

Hubungan Sikap Remaja Putri Tentang Premenstruasi Syndrom dengan Gejala Premenstruasi Syndrom pada Siswa SMA Assanadiyah Palembang Tahun 2020

Mariyam¹, Junawalia Mayang Sari², Angges³

¹Prodi DIII Kebidanan STIKes Pondok Pesantren Assanadiyah, Palembang, Indonesia

^{2,3}Prodi DIII Kebidanan STIKes Pondok Pesantren Assanadiyah, Palembang, Indonesia
ratnadewiandira@gmail.com

Abstract: *PMS (Premenstrual Syndrome) is a symptom experienced by women 1-2 weeks before menstruation. Most women more than 90% experience premenstrual symptoms such as bloating, headaches and sadness. These symptoms can affect women who are lazy to move. Many young women do not understand the importance of attitude in overcoming the symptoms of premenstrual syndrome, so they are not treated thoroughly. Negative attitudes in dealing with premenstrual syndrome will influence overcoming the premenstrual syndrome period. The aim of this study was to find out the relationship between the attitudes of young women about premenstrual syndrome and the symptoms of premenstrual syndrome in female students at Assanadiyah Palembang High School in 2020. The research used the Analytic Survey method with a Cross Sectional Study Approach. The research population was all young women totaling 117 respondents. The results of the study showed that there were 62 female adolescents who had a positive attitude towards the symptoms of premenstrual syndrome (52.9%) compared to female adolescents who had a negative attitude towards the symptoms of premenstrual syndrome, namely 55 persons (47.1%). More teenage girls experienced symptoms of premenstrual syndrome, namely 61 people (52.1%), compared to young women who did not have symptoms of premenstrual syndrome, namely 56 people (47.9%). The results of the Chi-Square statistical test obtained a p_value (0.004) < α (0.05), which means that there is a significant relationship between the attitudes of young women about premenstrual syndrome and the symptoms of premenstrual syndrome at SMA Assanadiyah Palembang. It is hoped that young women can increase their knowledge and education about attitudes towards premenstrual syndrome or symptoms before menstruation, both physically and psychologically.*

Keywords: *Attitude of young women, premenstrual syndrome.*

Abstrak: *PMS (Premenstruasi syndrom) merupakan gejala yang dialami wanita 1-2 minggu sebelum menstruasi. Sebagian besar wanita lebih dari 90% mengalami gejala pramenstruasi seperti kembung, sakit kepala, dan kesedihan. Gejala ini dapat mempengaruhi wanita malas untuk beraktivitas. Banyak remaja putri tidak memahami pentingnya sikap dalam mengatasi gejala pramenstruasi syndrom sehingga tidak ditangani sampai tuntas. Sikap negatif dalam menghadapi pramenstruasi syndrom akan berpengaruh dalam mengatasi masa pramenstruasi syndrom. Tujuan penelitian untuk mengetahui Hubungan sikap remaja putri tentang pramenstruasi syndrom dengan gejala pramenstruasi syndrom Pada siswi di SMA Assanadiyah Palembang Tahun 2020. Penelitian menggunakan metode Survey Analitik dengan Pendekatan Cross Sectional Study. Populasi penelitian adalah seluruh remaja putri berjumlah 117 responden. Hasil penelitian didapatkan Remaja putri yang memiliki sikap positif tentang gejala pramenstruasi syndrom lebih banyak yaitu 62 orang (52,9%) dibanding remaja putri yang memiliki sikap negatif terhadap gejala pramenstruasi syndrom yaitu 55 orang (47,1%). Remaja putri yang mengalami gejala pramenstruasi syndrom lebih banyak yaitu 61 orang (52,1%), dibanding remaja putri yang tidak memiliki gejala pramenstruasi syndrom yaitu 56 orang (47,9%). Hasil uji statistik Chi-Square didapatkan nilai p_value (0,004) < α (0,05), yang berarti ada hubungan bermakna antara sikap remaja putri tentang premenstrual syndrome terhadap gejala pramenstruasi syndrom di SMA Assanadiyah Palembang. Diharapkan untuk remaja putri dapat meningkatkan lagi pengetahuan dan pendidikan tentang sikap menghadapi pramenstruasi syndrom atau gejala sebelum datang menstruasi baik secara fisik maupun psikologis.*

Kata Kunci: *Sikap remaja putri, premenstruasi syndrome.*

Pendahuluan

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) salah satu permasalahan wanita di

Indonesia adalah gangguan PMS (38,35%), masalah gizi yang berhubungan dengan anemia (20,3%), gangguan belajar (19,7%), gangguan psikologis (07%), serta masalah kegemukan (0,5%). Menurut hasil penelitian oleh *American colage of obstetricans and gynecologist* bahwa sedikitnya 85% dari wanita menstruasinya mengalami minimal satu dari gejala PMS, biasanya terjadi pada usia 14-50 tahun dengan gejala yang bervariasi dan berubah-ubah pada setiap wanita setiap bulannya.

