

# ARTIKEL\_ROBBIATUL\_ADAWI YAH\_5-4-2021.docx *by*

---

**Submission date:** 07-Apr-2021 02:28AM (UTC+0700)

**Submission ID:** 1552133970

**File name:** ARTIKEL\_ROBBIATUL\_ADAWIYAH\_5-4-2021.docx (43.57K)

**Word count:** 1680

**Character count:** 12017

## PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG SINDROM PRAMENSTRUASI DAN CARA PENANGANANNYA DI DESA LARANGAN RT.15 RW.04 SIDOARJO

Robbiatul Adawiyah<sup>1)</sup>, Yanik Purwanti<sup>2)</sup>

<sup>1,2)</sup>Program Studi Diploma III Kebidanan, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo

Jl. Rame Pilang No. 04 Wonoayu Sidoarjo

\*Email : [robiatul759@gmail.com](mailto:robiatul759@gmail.com)

\*Email : [yanpurwa@gmail.com](mailto:yanpurwa@gmail.com)

**Abstract.** *Premenstrual syndrome is a combination of physical symptoms that usually occur from a few days to a week before menstruation and disappear after menstruation. Based on data in the Larangan vilage RT 15 / RW 04 Sidoarjo from 10 young women obtained 8 (80%) have experienced premenstrual syndrome. The data showed a high incidence of premenstrual syndrome. The purpose of the study was to illustrate the young women's knowledge about Premenstrual Syndrome and how it is treated. The design of the study using descriptive survey methods, with a population of all young women as many as 15 people, was entirely the subject of research. The variable is knowledge of premenstrual syndrome as well as how it is treated. Data retrieval using google form questionnaire. The results showed the majority (53.3%) young women have sufficient knowledge of premenstrual syndrome. Most (73.3%) premenstrual syndrome and young women who treated more (83.3%) those with less and who did not handle more (37.7%) knowledgeable enough.*

**Keywords :** *Knowledge, Treatment, Young Women, Premenstrual Syndrome*

**Abstrak.** Sindrom Premenstruasi adalah gabungan dari gejala fisik yang biasanya terjadi mulai beberapa hari sampai satu minggu sebelum haid dan menghilang setelah haid datang. Berdasarkan data di desa Larangan RT 15/ RW 04 Sidoarjo dari 10 remaja putri didapatkan 8 (80%) pernah mengalami sindrom pramenstruasi. Data tersebut menunjukkan masih tingginya angka kejadian sindrom pramenstruasi. Tujuan penelitiandiketaunyagambaranpengetahuaremajaputritentangSindromPramenstruasi dan cara penanganannya.Desain penelitian menggunakan metode survei deskriptif, dengan populasi seluruh remaja putri sebanyak 15 orang, seluruhnya dijadikan subjek penelitian. Variabelnya adalah pengetahuan tentang sindrom pramenstruasisertacarapanganannya.Pengambilandatamenggunakan kuesionersecara googleform.Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar (53,3%) remaja putri mempunyai pengetahuan cukup tentang sindrom pramestruasi. Sebagian besar (73,3%) melakukan penanganan saat mengalami sindrom pramenstruasi dan remaja putri yang melakukan penanganan lebih banyak (83,3%) yang berpengetahuan kurang dan yang tidak melakukan penanganan lebih banyak (37,7%) yang berpengetahuan cukup.

**Kata Kunci :** *Pengetahuan, Penanganan, Remaja Putri, Sindrom Premenstruasi*

### I. PENDAHULUAN

Sindrom Premenstruasi adalah 3)abilitas emosional dan tingkah laku, depresi, gelisah, kelelahan, konsentrasi berkurang (Ramadani, 2013). Kurangnya pengetahuan, pengalaman, dan juga kurangnya informasi yang dimiliki oleh wanita terutama oleh remaja putri tentang Sindrom Premenstruasi juga dapat memperberat gejala-gejala yang timbul. Terkadang banyakremajaputriyangmencobamengatasi gejala-gejalaSindromPramenstruasi danbersifatcoba-cobatanpaadanyapengetahuanyangcukupdanbenar(Suasitina, 2013).

Faktor-Faktor yang mempengaruhi dari Sindrom Premenstruasi yaitu, faktor peer grup (Yanik,2014), pendidikan (Mubarok,2017), pengetahuan (Windayati, 2010) stress psikologis, ketidakseimbangan hormon, olahraga dan vitamin B (Christiany, 2010).

