

KARYA TULIS ILMIAH
GAMBARAN TANDA DAN GEJALA PREMENSTRUAL
SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 1
BANGLI TAHUN 2022



Oleh :

I DEWA AYU SRI PURNAMI
NIM. P07120019006

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIII KEPERAWATAN
DENPASAR
2022

**GAMBARAN TANDA DAN GEJALA PREMENSTRUAL
SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 1 BANGLI
TAHUN 2022**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Diploma Tiga
Jurusan Keperawatan**

Oleh :

I DEWA AYU SRI PURNAMI

NIM. P07120019006

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEPERAWATAN
PRODI DIII KEPERAWATAN
DENPASAR
2022**

LEMBAR PERSETUJUAN
GAMBARAN TANDA DAN GEJALA PREMENSTRUAL
SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 1
BANGLI
TAHUN 2022

Oleh

I DEWA AYU SRI PURNAMI

NIM. P07120019006

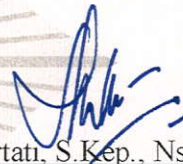
TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama :



Nengah Runiari, S.Kp., S.Pd., M.Kep., Sp.Mat
NIP. 197202191994012001

Pembimbing Pendamping :



Ni Nyoman Hartati, S.Kep., Ns., M.Biomed.
NIP. 196211081985122000

MENGETAHUI :

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR



Ners. F. Yuda Sukarja, S.Kep., M. Kep
NIP. 196812311992031020

LEMBAR PENGESAHAN

KARYA TULIS ILMIAH DENGAN JUDUL
GAMBARAN TANDA DAN GEJALA PREMENSTRUAL
SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 1

BANGLI

TAHUN 2022

Oleh :

I DEWA AYU SRI PURNAMI

P07120019006

TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI

PADA HARI : JUMAT

TANGGAL : 27 MEI 2022

TIM PENGUJI :

1. Suratiah, S.Kep., Ners., M.Biomed (Ketua)
NIP. 197112281994022001
2. Dra. I D.A. Ketut Surinati, S.Kep.,Ns.,M,Kes (Anggota)
NIP. 196412311985032010
3. Nengah Runiari, S.Kp.,S.Pd.,M.Kep.,Sp.Mat (Anggota)
NIP. 197202191994012001

MENGETAHUI :

KETUA JURUSAN KEPERAWATAN
POLTEKKES KEMENKES DENPASAR

Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M. Kep
NIP. 196812311992031020

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : I Dewa Ayu Sri Purnami
NIM : P07120019006
Program Studi : DIII Keperawatan
Jurusan : Keperawatan
Tahun akademik : 2022
Alamat : Jln. Brigjen Ngurah Rai Gang IV A No. 02 Bangli

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Tugas akhir dengan judul “Gambaran Tanda Dan Gejala Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri Di SMA N 1 Bangli Tahun 2022 ” adalah benar **karya saya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini **bukan** karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat ,pemyataan ini saya bual untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 5 Maret 2022

Yang membuat pernyataan



I Dewa Ayu Sri Purnami

P07120019006

DESCRIPTION OF SIGNS AND SYMPTOMS PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) IN YOUNG WOMEN AT SMA N 1 BANGLI IN 2022

ABSTRACT

Premenstrual syndrome is a collection of complaints that lasts three to one week before the onset of menstruation. Various symptoms arise during premenstrual syndrome such as physical symptoms, psychological symptoms, and behavioral symptoms, the symptoms that arise can have an impact on the interpersonal relationships of young women. The purpose of this study was to describe the signs and symptoms of premenstrual syndrome (PMS) in adolescent girls at SMA N 1 Bangli in 2022. The type of research used was descriptive with a cross sectional approach. The sampling method is using probability sampling with the stratified random sampling method. data collection in this study using a questionnaire sheet. This research was conducted in April with a total sample of 184 respondents. The results of this study indicate that the physical symptoms of premenstrual syndrome that most young women complain about are acne as many as 130 people (70.7%), the psychological symptoms of premenstrual syndrome that are most complained of by young women are mood swings as many as 155 people (84, 2%), and the behavioral symptoms of premenstrual syndrome that most young women complain about are not liking to socialize as many as 80 people (43.5%).