Masalah Premenstruasi Syndrom (PMS) yang dialami oleh wanita menjelang menstruasi bisa membuat penderitanya merasa sangat sengsara. Di Indonesia kurang lebih 85% gejala Premenstrual Syndrom (PMS) dialami oleh wanita usia produktif. Gejala yang dialami bisa berupa gangguan fisik berupa nyeri perut, nyeri payudara, pusing, sakit punggung. Sedangkan gangguan mental berupa mudah tersinggung dan sensitif. PMS merupakan masalah kesehatan umum yang paling banyak dilaporkan oleh wanita usia reproduktif. Menurut BKKBN (Badan Kesejahteraan Keluarga Berencana Nasional) tahun 2005, Wanita Usia Subur adalah wanita yang berumur 18 – 49 tahun yang berstatus belum kawin, kawin ataupun janda. Terdapat fakta yang mengungkapkan bahwa sebagian remaja mengalami gejala-gejala yang sama dan kekuatan Premenstrual Syndrome (PMS) yang sama sebagaimana yang hasil penelitian yang dilakukan di Indonesia terkait dengan PMS menyatakan hasil yang tidak terlalu berbeda.

Tingginya masalah PMS pada remaja akan berdampak pada produktivitasnya dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Gejala-gejala fisik, psikologis dan emosional yang sering dialami atau dilaporkan adalah rasa kembung, pembengkakan dan nyeri payudara, ketegangan, depresi, dan perasaan lepas kendali (Glasier, 2006). PMS (Premenstruasi syndrom) merupakan gejala yang dialami wanita 1-2 minggu sebelum menstruasi. Sebagian besar wanita lebih dari 90% mengalami gejala pramenstruasi seperti kembung, sakit kepala, dan kesedihan. Gejala ini dapat mempengaruhi wanita malas untuk beraktivitas.

Banyak remaja putri tidak memahami pentingnya sikap dalam mengatasi gejala premenstruasi syndrom sehingga tidak ditangani sampai tuntas. Sikap negatif dalam menghadapi premenstruasi syndrom akan berpengaruh dalam mengatasi masa premenstruasi syndrom. Hasil penelitian sejalan dengan ppenelitian intan, P (2017) tentang hubungan pengetahuan dengan upaya remaja putri dalam menghadapi premenstruasi syndrom di MAN Malang 1. Hasil penelitian dari 40 responden (81,6%) pengetahuan remaja putri termasuk kategori baik dan memiliki upaya dalam mengatasi prementruasi syndrom sehingga terhadap hubungan antara upaya remaja putri dengan hasi uji statistik 0,003 ($\alpha < 0,05$).

Dari penjelasan latar belakang secara umum pramenstruasi syndrom (PMS) masih dapat mempengaruhi remaja pada usia 10-18 tahun, maka dilakukan penelitian dengan judul "Bagaimanakah Hubungan Sikap Remaja Putri Tentang Premenstruasi Syndrom Dengan Gejala Premenstruasi Syndrom Pada Siswi SMA Assanadiyah Palembang Tahun 2020".

Metode

Jenis penelitian adalah survey Analitik dengan pendekatan secara *Cross Sectional*. variabel dalam penelitian yaitu variabel independen adalah sikap remaja putri tentang Premenstruasi syndrom dan variabel dependen adalah gejala premenstruasi syndrom. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas SMA Assanadiyah Palembang Tahun 2020 yang berjumlah 117 orang. Penelitian dilakukan pada tanggal 23-28 November 2020. Instrumen dalam penelitian adalah lembar kuisioner.

Hasil dan Pembahasan

1. Analisis Univariat

a. Sikap Remaja Putri Tentang Premenstruasi Syndrom

Tabel 1. Sikap Remaja Putri Tentang Premenstruasi Syndrom di SMA Assanaadiyah Palembang

No	Sikap remaja putri tentang premenstruasi syndrom	Frekuensi	Persentase
1	Positif	62	52,9
2	Negatif	55	47,1
	Total	117	100,0

Dari tabel 1 di atas dapat dilihat dari 117 responden remaja putri yang mengalami gejala premenstruasi syndrom yaitu 61 orang (52,1%), lebih banyak dibandingkan remaja putri yang tidak memiliki gejala premenstruasi syndrom yaitu 56 orang (47,9%).

b. Analisis Bivariat

a. Hubungan sikap remaja putri tentang premenstruasi syndrom terhadap gejala klinik premenstruasi syndrom pada remaja putri di SMA Assanadiyah Palembang

Tabel 2. Hubungan sikap remaja putri tentang premenstruasi syndrom terhadap gejala premenstruasi syndrom

No	Sikap remaja putri tentang premenstruasi syndrom	Gejala Premenstrual syndrome				Total		P_Value
		Ya		Tidak		N	%	
		N	%	n	%			
1	Positif	24	38,7	38	61,3	62	100,0	0,004
2	Negatif	37	67,3	18	32,7	55	100,0	
	Total	61	52,1	56	47,9	117	100,0	

Berdasarkan tabel 2 diatas diketahui dari 117 responden remaja putri yang memiliki sikap positif tentang premenstruasi syndrom dan sudah mengalami gejala premenstruasi syndrom sebanyak 24 responden (38,7%), dan yang tidak mengalami gejala premenstrual syndrome lebih banyak yaitu 38 responden (61,3%) sedangkan remaja putri yang memiliki sikap negatif tentang premenstruasi syndrom dan sudah

mengaami gejala premenstruasi syndrom lebih banyak yaitu 37 responden (67,3%), dan remaja pputri yang tidak mengalami gejala premenstrual syndrome lebih sedikit yaitu 18 responden (32,7%).

