

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI SYNDROM PREMENSTRUASI DI SMAN 1 KOPO KABUPATEN SERANG

Riska Adeyana^{1*}, Sukarni Setya Ningsih²

¹⁻²Program Studi Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara

Email Koresponden: Riskadeyan@gmail.com

Disubmit: 23 Juli 2023

Diterima: 28 September 2023

Diterbitkan: 01 November 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i11.11160>

ABSTRAK

Permasalahan Syndrom Premenstruasi merupakan hal yang harus diperhatikan bagi semua wanita khususnya bagi para remaja putri. Banyak remaja putri yang tidak memahami pentingnya sikap dalam menghadapi premenstrual syndrome dikarenakan tidak memiliki pengetahuan yang cukup. Sikap negatif dalam menghadapi premenstrual syndrome dapat memperberat gejala-gejala pada premenstrual syndrome. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri dalam menghadapi syndrom premenstruasi. Penelitian menggunakan desain analitik dengan pendekatan cross sectional. Sampel penelitian sebanyak 58 responden diambil dengan teknik simple random sampling. Hasil penelitian dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji chi square. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang memiliki pengetahuan dalam kategori baik (55,2%) dan mayoritas memiliki sikap positif (58,6%). Hasil analisis didapatkan p value: 0,040, sehingga disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap dalam menghadapi syndrome premenstruasi pada remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang Tahun 2023. Saran: Tenaga kesehatan melakukan penyuluhan dan memberikan pendidikan kesehatan tentang syndrome premenstruasi pada remaja putri di sekolah-sekolah.

Kata Kunci : Pengetahuan, Sikap, Syndrome Premenstruasi, Remaja Putri

ABSTRACT

The problem of Premenstrual Syndrome is something that must be considered by all women, especially for young women. Many young women do not understand the importance of attitude in dealing with premenstrual syndrome because they do not have sufficient knowledge. Negative attitudes in dealing with premenstrual syndrome can exacerbate the symptoms of premenstrual syndrome. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge and attitudes of young women in dealing with premenstrual syndrome. This study used an analytic design with a cross sectional approach. The research sample of 58 respondents was taken by simple random sampling technique. The results of the study were analyzed univariately and bivariately with the chi square test. The results showed that the majority of young women at SMAN 1 Kopo Serang Regency had good knowledge (55.2%) and the majority had a positive attitude (58.6%). The results of the analysis obtained a p value:

0.040, so it was concluded that there was a significant relationship between knowledge and attitudes in dealing with premenstrual syndrome in young women at SMAN 1 Kopo, Serang Regency in 2023. Suggestion: Health workers conduct counseling and provide health education about premenstrual syndrome in young women in schools.

Keywords: Knowledge, Attitude, Premenstrual Syndrome, Young Women

PENDAHULUAN

Remaja adalah masa transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikis, dan psikososial. Masa remaja putri ditandai dengan terjadinya menstruasi menurut Menteri Kesehatan RI tahun 2010, batas usia remaja yaitu antara 10-19 tahun dan belum kawin. Masa remaja atau puber adalah suatu tahap perkembangan kematangan fisik, alat-alat seksual dan tercapainya kemampuan reproduksi (Manurung, 2019).

Pada remaja putri akan mengalami perubahan fisik dan psikologis yang dinamakan dengan pubertas, diikuti perkembangan reproduksi yang ditandai dengan menstruasi (Menarch). Banyak wanita mengalami ketidaknyamanan fisik selama beberapa hari sebelum periode menstruasi datang, khususnya pada awal masa dewasa. Gejala-gejala dari gangguan menstruasi di mulai dari rasa tidak nyaman pada daerah perut, sampai masalah ketidakstabilan emosi (Mood). Kondisi seperti ini disebut dengan *Premenstruasi Syndrom* (PMS). (Ramadani, 2015)

Premenstruasi syndrome merupakan gangguan siklus yang umum terjadi pada Wanita muda dan pertengahan ditandai dengan gejala fisik dan emosional yang konsisten, terjadi selama fase lutelal pada siklus menstruasi (Saryono dalam Aprilyandari, 2018). Seorang dikatakan mengalami

keluhan-keluhan yang biasanya mulai dari satu minggu hingga beberapa hari sebelum datang haid dan menghilang sesudah haid, walaupun tidak sering berlangsung terus sampai haid berhenti. Keluhan yang dialami biasanya seperti gangguan emosional berupa iritabilitas, gelisah, nyeri kepala, perut kembung, mual, pembesaran dan rasa nyeri pada mammae (Khusniyati et al., 2015).

