,05%	7	6,08%	24	23,30%	
Baik	1	1,00%	13	12,06%	30	29,01%	44	42,71%	
Jumlah	29	28,15%	33	32,03%	41	39,80	103	100%	

Berdasarkan tabel 4.4 mengenai hubungan pengetahuan premenstruasi sindrom terhadap penanganan premenstruasi di dapatkan hasil bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik dan penanganan baik sebanyak 30 responden (29,01 %), responden yang memiliki pengetahuan cukup dan penanganan baik sebanyak 7 responden (6,08 %), dan responden dengan pengetahuan kurang dan penanganan baik sebanyak 4 responden (3,09 %).

Hubungan pengetahuan premenstruasi sindrom terhadap penanganan premenstruasi sindrom menggunakan uji statistik *spearman rank* di dapatkan hasil signifikasi hubungan sebesar 0,000. Hasil uji menunjukkan nilai $H_0 < 0,05$ yaitu $0,000 < 0,05$ dengan demikian terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan premenstruasi terhadap penanganan premenstruasi sindrom.

Koefisien korelasi berdasarkan uji *spearman rank* didapatkan hasil 0,691 yang berarti bahwa keerat hubungan antara pengetahuan gejala premenstruasi sindrom terhadap penanganan premenstruasi sindrom memiliki keerat kuat (0,60 – 0,799).

4. PEMBAHASAN

a. Gambaran Pengetahuan Tentang Premenstruasi Sindrom di SMP Negeri 3 Gamping

Hasil penelitian menyatakan 44 responden (42,07 %) dari 103 responden memiliki pengetahuan yang baik dan sebanyak 24 responden (23,03 %) dari 103 responden memiliki pengetahuan cukup. Sementara untuk pengetahuan kurang masih cukup banyak yaitu 35 responden (34,0 %) dari 103 responden.

Dalam penelitian ini mayoritas responden berusia 14 tahun yaitu sebanyak 65 responden (63,01 %) dari 103 responden. Usia responden berada dalam rentang masa remaja awal, dimana tingkat kematangan dan kekuatan dalam berfikir masih kurang sehingga banyak remaja yang berpengetahuan kurang. Serta remaja putri baru mengalami menstruasi. Masa remaja merupakan masa transisi dimana remaja mempunyai rasa ingin tahu yang besar terhadap kesehatan reproduksi salah satunya tentang penanganan *premenstrual syndrome*.

Selain itu, teori yang dikemukakan dalam jurnal Coryna Rizky Amelia (2014) bahwa tingkat pengetahuan yang baik sangat rendah yaitu hanya 6,5 % hal ini disebabkan karena sebagian anak perempuan jarang bahkan tidak pernah mendapatkan pendidikan kesehatan terutama tentang menstruasi. Menurut sebagian masyarakat hal ini masih dianggap tabu untuk dibicarakan terutama dilingkungan keluarga. Pengetahuan remaja putri terkait dengan premenstruasi sindrom seharusnya sudah didapatkan sejak remaja putri itu mengalami menstruasi.

Penelitian yang di lakukan oleh Emilia Meilani Putri (2010) menunjukkan bahwa pengetahuan remaja tentang premenstruasi sindrom 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.

b. Gambaran Penanganan Premenstruasi Sindrom di SMP Negeri 3 Gamping

Dari hasil penelitian menyatakan 41 responden (39,08 %) dari 103 responden memiliki penanganan baik dan 33 responden (32,0 %) dari 103 responden memiliki penanganan cukup. Sementara 29 responden (28,02 %) dari 103 responden memiliki penanganan kurang.

Lingkungan sekitar berperan dalam mempengaruhi pengetahuan penanganan premenstruasi sindrom hal ini ditujukan pesan keluarga, teman, guru dan media massa. Sementara pengalaman dapat mempengaruhi perilaku seseorang karena 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 dialami (Soekanto, 2012).

