JIRK
Journal of Innovation Research and Knowledge
Vol.4, No.6, November 2024

PENGARUH PENYULUHAN TERHADAP TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG SINDROM PREMENSTRUASI DI SMA NEGERI 1 GODEAN

Oleh
Tri Yuli Ernawati[1], Fitnaningsih Endang Cahyawati[2]
[1,2]Program Studi Kebidanan Program Sarjana dan Pendidikan Profesi Bidan Program Profesi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
Email: [1]triyuliernawati19@gmail.com

Article History:
Received: 19-09-2024
Revised: 26-09-2024
Accepted: 22-10-2024

Keywords:
Pengetahuan, Penyuluhan, Sindrom Premenstruasi

Abstract: *Masa remaja adalah masa yang paling rentan dalam perkembangan kehidupan selanjutnya, ketika seseorang mampu bertahan hidup.Prevalensi premenstrual syndrome (PMS) di Indonesia semakin meningkat dan sekitar 80% wanita usia remaja mengalami gejala premenstrual syndrome yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. Pengetahuan remaja tentang Premenstrual syndrome dan upaya pencegahan merupakan stimulus yang diharapkan dapat membentuk perilaku remaja yang lebih baik. Tujuan penelitian ini Untuk mengetahui pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang sindrom premenstruasi di SMA Negeri 1 Godean Design penelitian adalah kuantitatif menggunakan pre eksperiment desain dengan pendekatan One-Group Pretest-Postest. Sampel diambil dengan metode probability sampling selama 1 hari dengan jumlah sampel 60 responden. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data dilakukan dengan Wilcoxon.pengetahuan remaja sebelum diberikan penyuluhan paling banyak dalam kategori cukup sebanyak 27 respondesn (45%). Pengetahuan remaja setelah diberikan penyuluhan tentang sindrom premenstruasi (PMS) paling banyak dalam kategori baik sebanyak 44 responden (73%). Ada pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan remaja tentang sindrom premenstruasi. hal ini ditunjukan dari hasil uji statistik dengan Wilcoxon diperoleh p-value sebesar 0.000 dimana nilai p-value <0,05sehingga Ho ditolak dan Ha diterima. Hasil uraian tersebut maka dapat diputuskan ada pengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja putri tentang sindrom premenstruasi dan nilai p-value sebesar 0,000 nilai tersebut <0,05 sehingga Ho ditolak dan Ha diterima.*

PENDAHULUAN

Menurut laporan WHO (Organisasi Kesehatan Dunia), sindrom pramenstruasi lebih banyak terjadi di negara-negara Asia dibandingkan di negara-negara Barat (Putri, 2020). Pada tahun 2020, gangguan menstruasi terjadi pada 38,45% penduduk di Indonesia. Namun pada tahun 2019, prevalensi PMS mencapai 58,1%. Prevalensi sindrom pramenstruasi (PMS) semakin meningkat di Indonesia, sekitar 80% remaja putri mengalami gejala sindrom pramenstruasi yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari. (Sahadhati Arsa et al., 2023). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Yogyakarta, sebanyak 32,87% mengalami gejala PMS sedang hingga berat dan 67, 13% mengalami PMS ringan (Lutfiyati et al., 2021).

Pengetahuan tentang sindrom pramenstruasi dan upaya pencegahan di kalangan remaja merupakan suatu insentif yang diharapkan dapat mengarah pada perilaku yang lebih baik di kalangan remaja. Diharapkan dengan mewaspadai gejala sindrom menstruasi, remaja akan berusaha menghadapinya dengan baik dan bukan malah mengabaikannya. Kurangnya pengetahuan, pengalaman, bahkan informasi mengenai sindrom pramenstruasi pada wanita, terutama remaja putri, dapat memperparah gejala yang terjadi. Remaja putri seringkali gagal dalam upaya mengatasi sindrom pramenstruasi tanpa pengetahuan yang memadai (Herman et al., 2019).

Upaya Pemerintah Indonesia Nomor 36 Tahun 2009 memuat kesehatan reproduksi pada Pasal 6 Pasal 71 (3) yang meliputi promosi, pencegahan, pengobatan dan rehabilitasi kesehatan reproduksi. Setiap orang, termasuk generasi muda, berhak atas informasi, pendidikan, dan nasihat yang akurat dan bertanggung jawab mengenai kesehatan reproduksi (Setyawati, 2023). Undang-undang No 61 Tahun 2014 tentang Kesehatan Reproduksi pada bagian pertama pasal 1 ayat 3 menyebutkan bahwa pelayanan kesehatan reproduksi remaja adalah kegiatan dan/atau suatu serangkaian kegiatan yang ditujukan kepada remaja dalam rangka menjaga kesehatan reproduksi (Peraturan Pemerintah, 2019).

