

## Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome* (PMS) pada Siswi SMK N X Jakarta Timur 2016

Nurmilasari<sup>1</sup>, Yenni Ariestanti<sup>2</sup>

Program Studi D-III Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan  
Universitas Respati Indonesia

Jl. Bambu Apus I No. 3 Cipayung, Jakarta Timur 13890

Email: lppm@urindo.ac.id<sup>1</sup>, yariestanti@yahoo.com<sup>2</sup>

### Abstrak

*Premenstrual Syndrome* (Sindrom Pramenstruasi) adalah kumpulan gejala fisik, psikologis, dan emosi yang terkait dengan siklus menstruasi. *Premenstrual syndrome* (PMS) merupakan gangguan yang umum terjadi pada WUS, namun berdampak pada aktivitas sosial dan prestasi di sekolah. Perilaku untuk mengurangi terjadinya *sindrome premenstruasi* sangat diperlukan. Untuk mengurangi kejadian *sindrome premenstruasi* dengan cara minum obat, jika payudara sakit atau kepala pusing, perut sakit langsung mengompresnya dengan air hangat, istirahat cukup, olahraga, dan mengatur pola makan. Tujuan penelitian mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan *Premenstrual Syndrome* (PMS) pada siswi SMK N X Jakarta Timur 2016. Metode penelitian: Jenis Penelitian ini *kuantitatif* dengan rancangan *cross sectional*, Sampel dalam penelitian berjumlah 130 orang siswi kelas X terdiri 5 Jurusan dengan metode *simple random sampling*. Cara pengumpulan data dengan metode kuesioner, analisis data menggunakan analisis deskriptif, analitik dengan *chi square*, waktu Februari --Juni 2016. Hasil penelitian terdapat 130 responden pada siswi SMK N X Jakarta Timur, Perilaku baik Remaja Putri dalam mengatasi pencegahan *premenstrual syndrome* adalah 68 responden (52,3%). Faktor – faktor yang berhubungan dengan perilaku *premenstrual syndrome* secara bermakna adalah umur, pengalaman, sumber ekonomi, pengetahuan, sikap, sumber informasi, pengaruh teman sebaya, dan peran petugas kesehatan pada siswi SMK N X Jakarta Timur. Kesimpulan bahwa Perilaku Remaja Putri Dalam mengatasi pencegahan *premenstrual syndrome* cukup baik dan semua faktor yang diteliti berhubungan secara bermakna seperti umur, pengalaman, sumber ekonomi, pengetahuan, sikap, sumber informasi, pengaruh teman sebaya, dan peran petugas kesehatan. Saran diharapkan bisa menggali lebih dalam hubungan tingkat pengetahuan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome*.

**Kata Kunci** : Pengalaman, Pengetahuan, Pengaruh Teman Sebaya , Peran Petugas Kesehatan, Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome*, Sikap, Sumber Ekonomi, Sumber Informasi, Umur.

### PENDAHULUAN

Menurut Depkes RI (2010), kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan sehat secara menyeluruh mencakup fisik, mental dan kehidupan sosial yang berkaitan dengan alat, fungsi serta proses reproduksi yang pemikiran kesehatan reproduksi bukannya kondisi yang bebas dari penyakit melainkan bagaimana seseorang dapat memiliki kehidupan seksual yang aman dan memuaskan sebelum dan sesudah menikah. (Kusmiran, 2012 : 15). Dalam Survei Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) 2012 mengenai Kesehatan Reproduksi Remaja yang melibatkan responden pria dan wanita usia 15-24 tahun yang belum menikah menyebutkan bahwa 48% remaja tidak mengetahui masa subur seorang wanita dan hanya 18% yang mengetahui masa subur seorang wanita dengan benar, yaitu di tengah-tengah antara dua masa subur. Pada wanita siklus menstruasi rata-rata terjadi sekitar 28

hari, walaupun hal ini berlaku umum, tetapi tidak semua wanita memiliki siklus menstruasi yang sama, kadang-kadang menstruasi juga terjadi setiap 21 hari hingga 30 hari. Biasanya menstruasi rata-rata terjadi 5 hari, kadang-kadang menstruasi juga dapat terjadi sekitar 2 hari sampai 7 hari. (Dewi, 2012 : 19 ). *Pre Menstrual Syndrome* (PMS) atau ketegangan pra menstruasi yang terjadi beberapa hari sebelum menstruasi bahkan sampai menstruasi berlangsung. Terjadi karena ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron menjelang menstruasi. Gejala klinik dari *Pre Menstrual Syndrome* (PMS) adalah gangguan emosional, gelisah, susah tidur, perut kembung, mual serta payudara tegang, sakit terkadang seperti tertekan (Kumalasari dan Andhyantoro, 2012 : 70). Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan metode wawancara di SMK X yang dilakukan terhadap 10 siswi, hasilnya yaitu 7 (70%) siswi mengalami

