

**Table Of Content**

**Journal Cover** ..... 2

**Author[s] Statement** ..... 3

**Editorial Team** ..... 4

**Article information** ..... 5

    Check this article update (crossmark) ..... 5

    Check this article impact ..... 5

    Cite this article ..... 5

**Title page** ..... 6

    Article Title ..... 6

    Author information ..... 6

    Abstract ..... 6

**Article content** ..... 7

---

# Academia Open



*By Universitas Muhammadiyah Sidoarjo*

---

## Originality Statement

The author[s] declare that this article is their own work and to the best of their knowledge it contains no materials previously published or written by another person, or substantial proportions of material which have been accepted for the published of any other published materials, except where due acknowledgement is made in the article. Any contribution made to the research by others, with whom author[s] have work, is explicitly acknowledged in the article.

## Conflict of Interest Statement

The author[s] declare that this article was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.

## Copyright Statement

Copyright © Author(s). This article is published under the Creative Commons Attribution (CC BY 4.0) licence. Anyone may reproduce, distribute, translate and create derivative works of this article (for both commercial and non-commercial purposes), subject to full attribution to the original publication and authors. The full terms of this licence may be seen at <http://creativecommons.org/licences/by/4.0/legalcode>

## EDITORIAL TEAM

### Editor in Chief

Mochammad Tanzil Multazam, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

### Managing Editor

Bobur Sobirov, Samarkand Institute of Economics and Service, Uzbekistan

### Editors

Fika Megawati, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Mahardika Darmawan Kusuma Wardana, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Wiwit Wahyu Wijayanti, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Farkhod Abdurakhmonov, Silk Road International Tourism University, Uzbekistan

Dr. Hindarto, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Evi Rinata, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

M Faisal Amir, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Dr. Hana Catur Wahyuni, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

Complete list of editorial team ([link](#))

Complete list of indexing services for this journal ([link](#))

How to submit to this journal ([link](#))

## Article information

**Check this article update (crossmark)**



**Check this article impact (\*)**



**Save this article to Mendeley**



(\*) Time for indexing process is various, depends on indexing database platform

**Knowledge of Private Vocational School of Pramenstruated  
Syndrom and How To Handle It In Larangan Village Rt.15 Rw.04  
Sidoarjo**

*Pengetahuan Remaja Putri Tentang Sindrom Pramenstruasi dan Cara  
Penanganannya di Desa Larangan Rt.15 Rw.04 Sidoarjo*

**Robbiatul Adawiyah, robiatul759@gmail.com, (1)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

**Yanik Purwanti, yanpurwa@gmail.com, (0)**

*Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia*

<sup>(1)</sup> Corresponding author

**Abstract**

Sindrom Pramenstruasi 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 penelitian diketauinya gambaran pengetahuan remaja putri tentang sindrom pramenstruasi 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 pramenstruasi serta cara penanganannya. Pengambilan data menggunakan kuesioner secara google form. 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 berpengatuan kurang dan yang tidak melakukan penanganan lebih banyak (37,7%) yang berpengetahui cukup.

Published date: 2022-06-30 00:00:00

## Introduction

Sindrom Premenstruasi adalah iritabilitas emosional dan tingkah laku, depresi, gelisah, kelelahan, konsentrasi berkurang [1]. Kurangnya pengetahuan, pengalaman, dan juga kurangnya informasi yang dimiliki oleh wanita terutama oleh remaja putri tentang sindrom pramenstruasi juga dapat memperberat gejala-gejala yang timbul. Terkadang banyak remaja putri yang mencoba mengatasi gejala-gejala sindrom pramenstruasi dan bersifat coba-coba tanpa adanya pengetahuan yang cukup dan benar [2].

Faktor-Faktor yang mempengaruhi dari sindrom pramenstruasi yaitu, faktor peer grup [2], pendidikan, pengetahuan stress psikologis[3], ketidakseimbangan hormon, olahraga dan vitamin B.

Angka kejadian pada sindrom pramenstruasi di temukan terbanyak di Asia yaitu 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.

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.

## Research Method

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 [4]. 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.

Usia	Jumlah	Persentasi
18 tahun	2	13,3
tahun tahun	49	26,760
Total	15	100

**Table 1.** Distribusi usia responden di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo

Status Pendidikan	Jumlah	Presentasi
SMP	1	6,7
SMA/SMK	14	93,3
Total	15	100

**Table 2.** Distribusi Status Pendidikan Terakhir Responden di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo

Pengetahuan	Jumlah	Presentasi
Baik	1	6,7
Cukup	8	53,3
Kurang	6	40
Total	15	100

**Table 3.** Distribusi Pengetahuan Remaja Putri Tentang 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
Total	15	100

**Table 4.** Distribusi Remaja Putri yang Melakukan Penanganan Saat Mengalami Sindrom Premenstruasi di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo

Penanganan saat sindrom pramenstruasi	Jumlah	Presentase
Non Farmakologi :Olahraga	1272	6,713,346,713,3

teraturKompres hangat bagian perutIstirahat atau tidur meringkukPijat bagian perut		
Farmakologi :1. Mengonsumsi obat- obatan(asam mefenamat,ibuprofen,naproxen,dll)	3	20
Non Farmakologi dan Farmakologi	0	0
Total	15	100

**Table 5.**

Pengetahuan	Penanganan saat S indrom Pramenstruasi				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%)
Total	11	73,4%	4	26,6%	15(100%)

**Table 6.** *Tabulasi silang pengetahuan remaja putri tentang sindrom pramenstruasi dan cara penanganannya pada remaja putri di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo*

## Research Result and Discussion

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 Tabel 4.3 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri yang mempunyai pengetahuan cukup tentang sindrom pramenstruasi.[5] Hal ini bisa disebabkan sudah adanya pendidikan kesehatan reproduksi di sekolah yang diberikan tentang sindrom pramenstruasi 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.[6] 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 Pramenstruasi.

Berdasarkan Tabel 4.4 menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo melakukan penanganan saat mengalami sindrom pramenstruasi. Remaja putri yang melakukan penanganan saat mengalami sindrom pramenstruasi baik penanganan farmakologi, non farmakologi ataupun penanganan keduanya yaitu sebagian besar remaja putri yang melakukan penanganan dengan cara non farmakologi 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 pramenstruasi.

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

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 berpengaturan cukup di desa Larangan Rt.15/Rw.04 Sidoarjo.

[7] menyatakan ada beberapa jenis terapi non farmakologi, sebagai berikut: Olahraga yang teratur dapat mengurangi atau bahkan menghilangkan gejala sindrom pramenstruasi. 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 melekuk 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, sanggallah lutut anda dengan bantal agar menekuk[8].

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 [9] 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 [9] menyatakan usia juga dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir dari seseorang. Dengan bertambahnya usia individu, daya tangkap dan pola pikir seseorang akan lebih berkembang, sehingga pengetahuan yang diperolehnya juga akan semakin membaik.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Dya Apriliyandari tahun (2018) dengan judul "Pengetahuan Gejala Sindrom Pramenstruasi Terhadap Penanganan Sindrom Pramenstruasi 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[10].

## Conclusion

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.

## References

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.