Keywords: Signs, Symptoms, PMS, Young Women

GAMBARAN TANDA DAN GEJALA PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI DI SMA N 1 BANGLI TAHUN 2022

ABSTRAK

Premenstruasi syndrome merupakan kumpulan keluhan yang berlangsung tiga sampai satu minggu sebelum terjadinya menstruasi. Berbagai gejala timbul pada saat premenstrual syndrome seperti gejala fisik, gejala psikologis, dan gejala perilaku, gejala yang timbul dapat berdampak kepada hubungan interpersonal remaja putri. Tujuan dari penelitian ini yaitu mengetahui gambaran tanda dan gejala *premenstrual syndrome* (PMS) pada remaja putri Di SMA N 1 Bangli tahun 2022. Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Cara pengambilan sampel dengan menggunakan *probability sampling* dengan metode *stratified random sampling*. Pengambilan data dalam penelitian ini menggunakan lembar kuesioner. Penelitian ini dilakukan pada bulan April dengan jumlah sampel sebanyak 184 responden. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa gejala fisik *premenstrual syndrome* yang paling banyak dikeluhkan oleh remaja putri yaitu timbul jerawat sebanyak 130 orang (70,7%), gejala psikologis *premenstrual syndrome* yang paling banyak dikeluhkan oleh remaja putri yaitu mood swing sebanyak 155 orang (84,2%), dan gejala perilaku *premenstrual syndrome* yang paling banyak dikeluhkan oleh remaja putri yaitu tidak suka bersosialisasi sebanyak 80 orang (43,5%).

Kata Kunci : Tanda, Gejala, PMS, Remaja Putri

RINGKASAN PENELITIAN

Gambaran Tanda Dan Gejala Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri
Di SMA N 1 Bangli Tahun 2022

Oleh : I Dewa Ayu Sri Purnami (P07120019006)

Masa remaja merupakan masa transisi antara masa anak-anak dan masa dewasa, pada masa ini timbul ciri-ciri sekunder, tercapainya fertilisasi dan terjadi perubahan-perubahan psikologik serta kognitif (Priyanti & Syalfina, 2017). Menurut Susanti et al.,(2017), perubahan fisik yang dialami remaja putri yaitu perubahan kematangan organ reproduksi yang ditandai dengan terjadinya peristiwa menstruasi. Menstruasi merupakan perdarahan periodik dari rahim yang dimulai sekitar 14 hari setelah masa ovulasi. Menstruasi terjadi karena tidak terjadinya pembuahan sel telur oleh sperma, sehingga lapisan dinding rahim yang sudah menebal menjadi luruh (Sinaga et al., 2017). Wanita yang mengalami menstruasi terjadi beberapa perubahan fisik dan perubahan emosional, perubahan ini terjadi pada hari ke 7-10 sebelum terjadinya menstruasi dan akan mereda pada saat dimulainya menstruasi, gejala tersebut dikenal dengan *premenstrual syndrome* (Wulan et al., 2021).

Premenstrual syndrome merupakan suatu kondisi medis umum yang mempengaruhi hubungan interpersonal wanita. Berbagai gejala timbul pada saat *premenstrual syndrome* salah satunya gejala emosional yang dialami wanita pada saat pra-haid (Wulan et al., 2021). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Thailand didapatkan hasil dari 289 siswa, 86 (29,8%) siswa SMA mengalami *premenstrual syndrome* (Buddhabunyan et al., 2017). Di Turki data remaja putri yang mengalami *premenstrual syndrome* sebanyak 61,4%, pada siswa menengah di Jepang dengan prevalensi *premenstrual syndrome* sebanyak 64,6%, pada wanita usia subur di Spanyol dengan prevalensi *premenstrual syndrome* sebanyak 73,7%, dan pada mahasiswa Universitas Calabar, Nigeria didapat prevalensi *premenstrual syndrome* sebanyak 85,5% (Ranjbaran et al., 2017). Menurut Singal (2013), data yang diperoleh dari departemen kesehatan tahun 2009 didapat hasil prevalensi *premenstrual syndrome* di Indonesia, diperoleh sebanyak 40% wanita di Indonesia mengalami *premenstrual syndrome* dan

sebanyak 2-10% wanita mengalami gejala berat dari *premenstrual syndrome* (Susanti et al., 2017). Untuk mengurangi dampak *premenstrual syndrome* remaja melakukan beberapa penanganan untuk mencegah agar gejala *premenstrual syndrome* tidak semakin parah. Beberapa remaja melakukan penanganan secara nonfarmakologi dan farmakologi dimana penanganan non farmakologi yang dilakukan remaja putri untuk mengatasi *premenstrual syndrome* yaitu pemijatan di bagian yang nyeri, melakukan aktivitas, beristirahat atau tiduran, mengoleskan minyak angin pada bagian yang nyeri meminum air hangat, memakai pembersih muka jika jerawat muncul dan mendengarkan musik. Sedangkan penanganan farmakologi yang dilakukan remaja untuk mengatasi *premenstrual syndrome* yaitu dengan mengonsumsi obat-obatan analgetik (Julianti et al., 2017).

