

FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PREMENSTRUAL SYNDROME PADA SISWI KELAS IX SMPN 13 PURWOREJO DI KECAMATAN KUTOARJO KABUPATEN PURWOREJO

Tri Puspa Kusumaningsih¹, Fetty Chandra Wulandari², Devi Nugraheni³

^{1,2,3}Institut Teknologi Bisnis Dan Kesehatan Bhakti Putra Bangsa Indonesia

Jl. Soekarno Hatta Borokulon, Banyuurip, Purworejo, Jawa Tengah

nugrahenidevi025@gmail.com

ABSTRAK

Syndrom *premenstruasi* merupakan kumpulan gejala fisik, psikologis, dan emosi yang terkait dengan siklus menstruasi wanita dan secara konsisten terjadi selama tahap luteal dari siklus menstruasi akibat perubahan hormonal yang berhubungan dengan siklus saat ovulasi (pelepasan sel telur dari ovarium) dan menstruasi. Hasil studi pendahuluan di SMPN 13 Purworejo pada siswi kelas ix pada tanggal 21 Desember 2021 dari 63 siswi terdapat 56 mengalami *premenstrual syndrome* dan 7 tidak mengalami *premenstrual syndrome*. Tujuan Penelitian Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *premenstrual syndrome* pada siswi kelas IX SMPN 13 Purworejo. Metode Penelitian Jenis penelitian korelatif, pendekatan *cross sectional*. Sampel 93 teknik total sampling, Pengumpulan data kuesioner tertutup. Teknik analisis uji Chi-Square. Waktu penelitian April 2022. Hasil Penelitian Ada hubungan antara faktor genetik (p value = 0,000), tidak ada hubungan antara faktor usia (p value = 0,441), tidak ada hubungan antara faktor status gizi (p value = 0,172).

Kata kunci: *Premenstrual syndrome*, siswi SMP

ABSTRACT

Premenstrual syndrome is a collection of physical, psychological, and emotional symptoms associated with a woman's menstrual cycle and consistently occurs during the luteal stage of the menstrual cycle due to hormonal changes associated with the cycle during ovulation (release of eggs from the ovaries) and menstruation. SMPN 13 Purworejo in grade ix students on December 21, 2021, out of 63 students, 56 had premenstrual syndrome and 7 did not have premenstrual syndrome. Research Objectives This study aims to determine the factors associated with the incidence of premenstrual syndrome in class ix students of SMPN 13 Purworejo. Research Methodology This type of research is correlative, cross sectional approach. The sample is 93 total sampling techniques. Closed questionnaire data collection. Chi-Square test analysis technique. Research time April 2022. Research Results There is a relationship between genetic factors (p value = 0.000), there is no relationship between age factors (p value = 0.441), there is no relationship between nutritional status factors (p value = 0.172).

Keywords: *Premenstrual syndrome, Student Junior high school*

PENDAHULUAN

Premenstrual Syndrome, merupakan gangguan siklus yang umum terjadi pada wanita muda dan pertengahan, ditandai dengan gejala fisik dan emosional yang konsisten, terjadi selama fase *luteal* pada siklus menstruasi. Wanita dengan gejala afektif yang berat digolongkan dalam *premenstruasi dysphoric disorder (PMDD)*. Siklus menstruasi merupakan bagian dari proses regular yang mempersiapkan tubuh wanita setiap bulannya untuk kehamilan. Siklus ini melibatkan beberapa tahap yang dikendalikan oleh interaksi hormone yang dikeluarkan oleh hipotalamus, kelenjar dibawah otak depan, dan indung telur. Pada permulaan siklus, lapisan sel Rahim mulai berkembang dan menebal. Lapisan ini berperan sebagai penyokong bagi janin yang sedang tumbuh bila wanita tersebut hamil. Periode pengeluaran darah, dikenal sebagai periode menstruasi (atau mens, atau haid), berlangsung selama 3 hari hingga 7 hari. Bila seorang wanita menjadi hamil, siklus menstruasi akan berhenti. Oleh karena itu, menghilangnya menstruasi bulanan merupakan tanda (walaupun tidak selalu) bahwa seseorang wanita sedang hamil. Meskipun begitu, banyak wanita mengalami ketidaknyamanan fisik selama beberapa hari sebelum datang menstruasi.

