

BAB V

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Kondisi lokasi penelitian

Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 1 Selemadeg Barat yang berlokasi di Jalan Raya Denpasar-Gilimanuk No. 401, Desa Lalanglinggah, Kecamatan Selemadeg Barat, Kabupaten Tabanan. SMP Negeri 1 Selemadeg Barat adalah sebuah institusi pendidikan SMP Negeri yang berdiri sejak tanggal 20 November 1984 yang saat ini telah memiliki akreditasi A. Sekolah ini memiliki 32 tenaga pendidik dan 360 siswa yang terdiri dari 3 tingkat yaitu kelas VII, VIII, dan IX. Masing-masing tingkat terbagi menjadi 5 kelas yang diberi nama berdasarkan abjad, yaitu A, B, C, D, dan E, sehingga terdapat 15 ruang kelas yang digunakan dalam proses belajar mengajar.

SMP Negeri 1 Selemadeg Barat merupakan bagian dari wilayah kerja Puskesmas Selemadeg Barat, sehingga edukasi dan pemeriksaan terkait kesehatan siswa/siswi akan dilakukan oleh petugas kesehatan di puskesmas tersebut. Puskesmas memiliki program kesehatan yang dijalankan di SMP Negeri 1 Selemadeg Barat, yaitu UKS (Usaha Kesehatan Sekolah). Program ini bertujuan untuk meningkatkan derajat kesehatan peserta didik sedini mungkin melalui pendidikan kesehatan, pelayanan kesehatan, dan pembinaan lingkungan sekolah sehat. Tenaga puskesmas juga rutin memberikan edukasi terkait *premenstrual syndrome* pada siswi, yang merupakan remaja putri yang telah mencapai masa pubertas dan mengalami siklus menstruasi.

2. Karakteristik subjek penelitian

Tabel 3
Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Karakteristik Responden	n	%
Usia		
14 tahun	17	26.56
15 tahun	43	67.19
16 tahun	4	6.25
Total	64	100
Usia <i>Menarche</i>		
10 tahun	1	1.56
11 tahun	14	21.88
12 tahun	43	67.19
13 tahun	6	9.38
Total	64	100
Jumlah Saudara Perempuan		
Tidak ada	25	39.06
1 orang	19	29.69
2 orang	18	28.13
>2 orang	2	3.13
Total	64	100
Sumber Informasi		
Media cetak	2	3.13
Media elektronik	25	39.06
Lingkungan	37	57.81
Total	64	100

Berdasarkan data distribusi frekuensi responden menurut usia, responden dengan jumlah terbanyak berusia 15 tahun, yaitu 43 responden (67,2%). Responden sebagian besar mulai mengalami *menarche* pada saat berusia 12 tahun yaitu sebanyak 43 responden (67,2%). Berdasarkan jumlah saudara perempuan, sebagian besar responden tidak memiliki saudara perempuan yaitu sebanyak 25 responden

(39,1%). Responden lebih banyak memperoleh informasi melalui lingkungan sekitar yaitu 37 responden (57,8%).

3. Hasil analisis data

Tabel 4
Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Menurut Indikator Pertanyaan
Tentang Pengetahuan *Premenstrual Syndrome*

Pertanyaan Tentang	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Pengertian <i>Premenstrual Syndrome</i>	18	28,1	35	54,7	11	17,2	64	100
Penyebab <i>Premenstrual Syndrome</i>	6	9,4	0	0	58	90,6	64	100
Tanda dan Gejala <i>Premenstrual Syndrome</i>	40	62,5	17	26,6	7	10,9	64	100
Penanganan <i>Premenstrual Syndrome</i>	27	42,2	24	37,5	13	20,3	64	100

Berdasarkan data pada tabel 4, jawaban responden dengan nilai kurang terbanyak pada kategori soal tentang penyebab *premenstrual syndrome* yaitu 58 responden, dan dengan nilai baik terbanyak pada kategori soal tentang tanda dan gejala *premenstrual syndrome* yaitu sebanyak 40 responden.

Tabel 5
Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden Tentang
Premenstrual Syndrome

Pengetahuan	n	%
Baik	10	15,6
Cukup	50	78,1
Kurang	4	6,3
Total	64	100,0

Berdasarkan tabel 5 diatas, dapat diketahui bahwa hanya sedikit responden yang memiliki pengetahuan baik, yaitu 10 responden (15,6%).

