

**PENGARUH PENYULUHAN TERHADAP PERILAKU  
PENANGANAN SINDROM PRA HAID PADA SISWI KELAS XI DI  
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA II  
TAHUN 2014**

**NASKAH PUBLIKASI**



**Disusun Oleh :  
Agus Sulistyo Ningsih  
201310104214**

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

HALAMAN PERSETUJUAN

PENGARUH PENYULUHAN TERHADAP PERILAKU  
PENANGANAN SINDROM PRA HAID PADA SISWI KELAS XI DI  
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA II  
TAHUN 2014

NASKAH PUBLIKASI



Disusun Oleh :  
Agus Sulistyono Ningsih  
201310104214

Oleh:

Pembimbing : Sri Wahtini, S.ST., M.H.Kes

Tanggal : 11-7-14

Tandatangan : .....

A handwritten signature in black ink, appearing to be "Agus", written over a horizontal line.

**PENGARUH PENYULUHAN TERHADAP PERILAKU  
PENANGANAN SINDROM PRA HAID PADA SISWI KELAS XI DI  
MADRASAH ALIYAH NEGERI YOGYAKARTA II  
TAHUN 2014<sup>1</sup>**

Agus Sulistyono Ningsih<sup>2</sup>, Sri Wahtini<sup>3</sup>

**Abstract**

**Tujuan** penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan terhadap perilaku penanganan sindroma pra haid pada siswi kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Yogyakarta II tahun 2014.

**Metode.** Jenis Penelitian ini adalah *Quasi Eksperimen* dengan desain *one group pre test* dan *post test*.

**Hasil** penelitian menggunakan *paired t test* diperoleh nilai  $p=0,000$  ( $p<0,05$ ) sehingga hipotesis diterima. Kesimpulan ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap perilaku penanganan sindrom pra haid pada siswi di Madrasah Aliyah Negeri Yogyakarta II.

Kata Kunci : Perilaku, Sindrom Pra Haid, Penyuluhan

**PENDAHULUAN**

Berdasarkan data yang diperoleh dari Departemen kesehatan tahun 2009 tentang prevalansi sindrom premenstruasi di Indonesia, diperoleh hasil sebanyak 40% wanita Indonesia mengalami sindrom premenstruasi dan sebanyak 2-10%.

Ada beberapa tipe sindrom pra haid meliputi tipe A, H, C, dan D. Tipe A dialami oleh wanita sebanyak 80%, tipe H dialami 60%, tipe C 40%, dan tipe D 20%. Dari hasil penelitian Andriyani di salah satu SMU di DIY tahun 2005 dari 82 siswi yang mengalami sindrom pra haid ringan, 59 siswi (71,95%) yang mengalami sindrom pra haid sedang, dan 11 siswi (13,41%) yang mengalami sindrom pra haid berat. Remaja pun tidak terlepas dari permasalahan ini terutama yang berkaitan dengan siklus menstruasi yang turut mempengaruhi aktifitas sehari-hari (Karyadi, 2007).

Hal ini sesuai dengan kebijakan teknis pemerintah mengenai program kesehatan reproduksi meliputi: peningkatan advokasi kesehatan remaja, pengembangan KIE (komunikasi informasi dan edukasi) kesehatan reproduksi remaja, peningkatan kegiatan konseling kepada remaja yang memiliki masalah khusus, peningkatan dukungan bagi kegiatan remaja yang positif (Bkkn, 2014).

“Dan apabila aku sakit, Dialah yang menyembuhkanku.” [QS Asy Syu’ara: 80]

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan tanggal 24 Februari 2014 oleh peneliti pada siswi kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Yogyakarta II pada 10 siswa menggunakan kuesioner didapatkan hasil bahwa 10 dari 10 siswa (100%) mengalami sindrom pra haid. 5 siswi (50%) diantaranya menangani sindrom pra haid dengan olahraga ringan, 3 siswi (30%) dengan mengkonsumsi obat analgetik, 5 siswi (50%) dengan tidur, 6 siswi (60%) dengan makan makanan bergizi. Dengan adanya penyuluhan diharapkan ada perubahan perilaku penanganan sindrom pra haid.

Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian penyuluhan terhadap perilaku penanganan sindroma pra haid pada siswi kelas XI di Madrasah Aliyah Negeri Yogyakarta II tahun 2014.