*Premenstrual Syndrome* dan 3 (30%) siswi tidak mengalami *Premenstrual Syndrome*, 7 (7,0%) siswi yang mengalami gejala yang paling utama ketika sebelum menstruasi yaitu nyeri pada payudara. Selain itu, mereka juga mengalami sakit perut, badan mudah capek, pusing dan penurunan konsentrasi. Satu diantara tujuh siswi tersebut mengalami gejala yang khas sebelum menstruasi yaitu mengalami batuk dan pilek. Sedangkan dua dari tujuh siswi tersebut mengalami gejala PMS (*Pre Menstrual Syndrome*) dimulai dari 1 minggu sebelum menstruasi berlangsung sampai hari ketiga menstruasi. Berdasarkan uraian diatas, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Faktor –faktor yang berhubungan dengan Perilaku Pencegahan *Pre Menstrual Syndrome* Pada Remaja Putri Di SMK N X Jakarta Timur Tahun 2016".

## **METODE PENELITIAN**

### **Rancangan Penelitian**

Penelitian yang digunakan dengan pendekatan waktu secara *cross seccional* adalah data yang menunjukkan titik waktu tertentu atau pengumpulan yang dilakukan dalam waktu bersamaan (Riwidikdo, 2012 : 42). Jenis penelitian ini menggunakan dekriptif kuantitatif.

### **Tempat dan Waktu**

Penelitian ini dilakukan di SMK N X Jakarta Timur Tahun 2016. Penelitian ini dilaksanakan tanggal Maret - April 2016.

### **Populasi dan Sampel**

Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah 192 siswi kelas X SMK N X di Jakarta Timur Tahun 2016, Dalam pengambilan sampel yang digunakan siswi SMK N X Jakarta Timur kelas X yang berjumlah 130 orang.

## **Teknik dan Alat Pengumpulan Data**

Teknik *simple random sampling* atau acak sederhana adalah setiap anggota atau unit dari populasi mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel (Notoadmodjo, 2012 : 120). Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan Pengumpulan Data Primer, yaitu pengumpulan data yang didapat langsung oleh peneliti, yang diperoleh dari responden dengan menggunakan kuesioner dan pengumpulan Data Sekunder, yaitu pengumpulan data dengan melihat data dari kuesioner Di SMK X. Alat bantu pengukuran yang digunakan untuk mendapatkan data penelitian. Instrumen dalam penelitian ini dengan menggunakan kuesioner.

## **Teknik Analisis Data**

### **Analisis Univariat**

Analisis Univariat dilakukan untuk mendeskripsikan tiap variabel dengan menampilkan distribusi frekuensi untuk melihat distribusi responden, menurut berbagai variabel yang diteliti, variabel dependen maupun variabel independen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa distribusi frekuensi berdasarkan umur, pengalaman, sumber ekonomi, pengetahuan, sikap, sumber informasi, pengaruh teman sebaya, dan peran petugas kesehatan terhadap Perilaku pencegahan *Premenstrual Syndrome*.

### **Analisis Bivariat**

Analisa bivariat digunakan untuk melihat ada atau tidaknya hubungan antara variabel independen yaitu umur, pengalaman, sosial ekonomi, pengetahuan, sikap, sumber informasi, pengaruh teman sebaya, dan peran petugas kesehatan dengan variabel dependen yaitu perilaku pencegahan *premenstrual syndrome*

**HASIL DAN BAHASAN****Gambaran Karakteristik Responden****Tabel 1 DISTRIBUSI FREKUENSI**

No	Variabel	Jumlah	Persentase %
1	<b>Perilaku <i>premenstrual syndrome</i></b>		
	Baik	68	52,3
	Buruk	62	47,7
2	<b>Umur menarche</b>		
	11-13	79	60,8
	14-17	51	39,2
3	<b>Pengalaman <i>premenstrual syndrome</i></b>		
	Pernah	75	57,7
	Belum pernah	55	42,3
4	<b>Sosial ekonomi</b>		
	Tinggi	71	54,6
	Rendah	59	45,5
5	<b>Pengetahuan Remaja</b>		
	Baik	66	50,8
	Kurang	64	49,2
6	<b>Sikap Remaja</b>		
	Positif	72	55,4
	Negatif	58	44,6
7	<b>Sumber Informasi</b>		
	Media massa	68	52,3
	Non media massa	62	47,7
8	<b>Pengaruh teman sebaya</b>		
	Berpengaruh	56	43,1
	Kurang	74	56,9
9	<b>Peran petugas kesehatan</b>		
	Baik	61	46,9
	Kurang	69	53,1