Minimnya informasi dan kurangnya peran orang tua dalam penatalaksanaan Premenstruasi Syndrome (PMS) sering menjadi salah satu persoalan yang membuat mereka kurang benar dalam memberikan keputusan. Penelitian yang dilakukan oleh Parvathy Nair, et al. 41% dari anak perempuan mendapat informasi tentang menstruasi dari ibunya, 22,4% mendapat informasi dari saudara perempuan, 21% dari teman, 4,45% dari televisi, dan 3,3% dari anak perempuan yang mendapat informasi dari buku (Dian, 2020).

Berdasarkan pada hasil penelitian yang dilakukan *American college of obstetricians and gynecologist* (ACOG) dalam (Astikasari, 2022), di Srilanka mendapatkan prevensi hasil remaja putri yang mengalami Premenstruasi Sindrom sebanyak 65,7%. Berdasarkan laporan World Health Organization, PMS memiliki prevalensi lebih tinggi di negara-negara Asia dibandingkan dengan negara-negara barat, sementara di Indonesia angka prevalensi ini dapat mencapai 85% dari seluruh populasi wanita usia reproduksi, yang terdiri dari 60-75% mengalami sindrom pramenstruasi.

Peran bidan dalam hal ini adalah melakukan upaya preventif sebagaimana dalam KEMENKES nomor 320 tahun 2020 tentang bidan memiliki kemampuan untuk mengorganisir dan melaksanakan promosi kesehatan reproduksi. Peran bidan difasilitas kesehatan seharusnya memberikan pelayanan atau upaya preventif disekolah berupa penyuluhan tentang kesehatan reproduksi (Indahningrum & lia dwi jayanti, 2020).

ISSN 2798-3471 (Cetak)
ISSN 2798-3641 (Online)

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan rancangan pre-eksperiment desain dengan pendekatan One-Group Pretest-Postest. Sampel diambil dengan metode probability sampling selama 1 hari dengan jumlah sampel 60 responden. Metode pengumpulan data yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data dilakukan dengan Wilcoxon.

HASIL PENELITIAN

a. Karakteristik Responden

Table 1 Karakteristik Responden Berdasarkan Umur

Usia Saat Ini	Frekuensi	Persentase
Usia 15 Tahun	13	22%
Usia 16 Tahun	42	70%
Usia 17 Tahun	5	8%
Total	60	100%

Berdasarkan table 4.1 diatas responden terbanyak pada usia 16 tahun sebanyak 42 remaja putri (70%). Responden paling sedikit yaitu pada usia 17 tahun sebanyak 5 remaja putri (8%).

b. Pengetahuan Remaja Putri Pretest Dan Postest

Tabel 2. Pengetahuan Remaja Putri Pretest Dan Postest

Pengetahuan	Nilai Pretes		Nilai Postest	
	F	%	F	%
Baik	14	23%	44	73%
Cukup	26	43%	14	23%
Kurang	20	33%	2	3%
Total	60	100%	60	100%

Berdasarkan data pada tabel 2 menunjukan pengetahuan respondem pada saat pretest mengenai pengetahuan Sindrom Premenstruasi (PMS) paling banyak dalam kategori Cukup sebanyak 26 responden (43%) deang an usia 15 tahun (3 responden) usia 16 tahun (22 responden) dan usia 17 tahun (1 responden), responden dalam kategori pengetahuan baik sebanyak 14 responden (23%) dengan usia 16 tahun (10 responden) dan usia 17 tahun (4 responden), sedangkan paling sedikit dalam kategori kurang yaitu 20 responden (33%) dengan usia 15 tahun (11 responden) dan usia 16 tahun (9 responden).

Berdasarkan data tabel dapat disimpulkan bahwa terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan *Sindrom Premenstruasi*. Data setelah diberikan penyuluhan pengetahuan remaja paling banyak kategori Baik (76-100%) yaitu 44 responden (73%) didapat dengan usia 15 tahun (4 responden) usia 16 tahun (30 responden) dan usia 17 tahun (5 responden), kategori cukup (56-75%) yaitu 14 responden (23%) didapat dengan usia 15 tahun (4 responden) dan usia 16 tahun (4 responden), dan kategori kurang (<56%) yaitu 2 responden (3%) didapat dengan usia 15 tahun (1 responden) dan usia 16 tahun (1 responden).

c. Analisis Bivariat dengan Wilcoxon

Tabel 3. Uji Statistik *Wilcoxon Pretest* dan *Postest* Pengetahuan remaja tentang pengetahuan *sindrom premenstruasi* (PMS).