AngkakejadianpadasindrompramenstruasiditemukanterbanyakdiAsiayaitu sebesar 90%. Di Indonesia angka prevalensi ini dapat mencapai 85% dari seluruh populasi wanita usia reproduksi yang terdiri dari 60-

75% mengalami sindrom pramenstruasi sedang dan berat, permasalahan wanita di Indonesia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan sindrom pramenstruasi (Damayanti, 2013).

Berdasarkan hasil data awal dengan metode wawancara pada remaja putri di Desa Larangan RT 15/RW 04 Sidoarjo pada tanggal 04 Juli dari 15 remaja putri telah didapatkan 8 (80%) pernah mengalami sindrom pramenstruasi. Berdasarkan data tersebut menunjukkan masih tingginya angka kejadian sindrom pramenstruasi.

## II. METODE

Desain penelitian ini menggunakan penelitian metode deskriptif dengan pendekatan cross sectional dimana peneliti menggambarkan penanganan tanpa uji statistik dengan menggambarkan pengetahuan pada remaja putri tentang sindrom pramenstruasi. Populasi adalah keseluruhan dari objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmojo, 2010). Dalam penelitian ini populasinya adalah seluruh remaja putri yang ada di desa Larangan RT.15/RW.04 Sidoarjo, pada periode bulan Juli 2020 sebanyak 15 remaja putri. Seluruh populasi dijadikan subjek penelitian. Pengetahuan ini memuat 2 variabel yakni pengetahuan dan sindrom pramenstruasi. Penelitian ini menggunakan data primer dengan kuesioner menggunakan google form kepada responden. Responden mengisi kuesioner dengan cara memilih jawaban yang telah disediakan atau mengisi sendiri jawaban sesuai dengan pendapat responden dan sebelumnya responden dijelaskan lebih dahulu sebelum mengisi kuesioner.

## III. Hasil dan Pembahasan

Berdasarkan data umum penelitian di desa Larangan Rt.15 Rw.04 Sidoarjo. Didapatkan hasil. Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar (60%) remaja putri usia responden adalah 20 tahun di desa Larangan Rt.15 Rw.04 Sidoarjo. Tabel 2 menunjukkan bahwa hampir seluruhnya (93,3%) status pendidikan responden remaja putri adalah SMA/SMK di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo.

Berdasarkan data khusus didapatkan pada tabel 4.6 menunjukkan bahwa remaja putri yang melakukan penanganan lebih banyak (100%) yang berpengaturan baik dan yang tidak melakukan penanganan lebih banyak (37,7%) yang berpengetahuan cukup di Desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo.

Commented [y1]: Lihat gaya selingkungnya mbak....

**Tabel 4.1** Distribusi usia responden di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo

Usia	Jumlah	Persentasi (%)
18 tahun	2	13,3
19 tahun	4	26,7
20 tahun	9	60
<b>Total</b>	15	100

Commented [y2]: Simbol prosentasi di hilangkan saja.

**Tabel 4.2** Distribusi Status Pendidikan Terakhir Responden di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo

Status Pendidikan	Jumlah	Presentasi (%)
SMP	1	6,7
SMA/SMK	14	93,3
<b>Total</b>	15	100

**Tabel 4.3** Distribusi Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sindrom Premenstruasi di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo

Pengetahuan	Jumlah	Presentasi (%)
Baik	1	6,7
Cukup	8	53,3
Kurang	6	40
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

**Tabel 4.4** Distribusi Remaja Putri yang Melakukan Penanganan Saat Mengalami Sindrom Premenstruasi di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo

Penanganan	Jumlah	Presentasi (%)
Tidak melakukan penanganan apapun	4	26,7
Melakukan penanganan	11	73,3
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

**Tabel 4.5** Distribusi penanganan non farmakologi, farmakologi dan Penanganan Keduanya pada remaja putri di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo

Penanganan saat sindrom pramenstruasi	Jumlah	Presentase (%)
Non Farmakologi :		
1. Olahragateratur	1	6,7
2. Kompres hangat bagian perut	2	13,3
3. Istirahat atau tidur meringkuk	7	46,7
4. Pijat bagian perut	2	13,3
Farmakologi :	3	20
1. Mengonsumsi obat-obatan (asam mefenamat, ibuprofen, naproxen, dll)		
Non Farmakologi dan Farmakologi	0	0
<b>Total</b>	<b>15</b>	<b>100</b>