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tanda dan gejala *premenstrual syndrome* (PMS) pada remaja putri di SMA N 1 Bangli tahun 2022. Jenis penelitian ini deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Cara pengambilan sampel dengan menggunakan *probability sampling* dengan metode *stratified random sampling* merupakan proses pengambilan sampel melalui proses pembagian populasi ke dalam strata. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 184 orang. Alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner melalui google form. Kuesioner penelitian sebelumnya sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas di SMK N 1 Bangli. Hasil penelitian berdasarkan tanda dan gejala *premenstrual syndrome* didapatkan hasil yaitu gejala fisik *premenstrual syndrome* yang paling banyak dikeluhkan oleh remaja putri yaitu timbul jerawat sebanyak 130 orang (70,7%), gejala psikologis *premenstrual syndrome* yang paling banyak dikeluhkan oleh remaja putri yaitu mood swing sebanyak 155 orang (84,2%). gejala perilaku *premenstrual syndrome* yang paling banyak dikeluhkan oleh remaja putri yaitu tidak suka bersosialisasi sebanyak 80 orang (43,5%), dan gejala tambahan *premenstrual syndrome* yang muncul yaitu mual sebanyak 1 orang (0,5%), sakit kepala sebanyak 3 orang (1,6%), demam sebanyak 1 orang (0,5%), dan sering haus sebanyak 1 orang (0,5%).

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadapan Tuhan Yang Maha Esa karena atas berkat-Nya lah penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah dengan judul **“Gambaran Tanda Dan Gejala Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri Di SMA N 1 Bangli”** tepat dengan waktunya. Proposal ini dilakukan dalam rangka memenuhi syarat untuk memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

Karya Tulis Ilmiah ini dapat diselesaikan bukanlah semata-mata usaha penulis sendiri, melainkan berkat dorongan dan bantuan dari berbagai pihak, untuk itu melalui kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dr. Anak Agung Ngurah Kusumajaya, SP.,MPH., selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan izin penyusunan usulan proposal penelitian ini sebagai syarat menyelesaikan Pendidikan Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.
2. Kepala SMA N 1 Bangli beserta jajaran yang sudah mengizinkan peneliti melakukan penelitian serta telah membantu peneliti dalam membantu melancarkan study penelitian.
3. Ners. I Made Sukarja, S.Kep.,M.Kep., selaku Ketua Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan izin penyusunan usulan proposal penelitian ini sebagai syarat menyelesaikan

Pendidikan Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar.

4. I Nengah Sumirta, SST, M.Kes selaku Ketua Program Studi Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar yang telah memberikan izin penyusunan usulan proposal penelitian ini sebagai salah satu syarat menyelesaikan Pendidikan Diploma Tiga Keperawatan Jurusan Keperawatan Politeknik Kesehatan Denpasar.
5. Nengah Runiari, S.Kep.,Ners.,M.Kep.,Sp.Mat selaku pembimbing utama yang telah memberikan pengetahuan, bimbingan, dan masukan dalam menyelesaikan karya tulis ilmiah ini.
6. Ni Nyoman Hartati, S.Kep.,Ns.,M.Biomed selaku pembimbing pendamping yang telah banyak memberikan masukan, pengetahuan dan bimbingan dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
7. Bapak dan Ibu Dosen pembimbing mata Kuliah Metodologi Keperawatan dan mata kuliah Keperawatan Maternitas yang telah memberikan ilmu yang dapat digunakan dalam penyusunan karya tulis ilmiah ini.
8. Ni Made Reni dan I Dewa Gede Alit Supradnyan selaku orang tua penulis yang selalu memberikan dukungan baik secara moral dan material dalam proses penyusunan proposal ini.
9. Keluarga, sahabat dan semua pihak yang telah memberikan dukungan dan dorongan kepada penulis dalam menyusun proposal.