Biasanya 4-10 hari sebelum menstruasi wanita akan mengalami beberapa gejala yang biasa dirasakan seperti emosi yang berlebih atau mudah marah, tersinggung, depresi, kurang percaya diri, perubahan nafsu makan dan pola tidur, kram pada otot, keletihan, sakit kepala, dan nyeri tekan pada payudara. Gejala tersebut sering dialami pada usia 10-14 tahun di berbagai negara, didapat hasil prevalensi PMS secara keseluruhan tinggi yaitu 47,8% dan prevalensi yang tinggi di negara Iran yaitu 98%. Serta 75 % remaja mengalami gejala premenstruasi syndrome menurut Maulidah (2016).

Sekitar 80-95% Wanita antara 16-45 tahun mengalami gejala-gejala PMS yang dapat mengganggu. Gangguan Kesehatan seperti pusing, depresi serta perasaan sensitive berlebihan sekitar dua minggu sebelum haid dianggap hal yang wajar. Kurangnya pengetahuan, pengalaman dan juga kurangnya informasi yang dimiliki oleh Wanita terutama pada remaja putri tentang *premenstrual syndrome*

dapat memperberat gejala-gejala yang timbul (Maulidah, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa permasalahan remaja di dunia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan menstruasi (38,45%), masalah gizi yang berhubungan dengan anemia (20,3%), gangguan belajar (19,7%), gangguan psikologis (0,7%), serta masalah kegemukan (0,5%) (WHO, 2022).

Peneliti *United Nations Children's Fund* (UNICEF) di Indonesia pada 2015 dalam buku yang berjudul *Manajemen Kebersihan Menstruasi (MKM)* menemukan fakta 1 dari 6 siswi perempuan terpaksa tidak masuk sekolah selama satu hari atau lebih pada saat menstruasi. Hal tersebut terpaksa dilakukan karena membuat terbatasnya aktivitas di sekolah (Sitohang and Adella 2020).

Berdasarkan data yang diperoleh oleh Departemen Kesehatan tahun 2014 tentang prevalensi premenstruasi sindrom di Indonesia, diperoleh hasil sebanyak 40% wanita Indonesia mengalami premenstruasi sindrom dan sebanyak 2-10% mengalami gejala berat. Sedangkan pada pelajar SMA di Indonesia didapatkan bahwa sindrom premenstruasi merupakan yang paling banyak dialami (75,8%) dari berbagai jenis gangguan menstruasi. (Aprilyandari, 2018)

Hasil survei awal yang dilakukan peneliti melalui wawancara kepada 10 remaja putri kelas X di SMK Ikhlas Jawilan dapat diketahui bahwa sebagian besar (8 diantaranya) merasakan berbagai gangguan sebelum menstruasi datang, termasuk gangguan dalam lingkup belajar maupun aktifitas sehari-hari tidak bisa dilakukan secara normal, konsentrasi dan motivasi belajar menurun. Namun

para remaja tersebut tidak mengetahui kenapa hal tersebut terjadi.

Banyak remaja putri yang tidak memahami pentingnya sikap mengatasi premenstrual syndrome sehingga tidak ditangani sampai tuntas. Sikap negative dalam menghadapi premenstrual syndrome akan berpengaruh dalam mengatasi premenstrual syndrome (Laila, 2011). Sikap yang dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti budaya, pengaruh orang lain media masa dan pengetahuan.

Permasalahan menstruasi merupakan hal yang harus diperhatikan bagi semua wanita khususnya para remaja putri. Selain pola makan, aktifitas fisik yang dilakukan secara rutin seperti jalan cepat atau jogging dapat mengatasi gejala-gejala pramenstrual syndrome. Meluangkan waktu untuk beristirahat juga dapat dilakukan agar tidak memperburuk keadaan saat menstruasi,. Menstruasi atau haid merupakan bagian dari proses regular yang mempersiapkan tubuh perempuan setiap bulannya untuk kehamilan. Daur ini melibatkan beberapa tahap yang dikendalikan oleh interaksi hormon yang dikeluarkan oleh hipotalamus yaitu FSH (*Folikel Stimulating Hormons*) dan LH (*Luteinizing Hormons*), kelenjar di bawah otak depan, dan indung telur. Pada permulaan daur, lapisan sel rahim mulai berkembang dan menebal. Lapisan ini berperan sebagai penyokong bagi janin yang sedang tumbuh jika perempuan itu hamil (Aryani, 2014).