Berdasarkan Tabel 1 distribusi frekuensi paling banyak perilaku baik, umur menarche 11-13 Tahun, pernah pengalaman menarche, sosial ekonomi tinggi, pengetahuan baik sikap positif,

sumber informasi paling banyak media massa, pengaruh teman sebaya kurang dan peran petugas kesehatan kurang.

Hasil Analisis Bivariat

Tabel 2 HASIL ANALISIS BIVARIAT

Umur Menarche	Perilaku pencegahan Premenstrual Syndrome				Total		P value	OR
	Baik	%	Buruk	%	n	%		
11 – 13	58	73,4	21	26,6	79	100	0,000	11,324
14 - 17	10	19,6	41	80,4	51	100		
Total	68	52,3	62	47,7	130	100		
Pengalaman	Perilaku pencegahan Premenstrual Syndrome				Total		P value	
	Baik	%	Buruk	%	n	%		
Pernah	57	76,0	18	24,0	75	100	0,000	12,667
Belum pernah	11	20,0	44	80,0	55	100		
Total	68	52,3	62	47,7	130	100		
Sumber ekonomi	Perilaku pencegahan Premenstrual Syndrome				Total		P value	
	Baik	%	Buruk	%	n	%		
Tinggi	42	63,6	22	17,6	68	100	0,002	3,341
Rendah	24	36,4	42	79,0	62	100		
Total	69	53,1	61	46,9	130	100		
Pengetahuan remaja	Perilaku pencegahan Premenstrual Syndrome				Total		P value	
	Baik	%	Buruk	%	N	%		
Baik	49	74,2	17	26,6	66	50,8	0,000	7,969
Kurang	17	25,8	47	73,4	64	49,2		
Total	66	100,0	61	100,0	130	100		
Sikap remaja	Perilaku pencegahan Premenstrual Syndrome				Total		P value	
	baik	%	Buruk	%	N	%		
Positif	48	72,7	17	26,6	65	50,0	0,000	7,373
Negatif	18	27,3	47	73,4	65	50,0		
Total	66	100,0	64	100,0	130	100,0		
Sumber Informasi	Perilaku pencegahan Premenstrual Syndrome				Total		P value	
	Baik	%	Buruk	%	N	%		
Media massa	53	80,3	15	23,4	68	52,3	0,000	13,381
Non media massa	13	19,7	49	76,6	62	47,7		
Total	66	100,0	64	100,0	130	100,0		
Pengaruh teman sebaya	Perilaku pencegahan Premenstrual Syndrome				Total		P value	
	Baik	%	Buruk	%	N	%		
Pengaruh	52	92,9	4	7,1	56	100	0,000	47,125
Kurang	16	21,6	58	78,4	74	100		
Total	68	53,1	62	47,7	130	100		
Peran Petugas Kesehatan	Perilaku pencegahan Premenstrual Syndrome				Total		P value	
	Baik	%	Buruk	%	N	%		
Baik	51	83,7	10	16,4	61	100	0,000	18,360
Kurang	15	21,7	54	78,3	69	100		
Total	66	50,8	64	49,2	130	100		