Tabel 6
Distribusi Frekuensi Jawaban Responden Menurut Indikator Pernyataan Sikap Tentang *Premenstrual Syndrome*

Pernyataan Tentang	Baik		Cukup		Kurang		Total	
	N	%	N	%	N	%	N	%
Pengertian <i>Premenstrual Syndrome</i>	35	54,7	28	43,7	1	1,6	64	100
Penyebab <i>Premenstrual Syndrome</i>	33	51,5	30	46,9	1	1,6	64	100
Tanda dan Gejala <i>Premenstrual Syndrome</i>	47	73,4	17	26,6	0	0	64	100
Penanganan <i>Premenstrual Syndrome</i>	12	18,7	51	79,7	1	1,6	64	100

Berdasarkan tabel 6 diatas, hanya sedikit responden dengan kategori nilai baik pada pernyataan tentang penanganan *premenstrual syndrome* yaitu sebanyak 12 responden.

Tabel 7
Distribusi Frekuensi Sikap Responden Tentang *Premenstrual Syndrome*

Sikap	N	%
Positif	36	56,25
Negatif	28	43,75
Total	64	100,0

Berdasarkan tabel 6 diatas, dapat diketahui bahwa sebagian besar sikap responden tentang *premenstrual syndrome* berada pada kategori positif yaitu sebanyak 56,25%.

B. Pembahasan

1. Karakteristik responden

Data yang telah dikumpulkan pada penelitian ini, yaitu usia responden, usia mulai *menarche*, jumlah saudara perempuan, sumber informasi, serta penilaian

terkait pengetahuan dan sikap siswi terhadap *premenstrual syndrome*. Usia siswi yang menjadi responden penelitian mayoritas 15 tahun (67,2%). Sebagian besar responden mulai mengalami *menarche* pada saat berusia 12 tahun yaitu sebanyak 43 responden (67,2%). Penelitian yang berhubungan dengan usia pertama *menarche* pernah dilakukan oleh Nurlaeli, et.al (2021) dengan judul “Pengetahuan dan Psikologi Anak SD Kelas Atas Saat Menghadapi Menstruasi Pertama Kali”. Penelitian tersebut menunjukkan 71,4% dari total 28 anak SD usia 10-12 tahun sudah mengalami menstruasi.

Usia saat menstruasi awal merupakan salah satu parameter yang terkait dengan *premenstrual syndrome*. Risiko *premenstrual syndrome* 2,3 kali lebih tinggi pada *menarche* dini (kurang dari 12 tahun) dibandingkan *menarche* terlambat. Hubungan antara usia *menarche* dengan timbulnya *premenstrual syndrome* didasarkan pada proses pematangan yang tidak sepenuhnya lengkap pada awal aktivitas ovarium, baik secara fisiologis maupun psikologis (Pratiwi et al., 2023).

Data karakteristik responden berikutnya terkait dengan jumlah saudara perempuan pada responden. Sebagian besar sampel tidak memiliki saudara perempuan yaitu sebanyak 25 sampel (39,1%). Adanya saudara perempuan, terutama seorang kakak akan membantu remaja putri yang baru mengalami *menarche* dalam menghadapi berbagai gejala yang dapat dialami saat mulai *menarche*. Gejala yang dimaksud seperti nyeri perut, payudara mengeras, pusing, perut kembung, sembelit atau diare, peningkatan berat badan, munculnya jerawat pada kulit, dan gangguan *mood* atau emosional (Ping, 2020).

Informasi terkait *premenstrual syndrome* pada remaja putri dapat diperoleh dari berbagai sumber, seperti media cetak, media elektronik, dan juga lingkungan

sekitar. Terdapat 37 orang (57,8%) dari total 64 sampel yang memperoleh informasi tersebut dari lingkungan sekitar. Penelitian yang dilakukan oleh Khasanah (2021), dengan judul “Aktifitas Fisik, Peran Orang Tua, Sumber Informasi terhadap Personal Hygiene saat Menstruasi pada Remaja Putri” menunjukkan bahwa sumber informasi berhubungan dengan tingkat pengetahuan remaja putri, karena ketepatan dalam memilih sumber informasi akan menentukan jenis dan kualitas informasi yang diperoleh.

2. Pengetahuan tentang *premenstrual syndrome*

Hasil penilaian terkait jawaban responden, diketahui responden dengan nilai kurang terbanyak pada kategori soal tentang penyebab *premenstrual syndrome* yaitu 58 responden, dan dengan nilai baik terbanyak pada kategori soal tentang tanda dan gejala *premenstrual syndrome* yaitu sebanyak 40 responden.