Syndrome premenstruasi merupakan kumpulan gejala fisik, psikologis, dan emosi yang terkait dengan siklus menstruasi wanita dan secara konsisten terjadi selama tahap *luteal* dari siklus menstruasi akibat perubahan hormonal yang berhubungan dengan siklus saat ovulasi (pelepasan sel telur dari ovarium) dan menstruasi.

Gejala-gejala tersebut dapat diperkirakan dan biasanya terjadi secara regular pada 7-14 hari sebelum datangnya menstruasi. Sindrom itu akan menghilang pada saat menstruasi dimulai sampai beberapa hari setelah selesai menstruasi. Dan ada 3 faktor yaitu faktor genetik, faktor usia dan faktor status gizi.

Selama masa reproduksi, sekitar 80-90% wanita yang mengalami menstruasi mendapatkan gejala seperti nyeri payudara, kembung, jerawat, dan sembelit yang menandakan awal terjadinya menstruasi, hal ini disebut *molimina*. Perbedaan antara *molimina* dengan syndrome premenstruasi tergantung kepada waktu dan keparahannya. (Sejati,W. 2009. *Sindrome Premenstruasi*. Yogyakarta: Nuha Medika).

Sindroma premenstruasi merupakan kumpulan perubahan gejala fisik dan psikologi yang terjadi pada fase *luteal* menstruasi dan mereda hampir segera menjelang menstruasi. Gejala-gejala dimulai pada hari ke 5 sampai 10 hari sebelum menstruasi, dan gejala-gejala tersebut memburuk selama siklus ovulasi. Gambaran lain yang sering terjadi adalah gejala-gejala mereda 1 sampai 2 hari sebelum menstruasi. (Faiqah, S. 2015. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian premenstrual syndrome pada mahasiswa TK II semester III Kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram*. *Jurnal Kesehatan Prima*. Volume IX No.2, 1).

Hasil study pendahuluan di SMPN 13 Purworejo pada tanggal 21 Desember 2021 dengan jumlah siswi sebanyak 63 siswi terdapat 56 siswi yang mengalami gangguan Premenstrual syndrome, dan 7 siswi yang tidak mengalami premenstrual syndrome.

Berdasarkan latar belakang tersebut penulis tertarik untuk meneliti tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan premenstrual syndrome di SMPN 13 Purworejo.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian korelatif. Penelitian korelatif merupakan penelitian atau penelaahan hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau sekelompok subjek (Notoatmojo S, 2014). Dalam penelitian ini, pendekatan waktu yang digunakan adalah cross sectional ialah suatu penelitian dimana variabel-variabel yang termasuk faktor resiko dan variabel-variabel yang termasuk efek di observasi sekaligus pada waktu yang sama (Notoatmojo S, 2014). Variabel bebas dalam penelitian ini yaitu faktor genetik, faktor usia, dan faktor status gizi. Variabel terikat dalam penelitian ini yaitu premenstrual syndrome.

Tempat penelitian dilakukan di SMPN 13 Purworejo. Waktu penelitian dilakukan pada bulan Desember 2021-April 2022. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas IX SMPN 13 Purworejo di kecamatan kutoarjo kabupaten purworejo sejumlah 93 siswi. Teknik sampling yang dipakai dalam penelitian ini yaitu total sampling dengan jumlah sampel adalah 93 siswi.

Data primer dalam penelitian ini menggunakan Ceklist dan LILA. Dan untuk data sekunder diperoleh dari wawancara dengan guru BK dan bagian kesiswaan tentang jumlah siswi kelas IX SMPN 13 Purworejo dan Presensi. Ada 3 variabel yaitu faktor genetik, faktor usia dan faktor

status gizi, ke tiga variable tersebut tidak perlu dilakukan uji validitas maupun reliabilitas dikarenakan sudah valid dan reliabil dan alat ukur menggunakan pita metlin. Untuk analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan uji *Chi-Square*, dengan derajat kemaknaan 0,05.