### Perilaku pencegahan *premenstrual syndrome*

Dari penelitian terhadap 130 orang responden menunjukkan bahwa sebagian besar siswi yaitu 68 siswi (52,3%) baik untuk berperilaku *Premenstrual Syndrome* dan 62 siswi (47,7%) buruk untuk berperilaku *Premenstrual Syndrome*. Menurut Skinner seorang ahli psikologi dalam Notoadmodjo 2014 merumuskan bahwa perilaku merupakan respon atau reaksi seseorang terhadap stimulus (rangsangan dari luar). Seorang ahli psikologi pendidikan, Benyamin Bloom (1908) yang dikutip oleh Notoadmodjo (2014) membagi perilaku kedalam 3 domain (ranah/kawasan), meskipun ketiga domain tersebut adalah *cognitif, affective, psychomotor*. Menurut Lawrence Green dalam Notoadmodjo (2014), mencoba menganalisis perilaku manusia berangkat dari tingkat kesehatan. Bahwa kesehatan seseorang dipengaruhi oleh 2 faktor pokok, yaitu faktor perilaku (*behavior causes*) dan faktor diluar perilaku (*non behavior causes*). Hasil dari penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Evi Nurhayati (2012) di SMP N 4 Ngayun Kabupaten Ponorogo. dengan judul "Perilaku Remaja Putri dalam Mengatasi *premenstrual syndrome* di SMP N 4 Ngayun Kabupaten Ponorogo. Penelitian ini adalah penelitian observasional. Dimana Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara perilaku remaja dalam mengatasi *premenstrual syndrome* dengan kekuatan korelasi sedang. Dari hasil yang didapat melalui kuesioner bahwa responden menunjukkan baik untuk berperilaku *Premenstrual Syndrome*. Menurut asumsi peneliti, dalam hal ini dimungkinkan karena adanya kemungkinan kurangnya penanaman religius dari diri siswi itu sendiri, kurangnya pengetahuan siswi yang benar mengenai dampak dari *Premenstrual Syndrome*. Segala tingkah laku/tindakan yang dilakukan oleh responden mengenai upaya pencegahan *premenstrual Syndrome* dengan beberapa cara meliputi olahraga secara teratur, istirahat dan mengkonsumsi obat – obatan analgetik.

### Hubungan Antara Umur *menarche* dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome*

Berdasarkan hasil univariat penelitian diketahui siswi yang mempunyai umur *menarche* 11-13 tahun yaitu 79 orang (60,8%) sedangkan siswi yang mempunyai umur

*menarche* 14-17 tahun yaitu 51 orang (39,2%). Berdasarkan hasil bivariat peneliti diketahui siswi yang mempunyai umur *menarche* 11-13 tahun yang lebih tinggi yaitu (73,4%) dibandingkan responden umur *menarche* 14-17 tahun yaitu (19,6%). Berdasarkan analisis statistik, menunjukkan bahwa P Value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), OR 11,324, maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antar umur *menarche* dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi atau uji hipotesis diterima. Umur *menarche* cepat dikaitkan dengan ovulasi dini (ACOG, 2006). Ketika umur *menarche* lebih muda dari 12 tahun, maka 50% dari siklus ovulasi terjadi saat satu tahun setelah *menarche* (ACOG, 2006). Disamping itu umumnya pada remaja, PMS mulai dialami pada usia sekitar 14 tahun atau 2 tahun setelah *menarche* dan akan berlanjut sampai menopause (Zaka dan Mahmod, 2012). Sehingga ketika *menarche* lebih cepat/dini, maka akan mengalami PMS lebih cepat pula. *Menarche* ditandai dengan siklus ovulasi (aiklus tanpa ovulasi dan fase luteal), sementara PMS terjadi saat fase luteal (ACOG, 2006). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Aminah (2011) dan Amjad (2014) yang menemukan adanya hubungan antara umur *menarche* dengan *premenstrual syndrome* (PMS). Menurut Aminah (2011) siswi dengan umur *menarche* cepat (<12 tahun) berisiko 2,3 kali lebih besar untuk menderita PMS dibandingkan dengan siswi yang mengalami *menarche* lebih lambat (Aminah dkk, 2011). Hal ini sejalan dengan penelitian Amjad, (2014) yang juga menemukan usia *menarche* < 12 tahun cenderung mengalami *premenstrual syndrome* (PMS). Menurut peneliti ini dikarenakan Umur responden yang masih labil sehingga sangat mempengaruhi perkembangan organ reproduksi, serta bagaimana kematangan berpikir remaja itu sendiri, atau bahkan ada yang baru mengalami *premenstrual syndrome*, sehingga juga mempengaruhi pengaruh psikis dan psikologis dari responden tersebut dalam menangani *premenstrual syndrome*.