Pelayanan kesehatan reproduksi remaja adalah suatu kesehatan dan atau serangkaian kegiatan yang ditunjukkan kepada remaja dalam rangka menjaga kesehatan reproduksi (Kemendes, 2014). Menurut BKKBN 2011 untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang kesehatan reproduksi,

BKKBN telah melaksanakan penyuluhan-penyuluhan tentang kesehatan reproduksi dalam program penanggulangan masalah kesehatan reproduksi (PMKR).

Ada beberapa faktor yang diduga menjadi penyebab timbulnya PMS diantaranya kadar hormon estrogen yang berlebih, kadar hormon progesteron yang rendah, peningkatan hormon aldosteron, renin-angiotensin serta hormon adrenal, kekurangan serotonin, kekurangan vitamin dan mineral (A, E B6, Kalsium), hipoglikemi, hiperprolaktinemia (Julianti, 2017).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMAN 1 Kopo pada 58 siswi melalui wawancara dengan 15 pertanyaan, didapat hasil pertanyaan bahwa dari 58 siswi (80%) ternyata mengalami syndrome premenstruasi (PMS). Gejala yang dialami seperti terasa nyeri, perut kembung, mudah marah dan tersinggung, pembesaran pada mammae serta perubahan nafsu makan. Empat dari 8 siswi ini merasa terganggu kegiatannya dengan mengalami syndrome premenstruasi ini. (hasil data studi pendahuluan diperoleh Februari 2023). Berdasarkan data tersebut, peneliti tertarik untuk meneliti Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Syndrom Premenstruasi di SMAN 1 Kopo Kab.Serang Tahun 2023.

TINJAUAN PUSTAKA

Konsep Premenstrual Syndrome

PMS adalah kombinasi gejala yang terjadi sebelum menstruasi dan menghilang dengan keluarnya darah menstruasi serta dialami oleh banyak wanita sebelum mulai setiap siklus menstruasi. PMS kadang-kadang berlangsung terus

sampai menstruasi berhenti (Faiqah, 2018).

Faktor - Faktor Yang Mempengaruhi PMS

Kurangnya hormon progesteron Sebagian wanita yang menderita PMS pun mengalami penurunan kadar progesteron. Salah satu untuk penyembuhan kekurangan hormone progesteron ini yaitu dengan penambahan hormone progesteron, tetapi hal ini tidak menuntut kemungkinan, karena wanita yang mengalami PMS hebat dalam keadaan progesteron normal.

Meningkatnya kadar estrogen dalam darah Kadar estrogen yang meningkat dalam darah menyebabkan gejala-gejala depresi dan khususnya gangguan mental. Kadar estrogen yang meningkat dapat mengganggu proses kimia tubuh termasuk vitamin B6 (piridoksin) yang berfungsi mengontrol produksi serotonin. Serotonin sangat penting bagi otak dan syaraf, dan kurangnya persediaan zat ini dalam jumlah cukup dapat mengakibatkan depresi. Vitamin B6 mempunyai pengaruh positif pada sejumlah gejala yang timbul akibat PMS. Batas tertentu estrogen menyebabkan retensi garam dan air serta berat badannya bertambah. Mereka yang mengalami akan menjadi mudah tersinggung, tegang, perasaan tidak enak (premenstrual syndrome).

Psikologis Premenstrual sindrom jelas dikeluhkan seorang wanita yang sedang mengalami konflik dengan lingkungan kehidupan (Yatim, 2001). Kepribadian seseo

METODOLOGI PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah analitik korelasional dengan pendekatan cross sectional untuk

menganalisis hubungan pengetahuan dengan sikap remaja putri dalam menghadapi *Syndrom Premenstruasi*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang, berdasarkan perhitungan rumus

didapatkan jumlah sampel sebanyak 58 responden. Sampel diambil dengan teknik simple random sampling. Data dianalisis secara univariat dan bivariat dengan uji chi square.

HASIL PENELITIAN

Tabel 1 Tingkat Pengetahuan Tentang *Syndrom Premenstruasi* Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang

Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentasi (%)
Kurang	5	8,6
Cukup	21	36,2
Baik	32	55,2
Total	58	100,0

Dari tabel 1 dapat terlihat bahwa dari 58 remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang, mayoritas memiliki pengetahuan

tentang *Syndrom Premenstruasi* dalam kategori baik, yaitu sebanyak 32 orang (55,2%).