Menyadari keterbatasan yang dimiliki peneliti meyakini bahwa karya tulis ilmiah ini masih jauh dari kesempurnaan, sehingga kritik dan saran maupun masukan yang positif sangatlah diharapkan demi perbaikan di masa yang akan

datang. Akhir kata, semoga Tuhan Yang Maha Esa selalu melimpahkan rahmat dan karunia-Nya kepada kita semua

Denpasar, 5 Maret 2022

Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iv
ABSTRACT	v
ABTRAK	vi
RINGKASAN PENELITIAN	vii
KATA PENGANTAR	ix
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL	xv
DAFTAR GAMBAR	xvi
DAFTAR LAMPIRAN	xvii
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan umum.....	6
2. Tujuan khusus.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	7
1. Manfaat teoritis.....	7
2. Manfaat praktis.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
A. Konsep Remaja.....	8
1. Pengertian Remaja.....	8
2. Tahapan Tumbuh Kembang Remaja	9
3. Fase-Fase Remaja.....	11
4. Perubahan Yang Terjadi Pada Remaja	13
5. Ciri-Ciri Kejiwaan Dan Psikososial Remaja	14
6. Tujuan Perkembangan Remaja.....	15

7. Tugas-Tugas Perkembangan Remaja	16
8. Konsep Kedewasaan.....	16
B. Konsep Menstruasi	17
1. Pengertian Menstruasi	17
2. Fase-Fase Menstruasi	18
3. Tanda Dan Gejala Menstruasi	20
4. Gangguan Menstruasi.....	21
C. Konsep Premenstrual Syndrome	25
1. Pengertian <i>Premenstrual Syndrome</i> (PMS).....	25
2. Etiologi Premenstrual Syndrome (PMS)	26
3. Tanda Dan Gejala <i>Premenstrual Syndrome</i> (PMS).....	27
4. Tipe – Tipe Premenstrual Syndrome (PMS)	29
5. Faktor Yang Meningkatkan Resiko <i>Premenstrual Syndrome</i> (PMS)	31
6. Penatalaksanaan <i>Premenstrual Syndrome</i> (PMS)	32
BAB III KERANGKA KONSEP.....	34
A. Kerangka Konsep	34
B. Definisi Operasional Variabel	35
1. Variabel Penelitian	35
2. Definisi Operasional.....	36
BAB IV METODE PENELITIAN	37
A. Jenis Penelitian	37
B. Tempat Dan Waktu Penelitian.....	37
C. Populasi Dan Sampel Penelitian.....	37
1. Populasi	37
2. Sampel.....	38
3. Besar dan Jumlah Sampel.....	38
4. Teknik Sampling	41
D. Jenis Dan Teknik Pengumpulan Data.....	42
1. Jenis data	42
2. Metode pengumpulan data	42
3. Instrumen dan alat pengumpulan data.....	43

E. Metode Analisis Data	45
1. Teknik pengolahan data.....	45
2. Teknik analisis data	46
F. Etika Penelitian.....	47
1. Menghormati atau Menghargai Subjek (<i>Respect For Person</i>).....	47
2. Manfaat (<i>Beneficence</i>)	47
3. Tidak Membahayakan Subjek Penelitian (<i>Non Maleficence</i>)	47
4. Keadilan (<i>Justice</i>).....	48
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	49
A. Hasil Penelitian.....	49
B. Pembahasan Penelitian	52
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN	57
A. Simpulan.....	57
B. Saran	58

DAFTAR TABEL

Tabel 1. Definisi Operasional Gambaran Tanda Dan Gejala Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri Di SMA N 1 Bangli Tahun 2022.	35
---	----

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. Kerangka Konsep Gambaran Tanda Dan Gejala Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri Di SMA N 1 Bangli Tahun 2022.....	34
Gambar 2. Tanda Dan Gejala Fisik <i>Premenstrual Syndrome</i> (PMS)	48
Gambar 3. Tanda Dan Gejala Psikologis <i>Premenstrual Syndrome</i> (PMS).....	49
Gambar 4. Tanda Dan Gejala Perilaku <i>Premenstrual Syndrome</i> (PMS)	50

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Jadwal Kegiatan Penelitian	60
Lampiran 2. Realisasi Biaya Penelitian	61
Lampiran 3. Lembar Permohonan Menjadi Responden	62
Lampiran 4. Lembar Persetujuan Responden	63
Lampiran 5. Kuesioner Penelitian	64
Lampiran 6. Uji Validitas Dan Reliabilitas	67
Lampiran 7. Master Tabel	69
Lampiran 8. Hasil Analisa Data	76
Lampiran 9. Surat Ijin Penelitian	85
Lampiran 10. Bukti Penyelesaian Administrasi	88
Lampiran 11. Persetujuan Etik/ Etichal Approval	89
Lampiran 12. Bukti Validasi Bimbingan	91