### Hubungan Antara Pengalaman *Premenstrual Syndrome* Dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome*

Berdasarkan hasil univariat penelitian diketahui siswi yang mempunyai pengalaman

pernah *premenstrual syndrome* yaitu 79 orang (60,8%) sedangkan siswi yang mempunyai pengalaman belum pernah *premenstrual syndrome* yaitu 51 orang (39,2%). Berdasarkan hasil bivariat peneliti diketahui siswi yang mempunyai pengalaman pernah mengalami *premenstrual syndrome* yang lebih tinggi yaitu (76,0%) dibandingkan responden yang belum pernah mengalami *premenstrual syndrome* yaitu (20,0%). Berdasarkan analisis statistik, menunjukkan bahwa P Value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), OR 12,667, maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antar pengalaman dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi atau uji hipotesis diterima. Pengalaman adalah sesuatu yang pernah dialami (dijalani, dirasakan, ditanggung dan sebagainya) (Alwi, 2006). Pengalaman dapat digunakan sebagai upaya untuk memperoleh pengetahuan. Hal ini dilakukan dengan cara mengulangi kembali pengalaman yang diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dilakukan dimasa lalu (Notoadmodjo, 2012). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Bogdan dan Taylor (2008) menyatakan bahwa kualitatif sebagai prosedur penelitian yang menghasilkan data deskriptif berupa ucapan atau tulisan dan perilaku orang – orang yang dapat diamati. Melalui penelitian kualitatif peneliti dapat mengenali subjek, merasakan apa yang mereka alami dalam kehidupan sehari-hari. Menurut mereka, pendekatan ini diarahkan pada latar dan individu tersebut secara holistik (utuh). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pengalaman setiap individu akan berpengaruh besar pada perilaku individu tersebut. Sesuatu yang pernah dialami seseorang akan menambah pengetahuan tentang sesuatu yang bersifat nonformal. Kondisi tersebut dapat diartikan bahwa jika seseorang yang belum pernah mengalami *Premenstrual Syndrome* sebelumnya maka akan lebih sial dalam mengalami *Premenstrual Syndrome* dimasa yang akan datang.

#### **Hubungan Antara Sosial Ekonomi Orang Tua Dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome***

Berdasarkan hasil univariat penelitian diketahui orang tua siswi yang mempunyai sosial ekonomi tinggi *premenstrual syndrome* yaitu 71 orang (54,6%) sedangkan orang tua siswi yang mempunyai sosial ekonomi rendah

*premenstrual syndrome* yaitu 59 orang (45,4%). Berdasarkan hasil bivariat penelitian diketahui orang tua siswi yang mempunyai sosial ekonomi orang tua yang lebih tinggi yaitu (63,6%) responden yang sosial ekonomi orang tua rendah yaitu (36,4%). Berdasarkan analisis statistik, menunjukkan bahwa P Value = 0,002 ( $p < 0,05$ ), OR 3,341, maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antara sosial ekonomi orang tua dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi atau uji hipotesis diterima. Menurut Notoatmodjo (2012) sosial ekonomi merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang. Tingkat sosial ekonomi yang rendah menyebabkan keterbatasan biaya untuk memenuhi seluruh kebutuhan hidup dan juga dapat menyebabkan rendahnya pengetahuan yang dimiliki. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Omdivar Begum (2010) yang mengatakan bahwa ada hubungan antara status ekonomi orang tua dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome*. Analisis pengaruh sosial ekonomi orang tua dengan perilaku pencegahan *Premenstrual Syndrome* ternyata ada hubungan. Hal serupa ditemukan oleh Rizk et al (2003). Hasil analisis untuk melihat hubungan antara sosial ekonomi orang tua dengan perilaku pencegahan *Premenstrual Syndrome* dengan tingkat pendidikan ibu menggunakan uji statistik dengan tes *Continuity Correction* diperoleh bahwa ada hubungan antara status sosial ekonomi orang tua dengan perilaku pencegahan *Premenstrual Syndrome*.

#### **Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome***

Berdasarkan hasil univariat penelitian diketahui siswi yang mempunyai pengetahuan baik yaitu 66 orang (50,8%) sedangkan siswi yang mempunyai pengetahuan kurang yaitu 64 orang (49,2%). Berdasarkan hasil bivariat penelitian diketahui siswi yang pengetahuan baik yang lebih tinggi yaitu (74,2%) dibandingkan responden yang pengetahuan kurang yaitu (25,8%). Berdasarkan analisis statistik, menunjukkan bahwa P Value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), OR 7,969, maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antar pengetahuan dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi atau uji hipotesis diterima.