Tabel 2 Gambaran Sikap Dalam Menghadapi *Syndrom Premenstruasi* Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang

Sikap	Frekuensi	Persentasi (%)
Negatif	24	41,4
Positif	34	58,6
Total	58	100,0

Dari tabel 2 dapat terlihat bahwa dari 58 remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang, mayoritas memiliki sikap positif

dalam menghadapi *Syndrom Premenstruasi*, yaitu sebanyak 34 orang (58,6%).

Tabel 3 Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Dalam Menghadapi *Syndrom Premenstruasi* Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang

Pengetahuan	Sikap				Total		p value
	Negatif		Positif		N	%	
	N	%	N	%			
Kurang	4	80,0	1	20,0	5	100	0,040
Cukup	11	52,4	10	47,6	21	100	
Baik	9	28,1	23	71,9	32	100	
Total	24	41,4	34	58,6	58	100	

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui dari 5 remaja putri dengan pengetahuan kurang baik, hampir seluruhnya (80%) atau sebanyak 4 orang memiliki sikap negatif dalam menghadapi syndrome premenstruasi. Kemudian dari 21 remaja putri dengan pengetahuan cukup, hampir sebagian besar (52,4%) atau sebanyak 11 orang memiliki sikap negatif dalam menghadapi syndrome premenstruasi. Sedangkan dari 32 remaja putri dengan pengetahuan baik, mayoritas (71,9%) atau sebanyak 23 orang memiliki sikap positif dalam menghadapi syndrome premenstruasi.

Hasil uji statistik diperoleh p value = 0,040, pada $\alpha = 0,05$ ($p < \alpha$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap dalam menghadapi syndrome premenstruasi pada remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang Tahun 2023.

PEMBAHASAN

Gambaran Pengetahuan Tentang *Syndrom Premenstruasi* Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang Tahun 2023

Menurut Notoatmodjo (2018) pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Pengetahuan terdiri dari sejumlah fakta dan teori yang memungkinkan seseorang dapat memahami sesuatu gejala dan memecahkan masalah yang dihadapinya. Dalam penelitian ini adalah pengetahuan tentang syndrome premenstruasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang mayoritas memiliki pengetahuan tentang

Syndrom Premenstruasi dalam kategori baik (55,2%).

Menurut Widayastuti (2009), pengetahuan tentang kesehatan reproduksi perlu dimiliki oleh remaja. Hal tersebut sangat penting agar remaja memiliki sikap dan perilaku yang positif. Pembekalan pengetahuan tentang perubahan yang terjadi secara fisik, kejiwaan dan kematangan seksual akan memudahkan remaja untuk memahami serta mengatasi berbagai kejadian yang dialaminya, termasuk syndrome premenstruasi pada remaja putri. Menurut Nita (2008), pengetahuan akan siklus menstruasi yang dialami sangatlah penting bagi remaja putri. Dengan mengetahui pola siklus menstruasi akan membantu dalam memperkirakan siklus menstruasi yang akan datang. Demikian pula pengetahuan tentang syndrome premenstruasi, hal tersebut dapat membuat remaja putri bisa mempersiapkan langkah-langkah antisipasi dalam menghadapi gejala-gejala yang mengganggu dalam syndrome premenstruasi.

Notoatmodjo (2018) menyatakan bahwa pengetahuan sangat mempengaruhi seseorang dalam berperilaku, dalam penelitian ini adalah perilaku dalam upaya mengatasi syndrome premenstruasi. Pengetahuan memegang peranan penting dalam membawa seseorang berpikir dan berusaha untuk melakukan tindakan yang benar. Dengan pengetahuan yang baik, seorang remaja putri dapat memutuskan suatu hal dengan tepat, dalam penelitian ini seseorang yang memiliki pengetahuan yang baik tentang syndrome premenstruasi, otomatis akan mengetahui langkah-langkah atau upaya yang dilakukannya dalam mengatasi syndrome premenstruasi tersebut.