Premenstrual syndrome disebabkan oleh dua faktor yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Faktor eksternal meliputi lingkungan, stres, status pernikahan, pola makan, dan latihan fisik. Sedangkan faktor internal meliputi genetika, penyakit mental, kondisi kejiwaan, perubahan hormon, dan usia menarche (Suardi, 2022).

Pengetahuan tentang penyebab *premenstrual syndrome* yang masih kurang mengakibatkan remaja tidak memiliki persiapan dalam menghadapi proses *premenstrual syndrome* itu sendiri. Remaja putri diharapkan memiliki pengetahuan yang baik terkait *premenstrual syndrome*, karena dapat mempengaruhi produktivitas dan kesehatan mental.

Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa hanya sedikit responden yang memiliki pengetahuan baik, yaitu sebanyak 10 responden (15,6%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Fibrianti et al., (2023), dengan judul

“Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi PMS (*Premenstrual Syndrome*) di SLTP 03 Bayan” dimana dalam penelitian tersebut diperoleh hasil sebagian besar tingkat pengetahuan responden tentang *premenstrual syndrome* berada pada kategori cukup, dan sebagian kecil pada kategori baik.

Salah satu kegiatan yang dapat dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan remaja tentang *premenstrual syndrome* ialah dengan memberikan penyuluhan. Ratnaeni & Amelia (2024), melakukan kegiatan pengabdian masyarakat di Desa Taraweang Kecamatan Labakkang Kabupaten Pangkep yang dilakukan dalam bentuk sosialisasi berupa penyuluhan tentang manajemen *premenstrual syndrome* pada remaja melalui media leaflet. Hasil dari pengabdian masyarakat ini menunjukkan adanya peningkatan pengetahuan remaja tentang *premenstrual syndrome* setelah diberikan penyuluhan.

Penelitian yang dilakukan oleh Rahayu et al., (2018), juga menyatakan bahwa penyuluhan merupakan salah satu metode pendidikan kesehatan yang memungkinkan terjadi interaksi langsung antara pemberi penyuluhan (narasumber) dengan penerima penyuluhan (*audience*). Interaksi langsung tersebut memberi kesempatan luas kepada penerima penyuluhan untuk memperoleh dan memahami materi dengan jelas, karena *audience* mendapat kesempatan untuk berdiskusi langsung dengan narasumber, sehingga mengurangi kesalahan penerimaan pesan yang disampaikan.

3. Sikap terhadap *premenstrual syndrome*

Penilaian terkait jawaban responden pada kategori pernyataan sikap, diketahui bahwa hanya sedikit responden dengan kategori nilai baik pada pernyataan tentang penanganan *premenstrual syndrome* yaitu sebanyak 12

responden. Penanganan *premenstrual syndrome* seharusnya diketahui dengan baik oleh remaja putri, karena dengan penanganan yang baik maka remaja dapat mengatasi berbagai keluhan yang dialami oleh dirinya saat mengalami *premenstrual syndrome*.

Astikasari & Kofi (2022), menyebutkan bahwa pendidikan kesehatan tentang sistem reproduksi di sekolah dinilai masih sangat kurang, sehingga siswi kurang memahami bagaimana cara menangani *premenstrual syndrome* yang mereka alami setiap bulannya. Adhi (2020), mengemukakan ada berbagai cara yang mudah untuk menanggulangi *premenstrual syndrome*, seperti pengaturan makan atau diet, latihan aerobik, konsumsi susu, berendam dengan air hangat serta juga dapat menggunakan obat seperti penghilang rasa nyeri.

Pengetahuan yang kurang didapatkan oleh remaja putri tentang *premenstrual syndrome* maka akan menyebabkan kurang pula sikap remaja dalam menanggulangi *premenstrual syndrome*. Adanya pengetahuan akan membantu seseorang dalam memutuskan tindakan yang akan dilakukannya ketika menghadapi masalah. Adanya pengetahuan ini merupakan dasar dari seseorang tersebut untuk bertindak (Soeratinoyo, 2021).

Hasil penilaian sikap menunjukkan sebagian besar sikap responden tentang *premenstrual syndrome* termasuk pada kategori positif yaitu sebanyak 56,25%. Dengan pengetahuan yang baik, remaja cenderung memiliki sikap positif yang lebih menerima keadaan dalam menghadapi *premenstrual syndrome*.