Pengetahuan adalah merupakan hasil “tahu” dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indra manusia, yakni : indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh mulai mata dan telinga. Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting akan terbentuknya tindakan seseorang (Notoadmodjo 2012). Zulaikha F (2010), penelitian di SMA N 5 Sukarta. Penelitian ini adalah penelitian observasional. Hasil dari penelitian ini terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan kesehatan terhadap sikap menghadapi *premenstrual syndrome* di SMA N 5 Sukarta. Hasil penelitian ini sesuai dengan kebanyakan siswi yang berpengetahuan baik lebih cenderung kurang untuk berperilaku *premenstrual syndrome*. Dibandingkan dengan siswi yang berpengetahuan kurang terhadap *premenstrual syndrome*. Pendidikan kesehatan reproduksi di SMK N X Jakarta Timur, diulas pada mata pelajaran biologi, meskipun hanya sebagian kecil. Mata pelajaran biologi menguraikan berbagai hal yang berkaitan dengan struktur organ manusia termasuk organ reproduksi, namun belum menguraikan mengenai proses patologis dan fisiologisnya serta cara penanggulangan dari berbagai penyakit yang terkait.

#### **Hubungan Antara Sikap dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome***

Berdasarkan hasil univariat penelitian diketahui siswi yang mempunyai sikap negatif yaitu 18 orang (27,3%), sedangkan yang mempunyai sikap positif yaitu 48 orang (72,7%). Berdasarkan hasil bivariat penelitian diketahui siswi yang mempunyai sikap yang positif yang lebih tinggi yaitu (72,7%) dibandingkan responden sikap yang negatif mengalami *premenstrual syndrome* yaitu (27,3%). Berdasarkan analisis statistik, menunjukkan bahwa P Value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), OR 7,373, maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antar sikap dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi atau uji hipotesis diterima. Sikap adalah merupakan rekasi atau respons seseorang yang masih tertutup terhadap suatu stimulus atau objek. Pandangan – pandangan atau perasaan

yang disertai kecenderungan untuk bertindak sesuai objek yang dihadapi. sikap positif kecenderungan tindakan adalah mendekati, menyenangkan, mengharapkan objek tertentu. Sikap negatif terdapat kecenderungan untuk menjauhi, menghindari, membenci, serta tidak menyukai objek tertentu (Wawan dan Dewi, 2011). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Miftahul Khoiriyah pada tahun 2015 pada siswa SMP Muhammadiyah 2 Sukarta, menyebutkan dalam penelitiannya berjudul “ Sikap dapat menghadapi *premenstrual syndrome* (PMS) pada remaja putri kelas VII di SMP Muhammadiyah 2 Sukarta lebih cenderung mengalami *premenstrual syndrome* (PMS). Dari hasil penelitian yang dilakukan penulis terdapat hubungan antara sikap dengan perilaku *premenstrual syndrome* pada siswi. Hal ini disebabkan karena banyaknya para remaja yang sering memiliki sikap yang kurang baik dalam pergaulannya sehingga membuat remaja tersebut sering melakukan hal-hal yang bisa merusak mental dan keperibadiannya. Sikap remaja yang menyukai kebebasan pergaulan antara wanita dan laki-laki merupakan salah satu bentuk perilaku sikap yang menyimpang yang melewati batas-batas norma ketimuran.

#### **Hubungan Antara Sumber Informasi dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome***

Berdasarkan hasil univariat penelitian diketahui siswa yang tidak terpapar oleh sumber informasi yaitu 62 orang (47,7%) , sedangkan yang terpapar oleh sumber informasi yaitu 68 orang (52,3%). Berdasarkan hasil bivariat penelitian diketahui siswi yang sumber informasi melalui media massa lebih tinggi yaitu (80,3%) dibandingkan responden sumber informasi yang non media massa yaitu (19,7%). Berdasarkan analisis statistik, menunjukkan bahwa P Value = 0,000 ( $p < 0,05$ ), OR 13,381, maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antar sumber informasi dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi atau uji hipotesis diterima. Media massa dapat membentuk karakter seseorang yang dapat memuaskan rasa ingin tahu dan minat terhadap media, memberikan pembelajaran dan pendidikan, menemukan model perilaku, memperoleh pengetahuan dan perubahan sikap (Nurrachmawati, 2011).