Hasil berbeda didapatkan dalam penelitian Maulidah (2016) pada remaja putri di SMPN 1 Kasihan Bantul Jogjakarta yang mendapatkan hasil mayoritas remaja putri kurang memiliki pengetahuan tentang syndrome premenstruasi (45%) dan hanya 15% remaja putri yang memiliki pengetahuan dalam kategori baik. Perbedaan hasil penelitian ini kemungkinan disebabkan oleh perbedaan usia remaja putri yang menjadi responden penelitian, dimana dalam penelitian ini respondennya adalah remaja putri dengan jenjang pendidikan SMA sedangkan dalam penelitian Maulidah (2016) respondennya remaja putri dengan jenjang pendidikan SMP. Hal tersebut akan berpengaruh terhadap pengalaman dan sumber informasi yang didapatkan atau dimiliki oleh para remaja putri tersebut. Hal tersebut sesuai dengan teori Notoatmodjo (2018) yang menyatakan bahwa semakin dewasa seseorang maka akan semakin banyak pengalaman dan sumber informasi yang dimiliki, sehingga berpengaruh terhadap pengetahuan. Mubarak (2017) juga menyatakan bahwa umur mempengaruhi terhadap pengetahuan, semakin bertambahnya usia seseorang akan terjadi perubahan aspek fisik dan psikologis (mental) sehingga cara berpikir seseorang semakin matang dan dewasa.

Dampak dari kurangnya pengetahuan tentang syndrome premenstruasi dapat membuat remaja putri merasa bingung saat mengalami syndrome premenstruasi dan mengalami gangguan psikologis seperti kecemasan dan stres, dan hal tersebut dapat memperberat gejala-gejala yang timbul. Dimana remaja putri mencoba mengatasi gejala-gejala syndrome

premenstruasi yang bersifat coba-coba tanpa adanya pengetahuan yang cukup dan benar (Suastina et al., 2013).

Banyak faktor yang bisa menyebabkan remaja putri kurang memiliki pengetahuan tentang syndrome premenstruasi, salah satunya adalah tingkat pendidikan yang rendah. Selain pendidikan yang rendah, faktor yang bisa membuat remaja putri kurang memiliki pengetahuan antara lain bisa disebabkan kurangnya terpapar sumber-sumber informasi tentang syndrome premenstruasi baik dari media cetak maupun elektronik. Hal tersebut sesuai dengan yang diungkapkan oleh Notoatmodjo (2018) bahwa pengetahuan dapat diperoleh diantaranya melalui pendidikan formal, non formal, pengalaman dan media massa.

Dari hasil penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa pengetahuan tentang syndrome premenstruasi wajib dimiliki oleh setiap remaja putri. Dengan bekal pengetahuan yang baik, seorang remaja putri dapat memutuskan suatu hal dengan tepat dalam menghadapi syndrome premenstruasi, dan dapat melakukan langkah-langkah atau upaya untuk mengatasi syndrome premenstruasi tersebut.

Gambaran Sikap Dalam Menghadapi Syndrom Premenstruasi Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang Tahun 2023

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang memiliki sikap positif dalam menghadapi syndrom premenstruasi (58,6%). Sikap dalam penelitian ini adalah reaksi atau respon tertutup remaja putri dalam menghadapi syndrom premenstruasi yang dialaminya.

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Farujiah (2017) di SMAN 9 Kendari yang mendapatkan hasil bahwa sebagian besar remaja putri memiliki sikap positif dalam menghadapi sindrom premenstruasi (69,4%). Menurut Gerungan (2012), sikap merupakan pendapat maupun pandangan seseorang tentang suatu objek yang mendahului tindakannya. Peranan sikap dalam kehidupan manusia sangat besar. Bila sudah terbentuk pada diri manusia, maka sikap itu akan turut menentukan cara tingkah lakunya terhadap objek-objek sikapnya.

Berdasarkan teori tersebut maka sikap positif remaja putri dalam menghadapi sindrom premenstruasi sangat penting dalam membentuk coping yang efektif sehingga remaja putri dapat beradaptasi dan mengatasi gejala-gejala sindrom premenstruasi yang dialaminya. Coping adalah cara yang dilakukan individu dalam menyelesaikan masalah, menyesuaikan diri dengan perubahan, respons terhadap situasi yang mengancam. Upaya individu dapat berupa perubahan cara berfikir (kognitif), perubahan perilaku atau perubahan lingkungan yang bertujuan untuk menyelesaikan stres yang dihadapi. Coping yang efektif akan menghasilkan adaptasi (Rasmun, 2018).