Pretest *Mean*	Postest *Mean*	Selisih *Mean*	Z score	P Value *Asymp.Sig* (2-tailed)
12.12	15.62	3.5	-6.759	.000

Berdasarkan tabel diketahui bahwa "Z" sebesar -6.759 dan p value sebesar .000 dimana nilai p value <0.05 sehingga dapat dinyatakan bahwa Ho ditolak dan Ha diterima sehingga ada pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan remaja tentang sindrom premenstruasi (PMS) pada remaja kelas X di SMA Negeri 1 Godean.

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Pengetahuan remaja tentang Sindrome Premenstruasi (PMS) sebelum diberikan penyuluhan

Pretest penyuluhan dilakukan pada tanggal 19 juli 2024 menunjukan Tingkat pengetahuan baik (76-100%) sebanyak 13 responden (22%), responden dalam kategori pengetahuan cukup (56-75%) sebanyak 27 responden (45%), sedangkan responden dalam kategori pengetahuan kurang (<56) sebanyak 20 responden (33%). Penelitian ini menunjukan bahwa pengetahuan remaja tentang sindrom premenstruasi (PMS) sebelum dilakukan penyuluhan Sebagian besar dalam kategori cukup.

Hasil *pretest* yang telah dilakukan dapat diketahui bahwa pengetahuan remaja masih belum maksimal tentang pengetahuan mengenai Penatalaksanaan *Sindrom premenstruasi* (PMS). Hal ini membuktikan masih kurangnya informasi yang diperoleh remaja putri terkait dengan penatalaksaan sindrom premenstruasi (PMS). Diketahui partner diskusi yang disukai dalam Kesehatan reproduksi pada kalangan anak remaja putri yaitu guru, selain teman sebaya dan ibu. Artinya sekolah memiliki peran penting untuk memberikan tenaga pendidik yang menjadi salah satu sumber informasi yang valid mengenai permasalahan Kesehatan reproduksi pada remaja (Susant, 2019).

b. Pengetahuan remaja tentang penatalaksanaan Premenstrual Syndrome (PMS) setelah diberikan penyuluhan

Hasil penelitian setelah diberikan penyuluhan Sebagian besar responden menunjukan mempunyai pengetahuan yang baik (76-100%) yaitu 44 responden (73%), yang mempunyai pengetahuan cukup (56-75%) yaitu 14 responden (23%), dan responden yang mempunyai pengetahuan kurang (<56%) yaitu 2 responden (3%). Penelitian ini menunjukan bahwa pengetahuan remaja putri tentang pengetahuan sindrom premenstruasi dalam kategori baik.

Kuesioner posttest pada anak remaja putri dapat diketahui bahwa terdapat peningkatan pengetahuan dari pretest ke posttest. Pengetahuan remaja tentang sindrom premenstruasi (PMS) setelah diberikan penyuluhan terbanyak dalam kategori baik yaitu 44 responden (73%) dan paling sedikit yaitu 2 responden (3%). Penelitian ini sesuai dengan penelitian Herman (2019) dimana antara penyuluhan yang dilakukan di SMA Negeri 1 Godean dengan pengetahuan sindrom premenstruasi (PMS) terdapat hubungan dan peningkatan diantara keduanya.

c. Pengaruh penyuluhan terhadap pengetahuan sindrom premenstruasi (PMS) pada remaja putri

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui pengaruh penyluhan terhadap tingkat

pengetahuan sindrom premenstruasi pada remaja putri di SMA Negeri 1 Godean menunjukan adanya pengaruh sebelum dan sesudah dilakukan penyuluhan, bahwa sebelum diberikan penyuluhan didapatkan dalam kategori baik yaitu 14 responden (23%), kategori cukup yaitu 27 responden (43%), dan kategori kurang yaitu 20 responden (33%). Sedangkan setelah diberikan penyuluhan dalam kategori baik yaitu 44 responden (73%), kategori cukup 14 responden (23%), dan kategori kurang terdapat 2 responden (3%). Pada penelitian Ariyanti (2019) menunjukan bahwa terdapat hubungan atara metode penyuluhan dengan tingkat pengetahuan remaja.

KESIMPULAN

Hasil penelitian "Pengaruh penyuluhan tingkat pengetahuan sindrom premenstruasi pada remaja" maka diperoleh simpulan:

1. Pengetahuan remaja putri sebelum diberikan penyuluhan dalam kategori baik yaitu 13 responden (22%), cukup yaitu 27 responden (45%), dan kurang yaitu 20 responden (33%).
2. Pengetahuan remaja setelah diberikan penyuluhan paling banyak dalam kategori baik yaitu 44 responden (73%), cukup 14 responden (23%), dan kurang terdapat 2 responden (3%).
3. Terdapat pengaruh penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan sindrom premenstruasi (PMS) Dimana hasil uji statistik menggunakan Wilcoxon diperoleh p value sebesar 0,000 dimana nilai p value <0,05 yaitu artinya ada. pengaruh yang signifikan antara penyuluhan terhadap tingkat pengetahuan tentang sindrom premenstruasi (PMS) pada anak remaja putri.