**Tabel 4.6** Tabulasi silang pengetahuan remaja putri tentang sindrom pramenstruasi dan cara penanganannya pada remaja putri di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo

Pengetahuan	Penanganan saat Sindrom Premenstruasi				Jumlah
	Melakukan Penanganan		Tidak Melakukan Penanganan		
	N	(%)	N	(%)	
Baik	1	100%	0	0%	1(100%)
Cukup	5	62,3%	3	37,7%	8(100%)
Kurang	5	83,3%	1	16,7%	6(100%)
<b>Total</b>	<b>11</b>	<b>73,4%</b>	<b>4</b>	<b>26,6%</b>	<b>15(100%)</b>

#### 4.1.1 Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sindrom Premenstruasi Di Desa Larangan Rt.15/Rw.04Sidoarjo

Berdasarkan Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang mempunyai pengetahuan cukup tentang sindrom premenstruasi. Hal ini bisa disebabkan sudah adanya pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah yang diberikan tentang sindrom premenstruasi walaupun sudah ada pendidikan kesehatan ada beberapa informasi tentang kesehatan reproduksi yang kurang di fahami oleh remaja putri sehingga sebagian besar pengetahuan remaja putri cukup. Mubarak (2017) menyatakan pengetahuan seseorang juga dipengaruhi oleh pendidikan, dimana pendidikan mempunyai segala situasi dalam segala kehidupan yang mempengaruhi pertumbuhan seseorang. Maka semakin tinggi pendidikan seseorang maka akan mempengaruhi pula pengetahuan dan cara penanganan terhadap Sindrom Premenstruasi.

Commented [y3]: Betulkan font 10?

#### 4.1.2 Gambaran Remaja Putri Yang Melakukan Penanganan Saat Mengalami Sindrom Premenstruasi Di Desa Larangan Rt.15 Rw.04Sidoarjo

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di desa Larangan RT.15/RW.04 Sidoarjo melakukan penanganan saat mengalami sindrom premenstruasi. Remaja putri yang melakukan penanganan saat mengalami sindrom premenstruasi baik penanganan farmakologi, nonfarmakologi ataupun penanganan keduanya yaitu sebagian besar remaja putri yang melakukan penanganan dengan cara nonfarmakologi yakni olahraga teratur, kompres hangat bagian perut, istirahat atau tidur meringkuk dan pijat bagian perut. Hal ini disebabkan karena sebagian besar pengetahuan remaja putri cukup, sehingga remaja putri dapat melakukan penanganan sindrom premenstruasi.

Commented [y4]: Seperti ini kl bisa tidak bong-bolng begini, mungkin di tambah 1-2 kata.

Misarah (2011) menyatakan ada beberapa jenis terapi non farmakologi, sebagai berikut. Olahragayangeratur dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan gejala sindrom premenstruasi. Seperti jogging, jalan cepat atau berenang. Kemudian kompreslah bagian perut atau bagian punggung yang terasa sakit dengan botol berisi air hangat. Dan untuk mengurangi rasa sakit saat menstruasi, cobalah mandi dengan air hangat atau bisa minum air hangat. Pijatlah perut bagian bawah dengan ringan, buatlah gerakan melingkar dengan ujung jari anda. Tidurlah dengan cara meringkuk dan lutut meleku untuk menghindari peregangan otot panggul. Bisa juga menggunakan bantal untuk menekan lembut perut bagian bawah jika itu terasa nyaman untuk anda. Jika anda tidur telentang, sanggalah lutut anda dengan bantal agar menekuk.

#### 4.1.3 Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sindrom Premenstruasi Dan Cara Penanganan Sindrom Premenstruasi

Berdasarkan Tabel 4.6 menunjukkan bahwa remaja putri yang melakukan penanganan lebih banyak yang berpengetahuan baik dan yang tidak melakukan penanganan lebih banyak yang berpengetahuan cukup di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo. Hal tersebut bisa disebabkan faktor pendidikan dan usia.

Hasil penelitian hampir seluruhnya (93,3%) berpendidikan SMK/SMA, yang mana pendidikan tersebut adalah pendidikan menengah. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah orang tersebut menerima informasi. Dalam hal ini dapat mempengaruhi pola berfikir terhadap pengetahuan tentang sindrom pramenstruasi dan cara penanganannya.