## **METODE PENELITIAN**

Jenis penelitian yang digunakan adalah *quasi experiment* dengan desain *pre test* dan *post test*. Dalam desain ini tidak ada kelompok pembanding namun observasi dilakukan 2 kali yaitu satu kali sebelum eksperimen dan satu kali sesudah eksperimen.

Metode pengumpulan data adalah dengan memberikan kuesioner sebelum dan sesudah penyuluhan. Alat pengumpulan data adalah dengan menggunakan kuesioner. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *total sampling*, yaitu teknik penentuan sampel dengan mengambil seluruh anggota populasi sebagai responden atau sampel (Sugiyono, 2009).

Uji validitas adalah suatu ukuran yang menunjukkan kevaliditasan atau kesahihan suatu instrument. Untuk mengetahui sah dan tidaknya, butir soal dihitung dengan butir analisis soal yaitu skor yang ada pada butir soal dikorelasikan dengan skor total (Sugiyono, 2008). Teknik yang digunakan untuk mencari korelasi tersebut dengan menggunakan rumus *pearson product moment*.

Uji reliabilitas dilakukan dengan *internal consistency*, yaitu dengan mengujicobakan instrument sekali saja kemudian data yang diperoleh dianalisa dengan teknik tertentu dan selanjutnya digunakan untuk memprediksi Reliabilitas instrument (Sugiyono, 2008). Adapun teknik yang digunakan adalah rumus *Spearman Brown*.

Dalam penelitian ini peneliti melakukan analisa data *Parametrik* dengan menggunakan analisis *Paired t test*.

## HASIL PENELITIAN

### 1. Karakteristik Responden

Dalam penelitian ini jumlah responden adalah 36 siswi dan semuanya mengalami sindrom pra haid. Semua responden dijadikan kelompok eksperimen dan tidak ada kelompok kontrol dengan umur tertinggi 18 tahun, umur terendah 16 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Umur	Jumlah	Persentase
16 Tahun	18	50%
17 Tahun	14	38,9%
18 Tahun	4	11,1%
Jumlah	36	100%

Sumber : Data Primer 2014

Tabel 1. menunjukkan bahwa responden paling banyak umur 16 tahun yaitu 18 orang (50%) dan paling sedikit adalah umur 18 tahun yaitu 4 orang (11,1%).

### 2. Perilaku penanganan sindrom pra haid sebelum dilakukan penyuluhan

Hasil *pre test* responden tentang penanganan sindrom pra haid dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Nilai *pre test*

	PRE			Total
	cukup	kurang	buruk	
Umur 16	Count	2	2	13
	% within PRE	50.0%	20.0%	59.1%
	% of Total	5.6%	5.6%	36.1%
17	Count	2	5	8
	% within PRE	50.0%	50.0%	36.4%
	% of Total	5.6%	13.9%	22.2%
18	Count	0	3	1
	% within PRE	.0%	30.0%	4.5%
	% of Total	.0%	8.3%	2.8%

Total	Count	4	10	22	36
	% within PRE	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%
	% of Total	11.1%	27.8%	61.1%	100.0%

Sumber :Data Primer 2014

Bisa dilihat perilaku responden sebelum dilakukan penyuluhan tentang penanganan sindrom pra haid. Responden terbanyak memiliki perilaku buruk paling banyak berjumlah 13 orang (36,1%) yaitu umur 16 tahun, responden yang memiliki perilaku buruk paling sedikit yaitu umur 18 tahun sebanyak 1 orang (2,8%), responden yang memiliki perilaku cukup adalah 4 orang yaitu 2 orang (5,6%) berusia 16 tahun dan 2 orang (5,6%) berusia 17 tahun.

### 3. Perilaku penanganan sindrom pra haid setelah dilakukan penyuluhan

Hasil *post test* responden tentang penanganan sindrom pra haid dapat dilihat dari tabel berikut ini:

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Nilai *post test*

			Post			Total
			cukup	kurang	Buruk	
Umur 16	Count	10	5	2	17	
	% within post	47.6%	50.0%	40.0%	47.2%	
	% of Total	27.8%	13.9%	5.6%	47.2%	
17	Count	8	4	3	15	
	% within post	38.1%	40.0%	60.0%	41.7%	
	% of Total	22.2%	11.1%	8.3%	41.7%	
18	Count	3	1	0	4	
	% within post	14.3%	10.0%	.0%	11.1%	
	% of Total	8.3%	2.8%	.0%	11.1%	
Total	Count	21	10	5	36	
	% within post	100.0%	100.0%	100.0%	100.0%	
	% of Total	58.3%	27.8%	13.9%	100.0%	