Menurut peneliti banyaknya sumber media informasi sebagai pilihan remaja menjadi lebih luas dalam hal mencari informasi. Masalahnya, banyak media informasi yang menawarkan berita tidak sepenuhnya bermanfaat dan tidak sesuai dengan apa yang seharusnya remaja tersebut terima. Hal ini pun sesuai dengan teori yang diungkapkan oleh Soetjiningsih (2004). Hasil penelitian ini sesuai dengan keadaan responden yang ada yaitu siswa di SMKN X Jakarta Timur bahwa siswa yang terpapar oleh sumber informasi berpeluang tidak berisiko untuk berperilaku *premenstrual syndrome* dibandingkan dengan siswa yang tidak terpapar oleh sumber informasi.

#### **Hubungan Pengaruh Teman Sebaya dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome***

Berdasarkan hasil univariat penelitian diketahui siswi yang pengaruh oleh pengaruh teman sebaya yaitu 56 orang (43,1%), sedangkan yang kurang oleh pengaruh teman sebaya yaitu 74 orang (56,9%). Berdasarkan hasil bivariat penelitian diketahui siswi yang berpengaruh pengaruh teman sebaya lebih tinggi yaitu (92,9%) dibandingkan responden yang pengaruh teman sebaya kurang yaitu (21,6%). Berdasarkan analisis statistik, menunjukkan bahwa  $p\text{ value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), OR. 47,125, maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antar pengaruh teman sebaya dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi atau uji hipotesis diterima. Kelompok teman sebaya merupakan interaksi awal bagi anak-anak dan remaja pada lingkungan sosial. Mereka mulai belajar bergaul dan berinteraksi dengan orang lain yang bukan anggota keluarganya. Ini dilakukan agar mereka mendapat pengakuan dan penerimaan dari kelompok teman sebayanya sehingga akan tercipta. Menurut peneliti ini terjadi karena peran teman sebaya sangat berperan, hampir sebagian responden merupakan anak kost yang jauh dari orang tua sehingga teman sebaya adalah teman yang sehari-hari menemani dan bercerita, termasuk masalah kesehatan reproduksi, mereka tidak canggung untuk menceritakan apa yang mereka alami dan teman akan memberikan masukan tentang hal yang tidak mereka ketahui sebelumnya. Hasil penelitian ini sesuai dengan keadaan responden yang ada yaitu siswa di SMKN X Jakarta Timur bahwa siswa yang

berpengaruh oleh pengaruh teman sebaya berpeluang tidak berisiko untuk berperilaku *premenstrual syndrome* dibandingkan dengan siswa yang kurang oleh pengaruh teman sebaya.

#### **Hubungan Antara peran petugas kesehatan dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome***

Berdasarkan hasil univariat penelitian diketahui siswi yang mempunyai peran petugas kesehatan baik terhadap *premenstrual syndrome* yaitu 61 orang (46,9%) sedangkan siswi yang mempunyai peran petugas kesehatan buruk terhadap *premenstrual syndrome* yaitu 69 orang (53,1%). Berdasarkan hasil bivariat penelitian diketahui siswi yang mempunyai peran petugas kesehatan baik yang lebih tinggi yaitu (83,6%) dibandingkan responden yang kurang yaitu (21,7%). Berdasarkan analisis statistik, menunjukkan bahwa  $p\text{ value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), OR 18,360, maka  $H_0$  ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antar peran petugas kesehatan dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi atau uji hipotesis diterima. Petugas kesehatan adalah seseorang yang dihargai, dihormati dimata klien karena mereka berstatus tinggi sesuai dengan pendidikannya. Perannya dalam kesehatan sangat dibutuhkan, untuk itu petugas kesehatan harus mampu memberikan kondisi yang dapat mempengaruhi perilaku positif terhadap kesehatan. (Widdefitra, 2013). Penelitian ini sejalan dengan penelitian Vina (2014) yaitu dengan menggunakan uji *Chi-square* diperoleh nilai  $p = 0,000$  ( $p < 0,5$ ) sehingga  $H_0$  diterima. Hal ini berarti bahwa ada hubungan antara peran petugas kesehatan dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome*. Hasil penelitian ini sesuai dengan keadaan responden yang ada yaitu siswa di SMKN X Jakarta Timur bahwa siswa yang baik oleh peran petugas kesehatan berpeluang tidak berisiko untuk berperilaku pencegahan *premenstrual syndrome* dibandingkan dengan siswa yang kurang oleh peran petugas kesehatan.