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat

a. Genetik

Tabel 3. Distribusi frekuensi genetik terhadap kejadian *premenstrual syndrome*

No	genetik	frekuensi	%
1.	Tidak Ada	43	46,2
2.	Ada	50	53,8
Jumlah		93	100

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 93 siswi yang tidak ada riwayat genetik yaitu ada 43 (46,2%), dan siswi yang ada riwayat genetik ada 50 (53,8%).

b. Usia

Tabel 4. Distribusi frekuensi usia terhadap kejadian *premenstrual syndrome*

No	usia	frekuensi	%
1.	Cepat	16	17,2
2.	Normal	77	82,8
Jumlah		93	100

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 93 siswi yang usia pertama kali *menarche* cepat yaitu ada 16 (17,2%), dan siswi yang usia

pertama kali *menarche* normal yaitu ada 77 (82,8%).

c. Status gizi

Tabel 5. Distribusi frekuensi status gizi terhadap kejadian *premenstrual syndrome*

No	status gizi	frekuensi	%
1.	KEK	47	50,5
2.	Non KEK	46	49,5
Jumlah		93	100

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 93 siswi yang mengalami KEK yaitu ada 47 (50,5%), dan siswi yang tidak mengalami KEK atau Non KEK yaitu ada 46 (49,5%).

d. Premenstrual syndrome

Tabel 6. Distribusi frekuensi *premenstrual syndrome*

No	premenstrual syndrome	frekuensi	%
1.	Tidak	43	46,2
2.	Ya	50	53,8
Jumlah		93	100

Sumber: data primer, 2022

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa dari 93 siswi yang tidak mengalami *premenstrual syndrome* yaitu ada 43 (46,2%), dan siswi yang mengalami *premenstrual syndrome* yaitu ada 50 (53,8%).

2 Analisis Bivariat

a. Genetik

Tabel 7. Tabulasi silang genetik terhadap kejadian *premenstrual syndrome*

	genetik premenstrual syndrome		p value
	f	%	
Ada	50	53,8%	0,000
Tidak Ada	43	46,2%	
Total	93	100%	

Berdasarkan data tabel 1 diatas data yang diperoleh menunjukkan bahwa responden siswi yang ada riwayat genetik yaitu 50 orang (53,8%), sedangkan siswi yang tidak ada riwayat genetik yaitu 43 orang (46,2%). Selanjutnya dilakukan uji Chi Square untuk menguji signifikan hubungan antara variable.

Berdasarkan analisa melalui program SPSS dengan menggunakan uji *Chi Square*, didapatkan nilai significancy p value 0,000 atau dimana nilai $p < 0,05$ maka H_a diterima, H_o ditolak. Hal ini dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara faktor genetik dengan *premenstrual syndrome* di SMPN 13 Purworejo.

b. Usia

Tabel 8. Tabulasi silang usia terhadap kejadian *premenstrual syndrome*

Usia	premenstrual syndrome		p value
	f	%	
Cepat	16	17,2%	0,441
Normal	77	46,2%	
Total	93	100%	

Berdasarkan data tabel 1 diatas data yang diperoleh menunjukkan bahwa responden siswi yang usia pertama kali menarche cepat yaitu 16 orang (17,2%), sedangkan siswi yang usia pertama kali menarche normal yaitu 77 orang (82,8%). Selanjutnya dilakukan uji *Chi Square* untuk menguji signifikan hubungan antara variable.

Berdasarkan analisa melalui program SPSS dengan menggunakan uji *Chi Square*, didapatkan nilai significancy p value 0,441 atau dimana nilai $p < 0,05$ maka H_a ditolak, H_o diterima. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara faktor usia dengan *premenstrual syndrome* di SMPN 13 Purworejo.

c. Status gizi

Tabel 9. Tabulasi silang status gizi terhadap kejadian *premenstrual syndrome*

Status gizi	premenstrual syndrome		p value
	f	%	
KEK	47	50,5%	0,172
Non KEK	46	49,5%	
Total	93	100%	

Berdasarkan data tabel 1 diatas data yang diperoleh menunjukkan bahwa responden siswi yang KEK(Kekurangan energy kronik) yaitu 47 orang (50,5%), sedangkan siswi yang Non KEK yaitu 46 orang (49,5%). Selanjutnya dilakukan uji *Chi Square* untuk menguji signifikan hubungan antara variable.