Menurut penelitian yang di lakukan oleh Wulan Julianti (2015) ada 2 faktor yang mempengaruhi penanganan yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi di sarankan oleh orang terdekatnya seperti

ibu, saudara dan orang lain. Sedangkan faktor internalnya adalah salah satu informan berpendapat dengan melakukan aktivitas fisik badan akan menjadi segar selain itu salah satu informan juga berpendapat bahwa dengan mengoleskan minyak angin di bagian yang nyeri hal itu bisa membuat nyeri menjadi berkurang.

c. Hubungan Pengetahuan Premenstruasi Sindrom Terhadap Penanganan Premenstruasi Sindrom

Dari hasil yang diperoleh akan dicari koefisien korelasi dan hasilnya akan dibandingkan dengan menggunakan uji *statistik spearman rank*. Pengolahan data dengan menggunakan spearman rank apabila nilai *p value* < 0,05, hasil uji menunjukkan bahwa nilai *p value* < 0,05 yaitu $0,000 < 0,05$. Dengan demikian menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan premenstruasi sindrom terhadap penanganan premenstruasi sindrom.

Koefisien korelasi berdasarkan uji statistik *spearman rank* didapatkan hasil 0,691 yang berarti bahwa keeratan hubungan antara pengetahuan gejala premenstruasi sindrom terhadap penanganan premenstruasi sindrom memiliki keeratan kuat (0,60 – 0,799).

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang telah dikembangkan pada jurnal kesehatan masyarakat (2012) dimana pengetahuan akan memengaruhi perilaku seseorang. Pengetahuan merupakan domain yang sangat penting dalam membentuk tindakan seseorang (*overt behavior*). Apabila penerimaan perilaku baru atau adopsi perilaku didasari oleh pengetahuan, kesadaran dan sikap positif, maka perilaku tersebut akan bersifat langgeng (*longlasting*). Sebaliknya apabila perilaku tidak didasari oleh pengetahuan, dan kesadaran maka tidak akan berlangsung lama. Sehingga pengetahuan ini dapat mendorong dan memengaruhi mahasiswi dalam pencegahan dan penanganan *premenstrual syndrome* (PMS).

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan teori yang dikemukakan pada jurnal keperawatan komprehensif (2017), dimana kondisi kesehatan saat menstruasi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan, jika seseorang memiliki pengetahuan yang tidak cukup akan cenderung mengabaikan kesehatan dan pada akhirnya ia akan memiliki tindakan yang membahayakan bagi dirinya sendiri. Jika seseorang memiliki pengetahuan yang baik maka akan memilih perilaku yang tepat untuk penanganan PMS tersebut.

Pengetahuan juga dapat dipengaruhi oleh tingkat pendidikan. Semakin tinggi pendidikan seseorang makin mudah orang tersebut untuk menerima informasi. Informasi juga dapat mempengaruhi pengetahuan. Penerangan, keterangan, pemberitahuan kabar atau berita tentang sesuatu, lingkungan keseluruhan makna yang menunjang amanat yang terlihat didalam bagian amanat-amanat itu. Jika seseorang mendapat lebih banyak informasi cenderung memiliki pengetahuan yang luas.

Namun penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Zandy Ade Febri Irwana (2010) yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan antara pengetahuan terhadap penanganan premenstruasi sindrom. Hasil penelitian yang dilakukan oleh Zandy Ade Febri Irwana (2010) dari hasil

analisis data yang dilakukan untuk mengetahui adanya hubungan antara tingkat pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dengan cara penanganan *premenstrual syndrome* dengan menggunakan rumus Chi Kuadrat ternyata tidak memenuhi syarat. Oleh karena itu, digunakan uji alternatifnya yaitu uji Fisher dan didapatkan hasil nilai signifikansinya adalah 0,234. Karena $p > 0,05$ maka dapat diambil kesimpulan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dengan cara penanganan *premenstrual syndrome* karena *premenstrual syndrome* merupakan hal yang normal atau fisiologis sehingga tidak perlu ditangani dengan obat-obatan, tapi cukup dengan modifikasi gaya hidup seperti komunikasi, diet dan olahraga. Namun, apabila gejala *premenstrual syndrome* berat dan mengganggu aktivitas sehari-hari dapat ditangani dengan obat-obatan (Taufiq, 2009).