Aulya & Hady (2019), dalam penelitiannya mengemukakan bahwa sebagian besar remaja memiliki sikap positif dalam menghadapi sindrom premenstruasi dengan pengetahuan tinggi, aktivitas fisik berat, psikologi dalam

kategori kecemasan ringan, dan pendidikan kesehatan tinggi. Mariam et al., (2022) dalam penelitiannya mengenai hubungan sikap remaja putri tentang *pramenstruasi syndrom* dengan gejala *pramenstruasi syndrome* pada Siswa SMA, menyatakan bahwa remaja putri yang mengalami tanda dan gejala prementruasi syndrome akan memiliki sikap positif lebih banyak terhadap *premenstruasi syndrome*.

Sikap seseorang terhadap suatu objek adalah perasaan mendukung atau memihak maupun perasaan tidak mendukung atau tidak memihak pada objek tersebut (Desriva, 2018). Sikap remaja yang cukup terhadap premenstruasi syndrome berarti remaja sudah memiliki reaksi atau respon yang mendukung namun belum dinyatakan dalam suatu tindakan. Notoatmodjo (2003) dalam Desriva (2018), menyatakan sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek. Sikap belum merupakan tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku.

Sikap remaja belum mencerminkan dari pengetahuan yang diperoleh remaja. Sehingga pengetahuan yang baik belum memberikan remaja untuk memiliki sikap yang baik dan sebaliknya dengan pengetahuan yang kurang belum tentu memberikan remaja untuk memiliki sikap yang kurang pula.

Peneliti berasumsi bahwa, dalam penelitian ini remaja mayoritas memiliki pengetahuan yang cukup tentang *premenstruasi syndrome* tetapi sudah memiliki sikap yang positif. Hal ini dapat disebabkan oleh pengalaman yang dimiliki oleh remaja putri itu sendiri. Memiliki pengalaman tentang *premenstruasi syndrome* menyebabkan remaja dapat menelaah sikap yang harus dimiliki. Hal ini sangat

berguna untuk menerapkan tindakan yang akan dilakukan untuk menangani *premenstrual syndrome*.

Kejadian *premenstrual syndrome* juga dapat diminimalisir melalui perbaikan gizi. Wanita yang memiliki status gizi gemuk atau obesitas akan mengalami peningkatan risiko peradangan atau inflamasi yang berakhir pada peningkatan risiko gejala *premenstrual syndrome*. Selain status gizi, kecukupan asupan vitamin B6 juga mampu meredakan gejala dari *premenstrual syndrome*. Vitamin B6 adalah vitamin anti depresi karena memiliki fungsi untuk mengontrol produksi hormon serotonin. Kadar serotonin yang rendah ditemukan pada wanita dengan *premenstrual syndrome*. Hormon serotonin yang rendah dapat menimbulkan gejala depresi, kecemasan, kelelahan, agresif, dan iritabilitas (mudah tersinggung). Hormon serotonin dapat dicukupi dengan mengonsumsi vitamin B6 (Dewi, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Rubianti (2020), menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan sikap remaja putri dalam menghadapi *premenstrual syndrome*. Dimana dengan adanya pengetahuan mengenai *premenstrual syndrome* dapat membantu remaja putri dalam menyikapi *premenstrual syndrome*. Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Desriva & Syafrina (2018), yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan terhadap sikap remaja dalam menanggulangi *premenstrual syndrome*. Jawaban dari setiap responden pada saat mengisi kuesioner belum dapat dipastikan jawaban tersebut dapat mewakili sikap responden yang sebenarnya. Sesuai dengan pendapat peneliti, bahwa pada saat

memberikan kuesioner, responden belum dapat dipastikan mengisi kuesioner dengan baik, sehingga belum dapat mewakili sikap responden yang sebenarnya.

C. Kelemahan Penelitian

Penelitian deskriptif memiliki kelemahan yaitu rentan terhadap bias dalam proses penelitian dan bersifat cenderung subjektif. Selain itu, sulit untuk dilakukan verifikasi ulang karena penelitian dilakukan langsung dan di waktu tertentu yang situasi dan kondisinya tentu tidak dapat diulang. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yang hanya memberikan gambaran secara keseluruhan dari pengetahuan dan sikap siswi kelas IX SMP Negeri 1 Selemadeg Barat, sehingga perlu dilakukan analisa lebih lanjut agar memperoleh hasil yang lebih maksimal.