Hal tersebut sesuai dengan teori Mubarak (2011) menyatakan pendidikan merupakan suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuan seseorang agar dapat memahami suatu hal. Pendidikan mempengaruhi proses belajar, semakin tinggi pendidikan seseorang, semakin mudah orang tersebut menerima informasi.

Selain pendidikan, usia erat kaitannya dengan pengetahuan. Hasil penelitian sebagian besar (60%) berusia 20 tahun. Hal tersebut sesuai dengan teori Mubarak (2011) menyatakan usia juga dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang akan lebih berkembang, sehingga pengetahuan yang diperolehnya juga akan semakin baik.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dya Apriyandari tahun (2018) dengan judul "Pengetahuan Gejala Sindrom Premenstruasi Terhadap Penanganan Sindrom Premenstruasi di SMP Negeri 3 Gamping" menunjukkan hasil yang menyatakan adanya hubungan erat pengetahuan dengan penanganan yang di analisis menggunakan sepearman rank dengan hasil p value <0,05 yaitu 0,000 <0,05.

#### IV. KESIMPULAN

Remaja putri di desa Larangan rt 15 rw 04 Sidoarjo yang melakukan penanganan sindrom pramenstruasi lebih banyak yang berpengetahuan baik dan yang tidak melakukan penanganan lebih banyak yang berpengetahuan cukup.

#### UCAPAN TERIMA KASIH

Dosen pembimbing ibu Yanik, kepada kepala desa Larangan Rt.15 Rw.04 Sidoarjo yang telah memberikan izin untuk melakukan penelitian ini, serta responden yang bersedia meluangkan waktunya untuk mengisi lembar kuisioner di googleform.

#### REFERENSI

- [1] Misaroh. (2010). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- [2] Mubarak, WI. (2017). *Promosi Kesehatan Sebuah Pengantar Belajar Mengajar dalam Pendidikan*. Yogyakarta : Graha Ilmu.
- [3] Notoatmojo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- [4] Ramadani, M. (2013). *PREMENSTRUAL SYNDROME ( PMS )*. 7(1), 21—25.
- [5] Windayanti, Y. T., Studi, P., Metro, K., & Kemenkes, P. (2015). *Analisis faktor yang berhubungan dengan kejadian*. VIII(2).
- [6] Yanik. (2017) *PENGARUH PEER EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN PENEGTAHUAN DAN SIKAP TENTANG HIV/AIDS. PENGARUH PEER EDUCATION TERHADAP PENINGKATAN PENEGTAHUAN DAN SIKAP TENTANG HIV/AIDS*.

**SURAT PERNYATAAN**

Yang bertanda tangan dibawah ini, saya :

Nama Mahasiswa : Robbiatul Adawiyah  
NIM : 171540100020  
Program Studi : Diploma-III Kebidanan  
Fakultas : Ilmu Kesehatan

Menyatakan bahwa, karya tulis ilmiah saya dengan rincian :

Judul : Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sindrom Premenstruasi dan Cara Penanganannya di desa Larangan Rt.15 Rw.04 Sidoarjo

Kata Kunci : Pengetahuan, Penanganan, Remaja Putri, Sindrom Premenstruasi

Telah disesuaikan dengan petunjuk tulisan dari jurnal ilmiah di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Berdasarkan tautan <http://bit.ly/artikelumsida>. Serta telah lolos uji cek kesamaan sesuai ketentuan yang berlaku di Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

Artikel tersebut telah siap diunggah pada tautan <http://s.id/jumalumsida>. Guna diproses lebih lanjut oleh pusat Pengembangan Publikasi Ilmiah UMSIDA.

Sidoarjo, Maret 2021

Menegetahui,  
Dosen Pembimbing

Mahasiswa

Yanik Purwanti, S.ST.M.Keb

\_\_\_\_\_  
Robbiatul Adawiyah

ORIGINALITY REPORT

14%

SIMILARITY INDEX

12%

INTERNET SOURCES

3%

PUBLICATIONS

4%

STUDENT PAPERS

PRIMARY SOURCES

1	<a href="https://repository.unimus.ac.id">repository.unimus.ac.id</a> Internet Source	8%
2	Submitted to Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Student Paper	2%
3	<a href="https://id.123dok.com">id.123dok.com</a> Internet Source	2%
4	<a href="https://www.scribd.com">www.scribd.com</a> Internet Source	2%

Exclude quotes On

Exclude bibliography On

Exclude matches < 2%