Hasil uji statistik *Chi-Square* didapatkan nilai *p_value* (0,004) < α (0,05), yang berarti ada hubungan bermakna antara sikap remaja putri tentang premenstrual syndrome terhadap gejala premenstruasi syndrom di SMA Assanadiyah Palembang.

Pembahasan

Dari hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 62 responden remaja putri yang mengalami gejala prementruasi syndrom memiliki sikap yang positif terhadap premenstruasi syndrom yaitu sebanyak 24 responden (38,7%). Dari hasil uji statistik *Chi-Square* didapatkan nilai *p_value* (0,004) < α (0,05), yang berarti ada hubungan bermakna antara sikap remaja putri tentang premenstrual syndrome terhadap gejala premenstruasi syndrom di SMA Assanadiyah Palembang.

PMS (Premenstruasi syndrom) merupakan gejala yang dialami wanita 1-2 minggu sebelum menstruasi. Sebagian besar wanita lebih dari 90% mengalami gejala pramenstruasi seperti kembung, sakit kepala, dan kesedihan. Gejala ini dapat mempengaruhi wanita malas untuk beraktivitas. Banyak remaja putri tidak memahami pentingnya sikap dalam mengatasi gejala premenstruasi syndrom sehingga tidak ditangani sampai tuntas. Sikap negatif dalam menghadapi premenstruasi syndrom akan berpengaruh dalam mengatasi masa premenstruasi syndrom.

Hasil penelitian sejala dengan ppenelitian intan,P (2017) tentang hubungan pengetahuan dengan upaya remaja putri dalam menghadapi premenstruasi syndrom di MAN Malang 1. Hasil penelitian dari 40 responden (816%) pengetahuan remaja putri termasuk kategori baik dan memiliki upaya dalam mengatasi prementruasi syndrom sehingga terhadap hubungan antara uoaya remaja putri dengan hasi uji statistik 0,003 (α <0,05). Berdasarkan hasil penelitian, di dukung berdasarkan teori dan penelitian terkait diatas, peneliti berasumsi bahwa sikap remaja putri dalam upaya mengatasi gejala premenstruasi syndrom juga dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, lingkungan, media dan lainnya.

Kesimpulan

1. Remaja putri yang memiliki sikap positif tentang gejala premenstruasi syndrom lebih banyak yaitu 62 orang (52,9%) dibanding remaja putri yang memiliki sikap negatif terhadap gejala premenstruasi syndrom yaitu 55 orang (47,1%).
2. Remaja putri yang mengalami gejala prementruasi syndrom lebih banyak yaitu 61 orang (52,1%), dibanding remaja putri yang tidak memiliki gejala premenstruasi syndrom yaitu 56 orang (47,9%).

3. Hasil uji statistik *Chi-Square* didapatkan nilai p_value (0,004) < α (0,05), yang berarti ada hubungan bermakna antara sikap remaja putri tentang premenstrual syndrome terhadap gejala premenstruasi syndrom di SMA Assanadiyah Palembang.

Ucapan Terima Kasih

1. Pimpinan SMA Assanadiyah Palembang

Terima kasih atas bantuan dan partisipasinya dalam proses pelaksanaan penelitian sehingga berjalan lancar.

2. Pimpinan stikes pondok pesantren assanadiyah Palembang

Terima kasih karena sudah mewadahi dosen dalam melaksanakan tridarma perguruan tinggi sebagai dosen dibidang penelitian.

Referensi

- Arikunto, Suharsimi. 2010. *Prosedur penelitian*. Jakarta : Rineka Cipta
- Prawirohardjo, Sarwono, *Ilmu Kebidanan*, 2007, Yayasan Bina Pustaka, Jakarta.
- Kusmiran, Eni. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Laila, Nur, Najmi. 2011. *Buku pintar menstruasi*. Yogyakarta: Buku Biru
- Proverawati dan Misaroh. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Wulandari, Ari. 2010. *Cara Jitu Mengatasi Stres*. Yogyakarta: ANDI
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*, Rineka Cipta, Jakarta.
- Rubiati. 2020. Hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri dalam menghadapi premenstruasi syndrom. Yogyakarta : <http://www.digilip.Jurnal.Unisaygya.ac.id>
- Salan, Rudy. *Perilaku Kesakitan dan Peranan Sakit*, 2008. Jakarta: <http://www.depkes.go.id>.
- Sylvia. D. 2010. *Syndrom pra-menstruasi*. Jakarta : Baai penerbit FK
- Churchill, Gilbert A. 2005. "*Dasar-Dasar Riset Pemasaran*", Edisi 4, Jilid I, Alih Bahasa Oleh Andriani, Dkk, Penerbit Erlangga, Jakarta.
- Wiknjosastro, H. 2002. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono.