

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG *PREMENSTRUAL SYNDROME*  
DENGAN KECEMASAN REMAJA PUTRI SAAT MENGHADAPI  
*PREMENSTRUAL SYNDROME* DI SMP NEGERI 1  
KASIHAN BANTUL YOGYAKARTA**

**NASKAH PUBLIKASI**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana  
Keperawatan pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



**Disusun oleh:  
NURUL MAULIDAH  
20120320079**

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN  
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA  
2016**

**HALAMAN PENGESAHAN NASKAH PUBLIKASI KTI**

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG *PREMENSTRUAL SYNDROME*  
DENGAN KECEMASAN REMAJA PUTRI SAAT MENGHADAPI  
*PREMENSTRUAL SYNDROME* DI SMP NEGERI 1 KASIHAN BANTUL  
YOGYAKARTA**

Disusun oleh:  
**Nurul Maulidah**  
**20120320079**

Telah disetujui dan diseminarkan pada tanggal 16 Agustus 2016

Dosen Pembimbing

Dosen Penguji :

Nur Azizah Indriastuti, S.Kep., Ns., M.Kep.  
NIK : 19841217201507173161

Kellyana Irawati, Ns., M.Kep., Sp. Kep.J  
NIK : 201227

Mengetahui

Kaprodi Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan  
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Sri Sumaryani, S.Kep., Ns., M.Kep., Sp.Mat., HNC  
NIK: 19770313200104173046

**The Relationship between Knowledge about Premenstrual Syndrome and The Anxiety of Teenage Girls in Facing Premenstrual Syndrome in Junior High School 1 of Kasihan, Bantul, Yogyakarta**

**Hubungan Pengetahuan Tentang *Premenstrual Syndrome* Dengan Kecemasan Remaja Putri Saat Menghadapi *Premenstrual Syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan Bantul Yogyakarta**

**Nurul Maulidah<sup>1</sup>, Nur Azizah Indriastuti<sup>2</sup>**

<sup>1</sup>Student, <sup>2</sup>Consultant Lecturer of Nursing Study Program, Faculty of Medicine and Health Science, Muhammadiyah University of Yogyakarta

<sup>1</sup>email: [maulidah181@gmail.com](mailto:maulidah181@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** 75% of teenage girls endured symptom of premenstrual syndrome. The lack of knowledge, experience, and information among teenage girls about premenstrual syndrome could aggravate the symptom felt so that it created anxiety. Anxiety that could happen in teenage girls among others: restlessness, cold sweat, fear, and various health problem that could disturb daily activities.

**Research Objective:** The objective of the research was to find out the relationship between knowledge about premenstrual syndrome and the anxiety of teenage girls in facing premenstrual syndrome in Junior High School 1 of Kasihan, Bantul, Yogyakarta.

**Method:** The kind of the research was non-experimental correlation descriptive with cross sectional method. The data were analyzed using statistic test of Sperman Rank. The population of the research was teenage girls in Junior High School 1 of Kasihan, Bantul, with sample of 80 respondents. The sample collecting technique used Simple Random Sampling. The instrument in the research was questionnaire of knowledge about premenstrual syndrome and questionnaire of anxiety using questionnaire of Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS).

**Result:** The majority of the respondents had less knowledge on premenstrual syndrome i.e. 36 respondents (45%) and who endured heavy anxiety when having premenstrual syndrome were 25 respondents (31.2%). There was relationship between knowledge about premenstrual syndrome and the anxiety among teenage girls when facing premenstrual syndrome in Junior High School 1 of Kasihan with significancy value of  $p = 0.047 (< 0.05)$  and Pearson correlation value of  $r = 0.222$ ) that showed positive correlation with low/ weak correlation level/ strength.

**Conclusion:** There was significant relationship between the level of knowledge about premenstrual syndrome and the anxiety of the teenage girls when facing premenstrual syndrome in Junior High School 1 of Kasihan, Bantul.

**Keywords:** Knowledge, Anxiety, Premenstrual Syndrome

## INTISARI

**Latar Belakang:** 75% remaja mengalami gejala *premenstrual syndrome*. Kurangnya pengetahuan, pengalaman dan informasi pada remaja putri tentang *premenstrual syndrome* dapat memperberat gejala yang dirasakan sehingga menimbulkan kecemasan. Kecemasan yang dapat terjadi pada remaja antara lain gelisah, keringat dingin, takut, dan berbagai gangguan kesehatan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.

**Tujuan Penelitian:** Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dengan kecemasan remaja putri saat menghadapi *premenstrual syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan Bantul Yogyakarta.

**Metodologi:** Jenis penelitian ini adalah deskriptif korelasi non-eksperimental dengan metode *cross sectional*, data dianalisa dengan uji statistik *Sperman Rank*. Populasi penelitian ini adalah remaja putri di SMP Negeri 1 Kasihan Bantul, dengan sampel sebanyak 80 responden dengan teknik *Simple Random Sampling*. Instrument dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dan kecemasan menggunakan kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS).

**Hasil:** Mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang *premenstrual syndrome* yaitu 36 responden (45%) dan mengalami kecemasan berat saat *premenstrual syndrome* yaitu 25 responden (31,2%). Terdapat hubungan antara pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dengan kecemasan remaja putri saat menghadapi *premenstrual syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan dengan nilai *significancy*  $p=0,047$  ( $<0,05$ ) dan nilai korelasi Pearson ( $r= 0,222$ ) menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan korelasi lemah.

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dengan kecemasan remaja putri saat menghadapi *premenstrual syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan Bantul.

**Kata Kunci:** *Pengetahuan, Kecemasan, Premenstrual Syndrome*

## I. PENDAHULUAN

75% remaja mengalami gejala menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan emosional. Gejala ini muncul bahkan sebelum menstruasi datang yang disebut dengan *premenstrual syndrome* (Wong, 2011). Gejala biasanya timbul 7-10 hari sebelum menstruasi dan menghilang ketika menstruasi dimulai. Gejala yang timbul pada setiap individu berbeda namun gejala yang sering terjadi adalah kelelahan, sifat lekas marah, bengkak abdominal, dada sakit, suasana hati labil antara kesedihan dan kemarahan yang silih berganti serta depresi (Suhartini, 2010).

Menurut penelitian Delara (2013) 66,3% remaja Indonesia mengalami PMS ringan. Kurangnya pengetahuan, pengalaman, dan juga kurangnya informasi yang dimiliki oleh wanita terutama oleh remaja putri tentang *premenstrual syndrome* dapat memperberat gejala-gejala yang timbul. Terkadang remaja putri mencoba mengatasi gejala-gejala *premenstrual syndrome* dan bersifat coba-coba tanpa adanya pengetahuan

yang cukup dan benar ( Suastina *et al.*, 2013).

Berdasarkan hasil penelitian Putri Wahyu Wismasari (2015) yang dilakukan di SMP Negeri 1 Sambungmacan Sragen dilaporkan bahwa siswi kelas VII memiliki pengetahuan yang cukup 21 responden (61,7%) tentang *premenstrual syndrome*. Kurangnya pengetahuan pada remaja putri tentang *premenstrual syndrome* dapat memperberat gejala yang dirasakan sehingga menimbulkan kecemasan (Maryati., 2011).

Penyebab pasti munculnya kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome* diantaranya adalah faktor hormonal pada tubuh wanita, yaitu ketidak seimbangan antara hormon estrogen dan progesteron. Kecemasan yang tidak diatasi segera akan dapat menimbulkan berbagai respon kecemasan, antara lain gelisah, keringat dingin, takut, dan berbagai gangguan kesehatan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Yani, 2011).

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Laili & Dewi (2014) di SMPN 2 Sooko Kabupaten Mojokerto dilaporkan bahwa 71 responden (60,6%) pada remaja putri yang sudah menstruasi mengalami tingkat kecemasan sedang saat *premenstrual syndrome*. Sedangkan menurut penelitian Siyamti & Pertiwi (2011) dilaporkan bahwa responden mengalami kecemasan berat 59 responden (53,2%).

## II. METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian deskriptif korelasi non-eksperimental yaitu penelitian korelasi dengan pendekatan *cross sectional*. Notoatmodjo (2012) *cross sectional* merupakan jenis penelitian yang menekankan waktu pengukuran/observasi data variabel bebas dan tergantung hanya satu kali pada satu saat.

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Kasihan Bantul. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMP Negeri 1 Kasihan yang berjumlah 273 remaja putri, dengan sampel 80 responden. Teknik

pengambilan sampel yang digunakan adalah *Simple Random Sampling*, yaitu pengambilan sampel dengan cara acak tanpa memperhatikan strata yang ada dalam anggota populasi (Hidayat, 2010).

Instrument dalam penelitian ini adalah kuesioner pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dan kecemasan menggunakan kuesioner HARS (*Hamilton Anxiety Rating Scale*).

## III. HASIL PENELITIAN

### 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia Remaja Putri

Karakteristik responden dalam penelitian ini adalah usia dan sumber informasi. Distribusi frekuensi responden dapat dilihat pada tabel 4.1, sebagai berikut:

**Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Sumber Informasi di SMP Negeri 1 Kasihan Bulan April 2016 (n=80)**

Sumber Informasi	Jumlah (n)	Persen (%)
Media elektronik (televisi, radio)	12	15,0
Internet	16	20,0
Lingkungan (orang tua, sekolah, teman, tenaga kesehatan)	22	27,5
Belum dapat Informasi	30	37,5
<b>Total</b>	<b>80</b>	<b>100,0</b>

Berdasarkan tabel 4.1 mayoritas responden belum mendapatkan informasi yaitu sebanyak 30 responden (37,5%).

2. Distribusi Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Premenstrual Syndrome*

**Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Pengetahuan Tentang *Premenstrual Syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan Bulan April 2016 (n=80)**

Tingkat Pengetahuan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Baik	12	15,0
Cukup	32	40,0
Kurang	36	45,0
Jumlah	80	100,0

Berdasarkan tabel 4.2 didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang *premenstrual syndrome* yaitu 36 responden (45%).

3. Distribusi Kecemasan Remaja Putri Saat Menghadapi *Premenstrual Syndrome*

**Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Menurut Tingkat Kecemasan Saat Menghadapi *Premenstrual Syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan Bulan April 2016 (n=80)**

Tingkat Kecemasan	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tidak cemas	10	12,5
Ringan	9	11,2
Sedang	24	30,0
Berat	25	31,2
Berat Sekali	12	15,0
Jumlah	80	100,0

Sumber: Data Primer 2016

Berdasarkan tabel 4.3 didapatkan hasil bahwa mayoritas responden mengalami kecemasan berat saat *premenstrual syndrome* yaitu 25 responden (31,2%).

4. Hubungan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Premenstrual Syndrome* dengan Kecemasan Saat Menghadapi *Premenstrual Syndrome*

**Tabel 4.4 Hubungan Antara Pengetahuan Tentang *Premenstrual Syndrome* Dengan Kecemasan Remaja Putri Saat Menghadapi *Premenstrual Syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan Bulan April 2016 (n=80)**

Tingkat Pengetahuan	Kecemasan										Total (n)	r	P Value
	Tidak Ada Cemas		Ringan		Sedang		Berat		Berat Sekali				
	N	%	n	%	N	%	N	%	N	%			
Baik	2	16,7	3	25,0	3	25,0	2	16,7	2	16,7	12	0,22	0,047
Cukup	4	12,5	5	15,6	11	34,4	9	28,1	3	9,4	32		
Kurang	4	11,1	1	2,8	10	27,8	14	38,9	7	19,4	36		
Jumlah (n)	10	12,5	9	11,2	24	30,0	25	31,2	12	15,0	80		

Berdasarkan tabel 4.4 menunjukkan mayoritas responden yang berpengetahuan baik mengalami kecemasan ringan sebanyak 3 responden (25%) dan kecemasan sedang sebanyak 3 responden (25%). Mayoritas responden yang berpengetahuan cukup mengalami kecemasan sedang sebanyak 11 responden (34,4%). Sedangkan mayoritas responden yang berpengetahuan kurang mengalami kecemasan berat sebanyak 14 responden (38,9%).

Hasil uji statistik dengan menggunakan uji *Sperman Rank* menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dengan kecemasan remaja putri saat menghadapi *premenstrual syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan dengan nilai *significancy* pada hasil menunjukkan  $p=0,047$  ( $<0,05$ ). Nilai korelasi Pearson ( $r= 0,222$ ) menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan korelasi lemah.

#### IV. PEMBAHASAN

##### 1. Sumber informasi

Hasil dari penelitian ini mayoritas responden belum mendapatkan informasi tentang *premenstrual syndrome* yaitu 30 responden (37,5%) dan minoritas responden mendapatkan sumber informasi dari media elektronik (televisi dan radio) sebanyak 12 responden (15%). Menurut hasil penelitian dari Gustina (2015), Sumber informasi dapat diperoleh dari mana saja seperti dari media cetak atau elektronik, internet, lingkungan sekitar (rumah, sekolah dan teman). Hal ini sesuai dengan penelitian dari Yulianti (2016), sumber informasi yang paling banyak diperoleh remaja adalah dari lingkungan seperti orang tua.

Menurut Stuart & Sundeen (2010) kurangnya informasi yang diperoleh seseorang menyebabkan ketidaktahuan terhadap sesuatu sehingga ketidaktahuan tersebut dapat menyebabkan kurangnya pengetahuan dan mengalami kecemasan. Menurut peneliti semakin banyak sumber informasi yang diperoleh seseorang

dapat meningkatkan pengetahuan terhadap sesuatu, dengan meningkatnya pengetahuan seseorang dapat digunakan untuk mengatasi masalah sehingga kecemasan seseorang dapat berkurang.

## 2. Tingkat Pengetahuan Tentang *Premenstrual Syndrome*

Pengetahuan adalah hasil dari tahu dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu (Notoatmodjo, 2010). Tingkat pengetahuan responden terhadap *premenstrual syndrome* dibagi menjadi 3 kategori, yaitu pengetahuan baik, pengetahuan cukup dan pengetahuan kurang (Arikunto, 2010). Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang *premenstrual syndrome*, yaitu sebanyak 36 responden (45%).

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian Nafiroh (2013), sebagian besar tingkat pengetahuan remaja putri tentang *premenstrual syndrome* dalam kategori kurang, hal ini terjadi karena kurangnya informasi yang didapat responden. Menurut peneliti,

kurangnya pengetahuan responden pada penelitian ini menunjukkan bahwa responden tidak mengetahui tentang *premenstrual syndrome* atau ketidakpahaman responden tentang *premenstrual syndrome*, hal ini disebabkan kurangnya informasi yang didapat responden tentang *premenstrual syndrome*, khususnya tentang pengertian, gejala *premenstrual syndrome* dan cara menghadapi *premenstrual syndrome*. Hal ini sesuai dengan hasil yang didapat bahwa sebagian besar responden belum mendapatkan informasi tentang *premenstrual syndrome* yaitu sebanyak 30 responden (37,5%). Hal ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2010), faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah tingkat pendidikan, informasi, budaya, pengalaman dan usia. Seseorang yang mempunyai sumber informasi yang lebih banyak akan mempunyai pengetahuan yang lebih luas, hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Ferryani (2014), sebagian besar responden memiliki pengetahuan yang cukup tentang

*premenstrual syndrome*, hal ini karena cukupnya informasi yang didapat serta usia responden yang sudah memasuki remaja pertengahan. Penelitian dari Irliana (2014), mengatakan terdapat pengaruh yang signifikan antara penyuluhan dan tingkat pengetahuan, di mana setelah diberikan penyuluhan tingkat pengetahuan responden meningkat.

Penelitian ini tidak sesuai dengan hasil penelitian dari Yulianti (2016), di mana mayoritas responden memiliki pengetahuan yang rendah tentang *premenstrual syndrome* meskipun responden pernah mendapatkan informasi tentang *premenstrual syndrome*, hal ini disebabkan karena sumber informasi yang paling banyak diperoleh dari lingkungan seperti orang tuanya yang hanya membahas tentang sebagian dari *premenstrual syndrome*. Dari hasil penelitian tersebut dapat diartikan bahwa seseorang yang mendapatkan sumber informasi belum tentu memiliki pengetahuan yang baik, karena sumber informasi yang didapat seseorang berbeda-beda.

Menurut Mubarak (2007), umur juga mempengaruhi terhadap pengetahuan, semakin bertambahnya usia seseorang akan terjadi perubahan aspek fisik dan psikologis (mental) sehingga cara berpikir seseorang semakin matang dan dewasa. Pernyataan tersebut didukung dengan penelitian dari Ningsih (2016), mayoritas responden berusia 13 tahun dan memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang *premenstrual syndrome*, karena untuk usia remaja ini biasanya masih kurang menyukai pengetahuan yang membutuhkan keseriusan dalam mempelajari sesuatu. Hal ini sesuai dengan penelitian ini di mana mayoritas responden masih berusia remaja pertengahan sehingga pengalaman dan pengetahuan yang dimiliki responden masih kurang serta masih banyak responden yang belum mendapatkan informasi tentang *premenstrual syndrome*.

Hal ini menunjukkan remaja putri di SMP Negeri 1 Kasihan memiliki tingkat pengetahuan yang kurang tentang *premenstrual syndrome*, walaupun masih terdapat responden

yang memiliki pengetahuan baik tentang *premenstrual syndrome* yaitu sebanyak 12 responden (15%).

### 3. Kecemasan Saat Menghadapi *Premenstrual Syndrome*

Berdasarkan hasil penelitian ini mayoritas responden mengalami kecemasan berat saat *premenstrual syndrome* yaitu 25 responden (31,2%) responden, sedangkan minoritas mengalami kecemasan ringan 9 responden (11,2%). Penelitian ini didukung oleh hasil dari penelitian Maswarni (2012) sebagian besar responden mengalami kecemasan berat saat *premenstrual syndrome*. Penelitian lainnya yang mendukung hasil dari penelitian ini adalah dari Andila (2014), dimana sebagian besar responden mengalami kecemasan berat sekali saat menghadapi *premenstrual syndrome*, kecemasan remaja yang timbul karena gejala dari *premenstrual syndrome* seperti rasa tidak nyaman, payudara terasa kencang dan perut kembung dan nyeri. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian ini dimana mayoritas responden memiliki pengetahuan yang kurang tentang

*premenstrual syndrome* sehingga menyebabkan responden mengalami kecemasan yang berat, karena responden belum mengetahui tentang gejala yang terjadi saat *premenstrual syndrome*.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan ungkapan dari Tandlallo (2011) bahwa kecemasan muncul karena kurangnya pengetahuan tentang adanya perubahan-perubahan tersebut terlebih pada remaja putri yang mendapatkan menstruasi pertama. Menurut Kaplan, Saddock, dan Grebb (2010) kecemasan adalah respon terhadap situasi tertentu yang mengancam dan merupakan hal normal yang terjadi yang disertai perkembangan, perubahan, pengalaman baru, serta dalam menemukan identitas diri dan hidup.

Menurut Stuart (2013) kecemasan yang terjadi pada seseorang tidak sama, karena sebagian orang mengalami kecemasan karena dipengaruhi faktor ancaman terhadap integritas diri, perasaan takut terhadap sesuatu yang terjadi pada dirinya. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian ini

dimana tidak semua responden mengalami kecemasan yang berat, masih ada responden yang mengalami kecemasan ringan bahkan tidak mengalami kecemasan.

Sebagian remaja merasa cemas ketika menghadapi *premenstrual syndrome*. Penyebab pasti munculnya kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome* diantaranya adalah faktor hormonal pada tubuh wanita, yaitu ketidak seimbangan antara hormon estrogen dan progesteron. Kecemasan yang tidak diatasi segera akan dapat menimbulkan berbagai respon kecemasan, antara lain gelisah, keringat dingin, takut, dan berbagai gangguan kesehatan yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Yani, 2011). Kenyataannya tidak semua perempuan mengalami kecemasan yang berat saat menghadapi *premenstrual syndrome*. Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Refrianti (2013), bahwa sebagian besar remaja putri mengalami kecemasan ringan saat menghadapi *premenstrual syndrome*. Penelitian lainnya dari Indatul (2014), yaitu

sebagian besar responden mengalami kecemasan sedang, hal ini terjadi karena cukupnya pengetahuan dan informasi yang didapat responden.

Berat ringannya kecemasan yang dialami seseorang dalam menghadapi *premenstrual syndrome* sangat dipengaruhi oleh bagaimana penilaian terhadap gejala-gejala yang mereka alami saat *premenstrual syndrome*, yaitu gejala tersebut sebagai hal yang wajar atau sebagai kelainan yang terjadi pada tubuh mereka (Hawari, 2006). Menurut Stuart (2013), kecemasan yang dialami seseorang berhubungan dengan ketegangan yang dialami dalam kehidupan sehari-hari sebagai dampak dari gejala yang dialami tubuh.

Kecemasan yang terjadi dapat dipengaruhi oleh gejala *premenstrual syndrome*, hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Wahyuni (2012), bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan dengan *premenstrual syndrome* pada siswi SMP Negeri 4 Surakarta dan menunjukkan bahwa semakin ringan tingkat kecemasannya semakin ringan

pula *premenstrual syndrome*. Menurut peneliti berdasarkan hasil penelitian tersebut berat atau ringannya kecemasan yang dialami seseorang dapat mempengaruhi berat ringannya *premenstrual syndrome* yang dialami.

#### 4. Hubungan Pengetahuan Tentang *Premenstrual Syndrome* dengan Kecemasan Remaja Putri Saat Menghadapi *Premenstrual Syndrome*

Hasil analisa hubungan antara tingkat pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dengan kecemasan remaja putri saat menghadapi *premenstrual syndrome* dari 80 responden didapatkan bahwa responden yang berpengetahuan baik paling banyak mengalami kecemasan ringan sebanyak 3 responden (25%) dan kecemasan sedang sebanyak 3 responden (25%). Responden yang berpengetahuan cukup paling banyak mengalami kecemasan sedang sebanyak 11 responden (34,4%). Sedangkan responden yang berpengetahuan kurang paling banyak mengalami kecemasan sebanyak 14 responden (38,9%).

Berdasarkan hasil tersebut dapat disimpulkan sebagian besar responden berpengetahuan kurang mengalami kecemasan berat, sedangkan responden yang berpengetahuan baik dan cukup mengalami kecemasan sedang. Hal ini bisa disebabkan karena sebagian besar responden masih berusia remaja pertengahan dan belum mendapatkan informasi tentang *premenstrual syndrome* sehingga kurangnya pengetahuan yang didapatkan responden mengakibatkan responden kurang mengetahui tentang gejala-gejala yang dirasakan sebelum menstruasi dan itu menyebabkan responden merasa khawatir karena terdapat perubahan pada daerah payudara dan mengalami gejala-gejala lainnya, sehingga responden mengalami kecemasan yang berat ketika menghadapi *premenstrual syndrome*. Kurangnya pengetahuan, pengalaman, dan juga kurangnya informasi yang dimiliki oleh wanita terutama oleh remaja putri tentang *premenstrual syndrome* dapat memperberat gejala-gejala yang

timbul, terkadang remaja putri mencoba mengatasi gejala-gejala *pramenstrual syndrome* dan bersifat coba-coba tanpa adanya pengetahuan yang cukup dan benar ( Suastina *et al.*, 2013). Hal ini sesuai dengan hasil penelitian dari Indatul (2014), bahwa kecemasan ringan terjadi karena cukupnya pengetahuan dan informasi yang didapat responden.

Berdasarkan hasil pengolahan data dengan menggunakan perhitungan korelasi *Sperman Rank* dengan bantuan SPSS 16 *for windows* menghasilkan nilai Probabilitas sebesar 0,047 lebih kecil dari nilai  $\alpha=0,05$  menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan dan nilai korelasi Pearson sebesar 0,222 menunjukkan korelasi positif dengan kekuatan korelasi lemah, maka dapat disimpulkan  $H_a$  diterima yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dengan kecemasan remaja putri saat menghadapi *premenstrual syndrome*. Hal ini sesuai dengan penelitian dari Diah Kurniawati (2015), dengan hasil

ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku mengatasi *premenstrual syndrome*, serta ada hubungan yang bermakna antara kecemasan dengan perilaku mengatasi *premenstrual syndrome*. Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Endang (2016) dengan hasil yang didapat terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan kecemasan remaja saat *premenstrual syndrome*.

Menurut Notoatmodjo (2010), kecemasan terjadi karena faktor-faktor yang mempengaruhinya salah satunya adalah pengetahuan dan pengalaman, pengetahuan juga dipengaruhi oleh beberapa faktor salah satunya adalah sumber informasi dan usia. Hal ini didukung dengan penelitian dari Lestari (2015) dengan hasil terdapat hubungan yang bermakna antara pramenstruasi dengan tingkat kecemasan, hal ini disebabkan karena semakin berat gejala pramenstruasi yang dialami semakin berat pula kecemasan yang dirasakan oleh responden. Penelitian lainnya yang mendukung adalah dari Zulaikha

(2012), dengan hasil terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan kesehatan reproduksi terhadap sikap menghadapi *premenstrual syndrome*, semakin baik pengetahuan tentang reproduksi maka semakin positif pula sikap dalam menghadapi *premenstrual syndrome*. Beberapa hasil penelitian tersebut menunjukkan bahwa pengetahuan mempengaruhi terhadap kecemasan yang dialami seseorang.

#### V. KESIMPULAN

1. Tingkat pengetahuan remaja putri tentang *premenstrual syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan dalam kategori kurang.
2. Tingkat kecemasan remaja putri saat menghadapi *premenstrual syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan dalam kategori kecemasan berat.
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dengan kecemasan remaja putri saat menghadapi *premenstrual syndrome* di SMP Negeri 1 Kasihan.

#### VI. SARAN

1. Bagi Program Studi Ilmu Keperawatan

Program Studi Ilmu Keperawatan khususnya mata kuliah komunitas keperawatan sebaiknya mengadakan penyuluhan kesehatan tentang *premenstrual syndrome* pada saat praktek keperawatan komunitas.

2. Bagi Institusi Pendidikan

Bagi institusi pendidikan sebaiknya mengadakan penyuluhan tentang *premenstrual syndrome* untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang *premenstrual syndrome*.

3. Bagi Remaja Putri di SMP Negeri 1 Kasihan

Bagi remaja putri di SMP Negeri 1 Kasihan sebaiknya memperluas pengetahuan dan memperbanyak referensi tentang *premenstrual syndrome* melalui buku, media masa dan elektronik, orang tua, guru dan teman.

4. Bagi Peneliti Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian dengan membandingkan tingkat pengetahuan remaja putri setelah dilakukan pendidikan kesehatan dan peneliti selanjutnya dapat menggali faktor-faktor lain yang dapat mempengaruhi

kecemasan remaja putri saat menghadapi *premenstrual syndrome*.