PENUTUP

A. Kesimpulan

- a. Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan hasil bahwa pengetahuan baik sebanyak 44 responden (42,07 %)
- b. Berdasarkan penelitian yang dilakukan peneliti didapatkan hasil bahwa penanganan baik sebanyak 41 responden (39,8 %)
- c. Ada hubungan antara pengetahuan premenstruasi sindrom terhadap penanganan premenstruasi sindrom di SMP Negeri 3 Gamping yang dianalisis menggunakan *spearman rank* dengan hasil *p value* 0,000.
- d. Keeratan hubungan antara pengetahuan gejala premenstruasi sindrom terhadap penanganan premenstruasi sindrom yaitu 0,691 yang berarti nilai keeratan yang kuat.

B. Saran

- a. Bagi institusi pendidikan
Diharapkan dapat menambah referensi buku yang terbaru mengenai kesehatan reproduksi khususnya tentang premenstruasi sindrom dan penanganan premenstruasi sindrom.
- b. Bagi profesi
Diharapkan dengan adanya penelitian ini tenaga kesehatan terutama bidan agar dapat memberikan informasi atau konseling kepada remaja putri mengenai kesehatan reproduksi khususnya mengenai pengetahuan premenstruasi sindrom dan penanganan premenstruasi sindrom.
- c. Bagi responden
Diharapkan kepada para remaja putri agar lebih pintar mencari informasi mengenai kesehatan reproduksi khususnya premenstruasi sindrom dengan membaca buku-buku tentang kesehatan reproduksi atau melalui media massa lainnya.
- d. Bagi Peneliti Selanjutnya
Diharapkan kepada peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang mempengaruhi premenstruasi sindrom.

DAFTAR PUSTAKA

- Amelia, C.R. (2014). Pendidikan Sebaya Meningkatkan Pengetahuan Sindrom Premenstruasi Pada Remaja. *Jurnal Kedokteran Brawijaya*.28 (2). 151-153. Diakses dari <https://scholar.google.co.id/scholar?q>, 06 Oktober 2017.
- Julianti Wulan, dkk. 2015. *Pengalaman Hidup Remaja Yang Mengalami Premenstrual Syndrome (Pms) Di Smk Moch Toha Cimahi*. Naskah Publikasi Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI Jawa Barat
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta. Rineka Cipta
- Purwasih, I. Mudayati, S. dan Susmini (2017). Hubungan Pengetahuan dengan Upaya Remaja Putri Dalam Menghadapi Premenstrual Syndrome Di Man Malang. *Nursing News*. 2 (2). 349-357. Diakses dari <https://publikasi.unitri.ac.id/index.php/fikes/article/view/480>, 20 Juli 2018.
- Ramadhani, M. (2013). Premenstruals Syndrome (PMS). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. 7 (1). 21-25. Diakses dari <http://jurnal.fkm.unand.ac.id/index.php/jkma/article/view/103> , 10 Juli 2018.
- Rianto, Koes. 2015. *Kesehatan Reproduksi*. Bandung. Alfa Beta
- Riduwan. 2015. *Skala Pengukuran Variabel-Variabel Penelitian*. Bandung. Alfa Beta
- Soekanto. 2012. *Promosi Kesehatan Bidan*. Jakarta. Rineka Cipta
- Saryono dan Sejati, Waluyo. 2009. *Sindrom Premenstruasi*. Yogyakarta. Nuha Medika
- Taufiq, 2009. *Sindroma Premenstruasi*.
- Varney,H., 2007. *Buku Ajar Asuhan Kebidanan Edisi 4*. Jakarta. EGC
- Zendy Ade Febri Irwana. 2010. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang Premenstrual Syndrome Dengan Cara Penanganan Premenstrual Syndrome Di Program Studi S1 Psikologi Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta*. Naskah Publikasi