#### **KESIMPULAN**

Dari hasil penelitian tentang Faktor-faktor yang berhubungan dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi kelas X di



SMK N X pada Tahun 2016 di Jakarta Timur maka kesimpulan adalah sebagai berikut :

- Perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* adalah baik sebanyak 68 orang (52,3%).
- Faktor predisposisi yang mempunyai hubungan bermakna adalah umur, pengalaman, sumber ekonomi, pengetahuan, sikap.
- Faktor penghambat yang mempunyai hubungan bermakna adalah sumber informasi.
- Faktor penguat yang mempunyai hubungan bermakna adalah pengaruh teman sebaya dan peran petugas kesehatan.

#### SARAN

- Bagi SMK N X Jakarta Timur  
Diharapkan membentuk program pendidikan kesehatan tentang *premenstrual syndrome* atau dapat bekerja sama dengan tenaga kesehatan untuk melakukan penyuluhan khususnya tentang bagaimana menghadapi *premenstrual syndrome*.
- Bagi Institusi pendidikan  
Pihak sekolah SMK N X dapat bekerjasama dengan tenaga kesehatan untuk memberikan penyuluhan dan konseling tentang kesehatan reproduksi dan perilaku menghadapi *premenstrual Syndrome*.
- Bagi peneliti selanjutnya  
Bagi peneliti lain selanjutnya yang mungkin juga menggunakan topik yang sama dengan yang diambil oleh penulis, penulis berharap supaya adanya penelitian yang dilanjutkan dengan penyuluhan lanjutan.
- Bagi tenaga kesehatan  
Tenaga kesehatan diharapkan meningkatkan penyuluhan dalam bidang kesehatan dengan cara promosi kesehatan atau pendidik kesehatan tentang kesehatan reproduksi remaja sehingga dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang *premenstrual syndrome* (PMS).

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alwi, Hasan, 2006, Kamus Besar Bahasa Indonesia, Jakarta : Departemen Pendidikan Pusat Bahasa.
- Aminah S, Rahmadani S, Munadhiroh (2011), Hubungan status gizi dengan kejadian Premenstrual Syndrome di madrasah Aliyah Negeri (MAN)4 jakarta tahun 2014, jurnal kesehatan
- Bogdan dan Taylor, 1995 dalam J.Moleong, Lexy, 1989, Metodologi Penelitian Kualitatif, Bandung : Remadja Karya.
- Dawood,my(2006)“Primary Dysmenorrhoe advances in phtogenesis and management “the Amerikan College of Degree Journal Obstreticians and Gynecologist (ACOG volume no.2 Agust pp.428-436)
- Dewi, Syntia Nilda, 2012, Biologi Reproduksi, Yogyakarta : Pustaka Rihama.
- Depkes Poltekkes, 2010. Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya.Jakarta : Salemba Medika
- Evi Nurhidayati, 2012 Perilaku Remaja Putri dengan kejadian *Premenstrual Syndrome* di SMPN 4 Ngayun Kabupaten Ponorogo
- Kumalasari, I, Andhyantoro, I, 2010, Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan, Jakarta : Salemba Medika.
- Kumalasari, I dan Iwan, A. 2012. Kesehatan Reproduksi. Jakarta : Salemba Medika
- Kusmiran, Eny. 2012, Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita, Jakarta : Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. 2012. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta : Rineka Cipta
- \_\_\_\_\_. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan, Jakarta : Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2007. Kesehatan Ilmu dan Seni, Jakarta : Rineka Cipta.
- \_\_\_\_\_. 2014, Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku Kesehatan , Jakarta : Rineka Cipta.
- Omidvar S, Begum K, 2010, Factors Influencing Hygienic Practices During Menses Among Girls from South India- A Cross Sectional Study, International Journal of Collaborative Research on Internal Medicine & Public Health, Vol. 2 no 12 (December 2010)

- Proverawati, A dan Misaroh, S. 2009, Menarchea Menstruasi Pertama Penuh Makna ,Yogyakarta : Nuha Medika
- Riyanto, A. 2013. Statistik Dekriptif Untuk Kesehatan, Yogajakrta : Nuha Medika
- Riwidikdo, H. 2013. Statistik Kesehatan dengan Aplikasi Program SPSS dalam Produser Penelitian. Yogyakarta : Rohima Press
- Rizk et al, 2003. Endometriosis. Fast Facts 2nd ed. Health Press, pp7-20.
- Suciyanti, Syarifah, A.J. 2011, Menstruasi dan Permasalahannya. Yogyakarta : Pustaka Soetjningsih,2004. Buku Ajar: Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta : Sagung Seto. Panasea.
- Zulaika FL (2010), Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Sikap menghadapi Premenstrual Syndrome di SMAN 5 Surakarta.