## VII. DAFTAR PUSTAKA

1. Andila, Risky. 2014. Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi *Premenstrual Syndrome* di SDN II Wonokoyo.
2. Arikunto, S. 2013. *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik* (Edisi Revisian). Jakarta: Rineka Cipta.
3. Badriah. 2012. Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Premenstrual syndrome* (PMS) Pada Siswi Kelas XI di Sekolah Menengah Atas Negeri 3 Sragen. Diakses: 12 September 2015
4. Ferriyani, Devi. 2014. Tingkat Pengetahuan Siswi Kelas VII Tentang *Premenstrual syndrome* (PMS) di MTS Negeri 1 Sumberlawang Sragen.
5. Hidayat. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta: Salemba Medik.
6. Irliana. 2014. Pengaruh Penyuluhan Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja tentang *Premenstrual Syndrome* di SMP Mataram. Diakses: 23 Juni 2016.
7. Istandul, Siti. 2014. Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi *Premenstrual Syndrome* di SMP 2 Sooko Mojokerto. Diakses 17 Juli 2016
8. Kurniawati, Diah. 2015. Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan dengan Perilaku Mengatasi *Premenstrual Syndrome* di SMP Tarakanita. Diakses: 18 Juli 2016
9. Laili & Dewi. 2014. Jurnal KTI Tentang Tingkat Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi *Premenstrual Syndrome* di SMP 2 Sooko Mojokerto. Diakses: 11 Juni 2015
10. Lestari, Pulma. 2015. Hubungan Antara Pramenstruasi dengan Tingkat Kecemasan Pada Siswi Kelas XI Jurusan Akuntansi SMK Negeri 1 Bantul. Diakses: 23 Juli 2016
11. Maswari & Irawati. 2012. Deskriptif Tingkat Kecemasan Remaja Dalam Menghadapi *Premenstrual Syndrome* di SMP Muhammadiyah Pekan Baru.
12. Mubarak, Wahit Iqbal. 2007. *Promosi Kesehatan*. Jogjakarta: Graha Ilmu
13. Nafiroh. 2013. Gambaran Pengetahuan Remaja Tentang *Premenstrual Syndrome* di MTs Mranggen. Diakses: 23 Juni 2016.
14. Ningsih, Dwi Endang. 2016. Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan Tentang *Premenstrual Syndrome* Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Kelas VII di SMP Tarakanita Solo Baru Sukoharjo. *Jurnal ilmiah* Vol 3.No 1
15. Notoatmodjo, Soekidjo. 2012. *Metodelogi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
16. Nursalam. 2013. *Metodeologi Penelitian Ilmu keperawatan Pendekatan Praktis (Edisi 3)*. Jakarta: Salemba Medika.
17. Nugroho, T & Utama, I. 2014. *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Nuha Medika.
18. Pawesti, R.D & Utari, I. 2014. Jurnal KTI Tentang Overview Of The Signs and Symptoms Of *Premenstrual Syndrome* in Young Women in SMKN 9 Surakarta. Diakses: 10 Juni 2015
19. Refrianti. 2013. Tingkat Kecemasan Remaja dalam Menghadapi *Premenstrual Syndrome* di SMP

- Warga Surakarta. Diakses: 17 Juli 2016.
20. Roumauli, Suryati. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Nuha Medika
  21. Soetjoningsih. 2010. Bahan Ajar : Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta: Sagung Seto.
  22. Stuart, G.W. 2013. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Ahli bahasa: Ramona P. Kapoh & Egi Komara Yudha. Jakarta: EGC
  23. Suhartini, D.A. 2010. Jurnal KTI Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Penanganan Sindrome Pra Menstruasi Terhadap Tingkat Pengetahuan dan Sikap Siswi SMA Negeri 2 Sukuharjo. Diakses: 11 Juni 2015.
  24. Suliswati. (2005). Konsep Dasar Keperawatan Jiwa. Jakarta : EGC.
  25. Wahyuni. 2012. Hubungan Tingkat Kecemasan dengan *Premenstrual Syndrome*. Diakses: 17 Juli 2016
  26. Yulianti. 2016. Gambaran Tingkat Pengetahuan Tentang *Premenstrual Syndrome* di Kelas VII SMP Taranita Solo. Diakses: 23 Juni 2016
  27. Zulaikha. 2012. Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Terhadap Sikap Menghadapi *Premenstrual Syndrome* di SMAN 5 Surakarta. Diakses: 23 Juni 2016
  28. Gustina, Erni. 2015. Sumber Informasi dan Pengetahuan Tentang Menstruasi Hygine Pada Remaja Putri. Jurnal Kesehatan Masyarakat Vol 10, No2. Diakses: 8 Agustus 2016.