SARAN

a. Bagi Institut Pendidikan (Sekolah)
   Bagi Remaja putri SMA Negeri 1 Godean diharapkan dapat bekerja sama dengan pihak puskesmas untuk memberikan pendidikan kesehatan kepada remaja putri tentang kesehatan reproduksi khususnya *sindrom premenstruasi* serta dampak yang ditimbulkan.
b. Bagi Pengguna (Remaja Putri kelas X SMA Negeri 1 Godean)
   Perlu ditingkatkan untuk pengetahuan, kesadaran, serta kepedulian terhadap Kesehatan pada reproduksinya, terutama pengetahuan sindrom premenstruasi, dan setelah diberikan penyuluhan remaja putri menjadi lebih tau apa itu sindrom premenstruasi (PMS) dan bagaimana cara pencegahan dan cara mengatasi sindrom premenstruasi (PMS) dengan baik.
c. Bagi peneliti selanjutnya
   Diharapkan bahwa perlu diadakan penelitian lanjutan dengan menambah variable lain yang lebih lengkap mengenai masalah sindrom premenstruasi (PMS) dengan cakupan yang lebih luas dan pendalaman penelitian terbatass pada pengaruh penyuluhan saja.

DAFTAR PUSTAKA

[1] Ariyanti, K. S., Sariyani, M. D., & Utami, L. N. (2019). Penyuluhan Kesehatan Reproduksi Remaja Untuk Meningkatkan Pengetahuan Siswa di SMP Negeri 3 Selemadeg Timur. *Indonesian Journal of Community Empowerment (IJCE)*, *1161*, 7–11.

[2] Astikasari, N. D., & Kofi, J. (2022). Analisis Tingkat Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi terhadap perilaku menghadapi Premenstruasi Sindrom pada Remaja. *Journal for Quality in Women's Health*, *5*(1), 8–16. https://doi.org/10.30994/jqwh.v5i1.127
[3] Dian. (2020). *Hubungan Peran Ibu Dengan Perilaku Diri Saat Menstruasi Pada Siswi Kelas VIIDi SMP Muhammadiyah 3 YogyakartaTahun 2020*.
[4] Herman, S., Studi, P., Mesin, T., Mesin, J. T., Teknik, F., Sriwijaya, U., Saputra, R. A., IRLANE MAIA DE OLIVEIRA, Rahmat, A. Y., Syahbanu, I., Rudiyansyah, R., Sri Aprilia and Nasrul Arahman, Aprilia, S., Rosnelly, C. M., Ramadhani, S., Novarina, L., Arahman, N., Aprilia, S., Maimun, T., … Jihannisa, R. (2019). HUBUNGAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA PUTRI TERHADAP KEJADIAN MENGHADAPI PREMENSTRUAL SYNDROME. *Jurusan Teknik Kimia USU*, *3*(1), 18–23.
[5] Indahningrum, R. putri, & lia dwi jayanti. (2020). *KEPMENKES 320 TAHUN 2020*. *2507*(1), 1–9. http://journal.um-surabaya.ac.id/index.php/JKM/article/view/2203
[6] Lutfiyati, A., Hutasoit, M., Nirmalasari, N., Studi, P., Fakultas, K., Universitas, K., Achmad, J., & Yogyakarta, Y. (2021). the Association Between Sleep Quality With Premenstrual Syndrome in Sman 1 Godean, Sleman District. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, *12*(01), 8–13.
[7] Peraturan Pemerintah. (2019). PP No. 61 Th 2014 ttg Kesehatan Reproduksi.pdf. In *Peraturan Pemerintah* (p. 55). http://kesga.kemkes.go.id/images/pedoman/PP No. 61 Th 2014 ttg Kesehatan Reproduksi.pdf
[8] Sahadhati Arsa, A., Sumarmi, S., Studi Gizi, P., Kesehatan Masyarakat, F., Airlangga, U., & Gizi, D. (2023). *Aktivitas Fisik Sebagai Faktor Risiko Premenstrual Syndrome Pada Siswi Sma*. *4*(3), 4179–4185.
[9] Setyawati, F. A. (2023). *Undang-Undang Tentang Kesehatan*. 3–5.
[10] Susant, R. (2019). Sindrom Pramenstruasi Pada Remaja. *Concept and Communication*, *null*(23), 301–316. https://doi.org/10.15797/concom.2019..23.009

ISSN 2798-3471 (Cetak)
ISSN 2798-3641 (Online)