Berdasarkan analisa melalui program SPSS dengan menggunakan uji *Chi Square*, didapatkan nilai significancy p value 0,172 atau dimana nilai $p < 0,05$ maka H_a ditolak, H_o diterima. Hal ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara faktor status gizi dengan *premenstrual syndrome* di SMPN 13 Purworejo.

PEMBAHASAN

1. Hubungan faktor genetik dengan *Premenstrual Syndrome*

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat hubungan faktor genetik terhadap *premenstrual syndrome* menunjukkan dari 93 responden, 43 responden tidak ada hubungan faktor genetik (46,2%), 50 responden ada hubungan faktor genetik (53,8%).

Berdasarkan hasil analisa hubungan antar dua variabel menggunakan uji *Chi-Square* diperoleh hasil p value = 0,000 (karena p value $< 0,05$) Maka H_o ditolak dan H_a diterima yang artinya “ada hubungan antara faktor genetik

dengan kejadian premenstrual syndrome di SMPN 13 Purworejo”.

Menurut Saryono dan Sejati (2009), Genetik merupakan faktor yang memainkan peran penting pada kejadian PMS. Dimana, gen sangat erat kaitannya dengan insidens (kasus baru) PMS, yang biasanya terjadi dua kali lebih tinggi (93%) pada kembar satu telur (monozigot) dibanding kembar dua telur (44%) Hal ini dikarenakan faktor genetik ini memiliki kaitan yang sangat erat dengan perubahan hormon dan serotonin di dalam tubuh. Penelitian terbaru pada perilaku manusia, telah meneliti peran genetik dalam etiologi dari PMS, dimana terdapat varian pada gen reseptor estrogen alpha yang dapat menyebabkan risiko kejadian PMS. Disamping itu, varian di promotor untuk gen serotonin transporter juga memiliki efek pada ekspresi serotonin 5-HT transporter molekul . Varian promotor ini berhubungan dengan depresi dan gangguan afektif.

Faktor genetik dapat dilihat dari riwayat keluarga. Sebuah penelitian menemukan bahwa ada hubungan secara signifikan antara riwayat keluarga dengan PMS. Di samping itu, hasil penelitian juga menemukan bahwa terdapat hubungan antara riwayat ibu dan saudara kandung perempuan dengan kejadian PMS.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ratikasari,I (2015) faktor

riwayat keluarga dengan kejadian premenstrual syndrome pada siswi SMA 112 Jakarta dengan p value = 0,001.

2. Hubungan faktor usia dengan Premenstrual Syndrome

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat hubungan faktor usia terhadap premenstrual syndrome menunjukkan dari 93 responden, 16 responden dengan usia menarache cepat (17,2%), 77 responden dengan usia menarache normal (82,8%).

Berdasarkan hasil analisa hubungan antar dua variabel menggunakan uji Chi-Square diperoleh hasil p value = 0,441 (karena p value <0,05) Maka Ho diterima dan Ha ditolak yang artinya “tidak ada hubungan antara faktor usia dengan kejadian premenstrual syndrome di SMPN 13 Purworejo”.

Menurut Amjad (2014) Mekanisme antara usia *menarache* yang dikaitkan dengan PMS sebenarnya masih belum jelas. Hal ini menyebabkan tidak adanya alasan yang jelas pada keempat penelitian sebelumnya terkait tidak adanya hubungan antara usia *menarache* dengan PMS. Namun menurut Silvia (2008), kemungkinan asosiasi antara usia *menarache* dan gejala-gejala PMS dapat diselidiki dengan mengendalikan beberapa faktor pembaur potensial (yang tidak disebutkan). Sedangkan menurut Nurmiaty (2011), hal tersebut terjadi disebabkan angka pemusatan usia *menarache* responden adalah 12,9

tahun yaitu berada pada rentang usia yang tidak berisiko, yang sejalan dengan hasil penelitian ini yaitu 12,6 tahun.