Menurut Newcomb dalam Notoatmodjo (2018) menyatakan bahwa pembentukan sikap sangat kompleks yang mempunyai kaitan erat dengan faktor dari dalam maupun dari luar individu. Sikap merupakan faktor yang penting dalam membentuk perilaku. Sehingga sikap remaja putri dalam menghadapi sindrom premenstruasi akan mempengaruhi perilakunya dalam menghadapi sindrom premenstruasi.

Hasil penelitian juga masih ditemukan sebagian kecil remaja putri yang memiliki sikap negatif dalam menghadapi sindrom premenstruasi (41,4%). Menurut peneliti, timbulnya sikap negatif remaja putri disebabkan oleh kurangnya pengetahuan remaja putri tentang sindrom premenstruasi. Seandainya remaja putri memiliki pengetahuan tentang sindrom premenstruasi dan cara mengahdapinya, maka otomatis akan timbul rasa optimis mampu mengahdapinya. Dari rasa optimis tersebut maka akan timbul suatu sikap yang positif.

Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Dalam Menghadapi Syndrome Premenstruasi Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang Tahun 2023

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan kurang baik, hampir seluruhnya memiliki sikap negatif dalam menghadapi syndrome premenstruasi (80%). Kemudian dari remaja putri dengan pengetahuan cukup, hampir sebagian besar juga memiliki sikap negatif dalam menghadapi syndrome premenstruasi (52,4%). Sedangkan dari remaja putri dengan pengetahuan baik, mayoritas memiliki sikap positif dalam menghadapi syndrome premenstruasi (71,9%). Hasil penelitian tersebut menggambarkan bahwa semakin baik pengetahuan yang dimiliki remaja putri, semakin positif juga sikap yang dimilikinya. Hasil uji statistik diperoleh p value = 0,040, pada $\alpha = 0,05$ ($p < \alpha$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap dalam menghadapi syndrome premenstruasi pada remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang Tahun 2023.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Notoatmodjo (2018) yang menyatakan bahwa pembentukan sikap sangat kompleks yang mempunyai kaitan erat dengan faktor dari dalam maupun dari luar individu. Salah satu faktor pembentuk sikap adalah pengetahuan. Azwar (2014) juga menjelaskan bahwa sikap mempunyai tiga komponen pokok yaitu kognitif berhubungan dengan pengetahuan, afektif berhubungan dengan perasaan dan psikomotoris berhubungan kecenderungan untuk bertindak. Struktur kognisi merupakan pangkal terbentuknya sikap seseorang. Struktur kognisi ini sangat ditentukan oleh pengetahuan atau informasi yang berhubungan dengan sikap yang diterima seseorang.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan hasil penelitian Farujiah (2017) di SMAN 9 Kendari yang menunjukkan bahwa pengetahuan berhubungan dengan sikap remaja terhadap coping premenstrual syndrome (p: 0,002). Dimana remaja dengan pengetahuan baik lebih banyak yang memiliki sikap positif terhadap coping premenstrual syndrome. Demikian juga dengan hasil penelitian Zulaikha (2010) di SMAN 5 Surakarta juga menemukan adanya hubungan antara pengetahuan dengan sikap remaja putri dalam menghadapi premenstrual syndrome (p: 0,000).

Menurut Widyastuti (2009) pengetahuan tentang kesehatan reproduksi sangat penting untuk remaja agar memiliki sikap dan perilaku yang positif. Pembekalan pengetahuan tentang perubahan yang terjadi secara fisik, kejiwaan dan kematangan seksual akan memudahkan remaja memahami serta mengatasi berbagai keadaan yang membingungkannya. Clayton (2013) menyatakan bahwa remaja

putri yang sudah mendapatkan pengetahuan mengenai premenstrual syndrome, akan menghadapi permasalahan dengan lebih tenang dan rasional. Remaja akan menanggapi gangguan fisik tersebut sebagai proses kewajaran karena sebelumnya remaja sudah mendapatkan pengetahuan memadai dari berbagai sumber. Bahkan remaja dapat menanggapi dengan sikap yang positif sehingga lebih mampu mengatasi permasalahan. Remaja juga mempunyai kepercayaan diri yang tinggi serta pandangan hidup yang positif dan lebih optimis. Namun bagi remaja putri yang tidak memiliki pengetahuan yang memadai akan mengalami kesulitan dalam menghadapi premenstrual syndrome. Remaja akan menganggap premenstrual syndrome sebagai suatu yang menakutkan sehingga akan menyebabkan gangguan kepercayaan diri. Remaja yang memiliki pengetahuan yang kurang akan cenderung mengabaikan kesehatan dan pada akhirnya akan memiliki tindakan yang akan membahayakan bagi dirinya sendiri.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian terhadap 58 remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang tentang hubungan pengetahuan dengan sikap dalam menghadapi *premenstrual syndrome* didapatkan beberapa kesimpulan sebagai berikut :

1. Mayoritas remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang memiliki pengetahuan tentang *Syndrom Premenstruasi* dalam kategori bai (55,2%).
2. Mayoritas remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang memiliki sikap positif dalam

menghadapi *Syndrom Premenstruasi* (58,6%).

3. Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap dalam menghadapi *syndrome premenstruasi* pada remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang Tahun 2023 (*p value*: 0,040).

Berdasarkan temuan dalam penelitian ini peneliti menyarankan meningkatkan kegiatan penyuluhan kesehatan reproduksi khususnya tentang *premenstrual syndrome* pada remaja putri, sehingga remaja putri dapat memiliki bekal pengetahuan yang memadai dalam menghadapi *premenstrual syndrome*.

DAFTAR PUSTAKA

- Aryani. R. (2014) *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta : Salemba Medika
- Azwar, S. (2014), *Sikap Manusia dan Teori Pengukurannya*. Edisi ke-2. Jakarta: Pustaka Pelajar
- Faiqah, S., & Sopiatur, R. (2018). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Pre Menstrual Syndrome Pada Mahasiswa Tk Ii Semester Iii Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram. *Jurnal Kesehatan Prima*, 9(2), 1486-1494.
- Julianti, Wulan. (2017). Pengalaman Hidup Remaja Yang Mengalami Premenstrual Syndrome (PMS) di SMK Moch Toha Cimahi. *Jurnal Keperawatan Komprehensif Vol.3 No. 2 Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan PPNI Jawa Barat*
- Kemenkes RI. (2014). *Pedoman Standar Nasional Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja*. (PKPR). Jakarta, Available at: <http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/pedomanst-andarnasional-pkpr.pdf>.
- Laila, N. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta : Buku Biru
- Lubis, N. L. (2013). *Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangannya*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Manurung. (2019). *Tingkat Kecemasan Dan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri*
- Maulidah, N. (2016). 'Hubungan Pengetahuan Tentang Premenstrual Syndrome Dengan Kecemasan Remaja Putri Saat Menghadapi Premenstrual Syndrome Di Smp Negeri 1 Kasihan Bantul Yogyakarta. *Naskah Publikasi*. Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
- Nasrun, I. (2012). Hubungan Aktivitas Olahraga dan Obesitas dengan Kejadian Sindrom PraMenstruasi di Desa Pucang Miliran Tulung Klaten. *Jurnal Kebidanan Vol. 9, No. 1, Februari*
- Notoatmodjo, S. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. (E. Revisi, Ed.). Jakarta: Rineka Cipta
- Notoatmodjo, S. (2018). *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku*. Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam. (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Edisi 3*. Jakarta: *PraMenstruasi di Desa Pucang Miliran Tulung Klaten Vol. 9, No. 1, Februari*.
- Rahayu liswidyawati & Verawaty Noor Sri. (2012). *Merawat & Menjaga Kesehatan Seksual Wanita*. Edisi 1. Bandung: Gravind

- Ramadani. M. (2015). Premenstrual Syndrome. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*. Vol. 17 No 1
- Rusfiana, Annisa. (2016). Hubungan Premenstrual Syndrome (PMS) terhadap Faktor Psikologis pada Remaja. *Jurnal Majority Volume 5 Nomor 1 Februari 2016*
- Safitri. Rizka. (2016). Faktor-Faktor Resiko Kejadian Premenstrual Syndrome pada Remaja SMA Darul Hijrah Putri. *Dunia Keperawatan*. Vol.4 No. 2 September 2016
- Sitohang, Nur Asnah, and Cut Adeya Adella. (2020). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Siswa SMP Tentang Manajemen Kesehatan Menstruasi. *Jurnal Riset Hesti Medan Akper Kesdam I/BB Medan 4(2): 126.*
- Wahyuni, R. (2014). Faktor - faktor yang berhubungan dengan nyeri menstruasi (dismenorea) pada remaja putri di SMA Kabupaten Rokan Hulu . *Jurnal Maternity and Neonatal*, 1(4), 193.
- WHO. (2022). *Strengthening PHC in Sri Lanka: Engaging people to build an environment that*