Sumber :Data Primer 2014

Nilai *post test* didapatkan hasil bahwa perilaku responden meningkat, dengan dilihat dari frekuensi jumlah responden yang memiliki pengetahuan cukup yang sebelum dilakukan penyuluhan berjumlah 2 orang (5,6%) usia 16 tahun menjadi 10 orang (27,8), 8 orang (22,2%) usia 17 tahun. Untuk responden dengan perilaku buruk berjumlah 13 orang (36,1%) yaitu umur 16 tahun menjadi 2 orang (5,6%).

#### **4. Pengaruh Pemberian Penyuluhan terhadap Perilaku Penanganan Sindrom Pra Haid**

Dari hasil perhitungan menggunakan software komputer didapatkan hasil  $Z$  hitung sebesar  $-7.008$  dan  $p = 0,000$ . Hal ini menunjukkan ada pengaruh pemberian penyuluhan terhadap perilaku penanganan sindrom pra haid. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa penyuluhan mempunyai pengaruh yang signifikan terhadap perilaku penanganan sindrom pra haid pada siswi MAN Yogyakarta II.

Penyuluhan yang diberikan ternyata telah memberikan tambahan pengetahuan. Pengetahuan inilah yang akhirnya akan mengubah perilaku dalam melakukan penanganan sindrom pra haid. hal ini sejalan dengan pendapat dari (Muninjaya, 2011) bahwa penyuluhan kesehatan akan membawa pada perubahan sikap dan perilaku dari individu, keluarga maupun masyarakat dengan menanamkan prinsip-prinsip sehat dalam kesehatan sehari-hari untuk mencapai derajat kesehatan yang optimal.

Linarsih (2007) berjudul hasil *pre test* dan *post test* penyuluhan kesehatan reproduksi dalam meningkatkan pengetahuan perilaku seks pranikah pada remaja kelas XI di SMA Muhammadiyah Gombong tahun 2017, dengan hasil pengetahuan bertambah setelah diberi penyuluhan kesehatan reproduksi dalam meningkatkan pengetahuan perilaku seks pranikah pada remaja kelas XI di SMA Muhammadiyah Gombong.

### **SIMPULAN**

1. Perilaku penanganan sindrom pra haid di Madrasah Aliyah Negeri Yogyakarta II sebelum dilakukan penyuluhan responden sebanyak 22 orang (61,1%) memiliki perilaku penanganan sindrom pra haid buruk.
2. Terjadi peningkatan perilaku siswi tentang penanganan sindrom pra haid di Madrasah Aliyah Negeri Yogyakarta II setelah dilakukan penyuluhan, responden memiliki perilaku penanganan sindrom pra haid dengan kategori cukup yaitu sebelumnya sebanyak 4 orang (11%) menjadi 21 orang (58,3%).

3. Ada pengaruh penyuluhan kesehatan terhadap perilaku penanganan sindrom pra haid pada siswi di Aliyah Negeri Yogyakarta II ( $Z = -7.008$   $p = 0,000$ ).

## **SARAN**

1. Siswi MAN Yogyakarta II  
Bagi siswi MAN Yogyakarta II yang mengalami sindrom pra haid hendaknya lebih memperhatikan asupan makanan dan keteraturan dalam berolahraga sehingga keluhan yang dirasakan dapat teratasi. Siswi diharapkan lebih aktif mencari informasi mengenai kesehatan reproduksi wanita sehingga diharapkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi akan meningkat.
2. Bagi Madrasah Aliyah Negeri Yogyakarta  
Hendaknya lebih mengaktifkan lagi program UKS dan memberikan pendidikan tentang kesehatan reproduksi dengan mendirikan kader sebaya.
3. Bagi Institusi Puskesmas  
Diharapkan dapat meningkatkan promosi kesehatan yaitu dengan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi di MAN Yogyakarta II.
4. Bagi peneliti Selanjutnya  
Hendaknya dapat melakukan penelitian serupa dengan mengendalikan semua variabel pengganggu, dan pengambilan data tidak hanya dilakukan dengan kuesioner tetapi juga dilakukan dengan observasi dan wawancara untuk melengkapi data penelitian.

## **DAFTAR PUSTAKA**

- Agustina, D. 2010. *Pengaruh Status Kesehatan Oral Terhadap Kualitas Hidup Masyarakat Lanjut Usia (60-74 Tahun)*. Yogyakarta: Ceramah Ilmiah Dies FKG UGM.
- Ameliyah, Laili. 2005. *Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Pre Menstrual Sindrom dengan Mekanisme Koping pada Santri di Asrama Muallimat Mar'iyah Qibtiyah Suronatan Yogyakarta*. Skripsi, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Andira . 2010. *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta : A Plus Books.
- Andriani, A. 2007. *Hubungan antara tingkat kecemasan dengan sindrom premenstruasi pada mahasiswa D IV Kebidanan jalur reguler UNS Surakarta*. Skripsi, Universitas Negeri Surakarta.
- Andriyani, A. 2005. *Hubungan Sindrom Pre Menstruasi dengan Tingkat Kecemasan pada Siswi SMU Negeri Lendah Kulon Progo*. Karya Tulis Ilmiah, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

- Arikunto. 2010. *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azwar, Saifuddin. 2012. *Reliabilitas dan Validitas*. Yogyakarta : Pustaka Pelajar
- Febriana, E. (2014) *Komunikasi Persuasif dalam Penyuluhan Sosial*. Tersedia dalam: <<http://www.kemsos.go.id>>. [Diakses 22 April 2014]
- Ghozali, Imam. 2011. *Aplikasi Analisis Multivariate Dengan Program SPSS*. Semarang : BP Universitas Diponegoro
- Hermiyanti. 2006. *Menggunakan Hak Asasi Manusia Untuk Kesehatan Maternal dan Neonatal*, World Health Organization. Jakarta: EGC.
- Heru. 2009. *Teknik Sampling untuk Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Bkkn. (2014) *Kebijakan Teknis Program Kesehatan Reproduksi Remaja*. Tersedia dalam: <<http://www.bkkn.go.id>> .[Diakses 20 April 2014]
- Ifana Nashruna. 2011. *Hubungan aktivitas olahraga dengan obesitas dengan kejadian sindrom pra menstruasi di desa pucang miliran tulung klaten*. Skripsi, STIKES 'Aisyiyah Surakarta.
- Karyadi, E. (2007) *Menangkal Rasa Sakit Menjelang Haid*. tersedia dalam: <[Http://www.Indomedia.com](http://www.Indomedia.com)>. [Diakses 21 April 2014].
- Linarsih. 2007. *Hasil pre test dan Post test Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Dalam Meningkatkan Pengetahuan Perilaku Seks Pra Nikah Pada Remaja kelas XI di SMA Muhammadiyah Gombang*. Skripsi, STIKES Muhammadiyah Gombang.
- Muninjaya, Gde AA. 2011. *Manajemen Mutu Pelayanan Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Maulana. 2009. *Promosi Kesehatan*. Jakarta: EGC.
- Notoatmodjo, S. 2005. *Promosi Kesehatan: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2007. *Kesehatan Masyarakat : Ilmu & Seni*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Rosalina, Puteri. (2007) *Kabupaten Klungkung*. Tersedia dalam: <<http://digilib.unimus.ac.id>> . [Diakses 4 Februari 2014].
- Saryono. 2009. *Metodologi Penelitian Kesehatan Penuntun Praktis Bagi Pemula*. Jogjakarta : Mitra Cendikia Press.
- Sugiyono. 2008. *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif*. Bandung : R&D.
- Sulistyaningsih. 2011. *Metodologi Penelitian Kebidanan Kuantitatif-Kualitatif*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Utami. 2013. *Pengaruh penyuluhan kesehatan reproduksi remaja terhadap pengetahuan, persepsi dan perilaku pacaran pada siswa kelas XI ilmu*

- sosial di MAN 1 Wates Kulon Progo Yogyakarta. Skripsi, STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.*
- Wigati, D. 2009. *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi dengan Perilaku Hygiene Alat Reproduksi pada Remaja Putri di SMA Muhammadiyah 2 Gemolong Sragen. Skripsi, STIKES 'Aisyiyah Surakarta.*
- Wijaya. 2008. *Prinsip Dasar Ilmu Gizi. Jakarta: Gramedia*
- Wiknjosastro, H. 2005. *Ilmu Kebidanan. Yogyakarta: Yayasan Bina Pustaka.*