Di samping itu alasan lain yang mungkin menjadi penyebab tidak ada hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian PMS adalah dikarenakan adanya faktor lain yang lebih dominan seperti faktor genetik.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Susanti, R (2020) faktor usia dengan kejadian premenstrual syndrome pada Remaja dengan p value = 0,108.

3. Hubungan faktor Status Gizi dengan Premenstrual Syndrome

Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat hubungan faktor status gizi terhadap premenstrual syndrome menunjukkan dari 93 responden, 47 responden yang mengalami KEK (50,5%), 46 responden yang Non KEK (49,5%).

Berdasarkan hasil analisa hubungan antar dua variabel menggunakan uji Chi-Square diperoleh hasil p value = 0,172 (karena p value <0,05) Maka H_0 diterima dan H_a ditolak yang artinya “tidak ada hubungan antara faktor status gizi dengan kejadian premenstrual syndrome di SMPN 13 Purworejo”.

Menurut Praschak,R (2002), Huo, (2007) Hal ini mungkin dapat disebabkan adanya faktor lain yang lebih dominan seperti faktor genetik

dan faktor psikologis. Dimana faktor genetik memainkan peranan penting terhadap hormon estrogen dan serotonin, menurut Michell (2014) sedangkan faktor psikologis berhubungan dengan hormon progesterone yang merupakan penyebab utama dari kejadian PMS.

Hasil penelitian ini yang menemukan tidak berhubungan mungkin dapat dikarenakan tidak adanya siswi yang memiliki status gizi obesitas. Karena menurut penelitian Masho (2005),

Menurut Dickerson (2003) PMS berkaitan dengan obesitas. Menurut Busell (2014) Karena pada wanita obesitas terjadi peningkatan kadar serotonin dan dapat meningkatkan risiko terjadinya peradangan (inflamasi) yang berujung pada tingginya risiko mengalami gejala PMS.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Faiqah, S (2015) faktor pola makan dengan kejadian premenstrual syndrome pada mahasiswa TK II semester 3 jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram dengan p value = 0,627.

KESIMPULAN

Berdasarkan dari hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Ada hubungan faktor genetik terhadap premenstrual syndrome di SMPN 13 Purworejo dengan hasil uji statistik *Chi Square* diperoleh nilai (p-value) = 0,000 (p>0,05).

2. Tidak ada hubungan faktor usia terhadap premenstrual syndrome di SMPN 13 Purworejo dengan hasil uji statistik *Chi Square* nilai (p-value) = 0,441 (p>0,05).
3. Tidak ada hubungan status gizi terhadap premenstrual syndrome di SMPN 13 Purworejo dengan hasil uji statistik *Chi Square* nilai (p-value) = 0,172 (p>0,05).

SARAN

1. Bagi Peneliti
Menambah pengetahuan, wawasan dan pengalaman serta sebagai penerapan ilmu pengetahuan tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *premenstrual syndrome*.
2. Bagi Guru SMPN 13 Purworejo
Dapat memperoleh informasi yang bermanfaat dan dapat mengevaluasi kesehatan reproduksi siswi khususnya tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *premenstrual syndrome*.
3. Bagi Siswi SMPN 13 Purworejo
Menambah pengetahuan siswi tentang faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *premenstrual syndrome*.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdillah, T.J. 2010. *Kadar Serum Magnesium terhadap Gambaran Syndrome Premenstrual Syndrome Scale*, program studi s1 Kesehatan Masyarakat: Universitas Sumatera Utara.
- Amjad, A. 2014. *Socio-demographic Factors and Premenstrual*

Syndrome among Women attending a Teaching Hospital in Islamabad, Pakistan. J Pioneer Med Sci,4, 4.

- Damayanti, 2013. *Factor-faktor Yang Berhubungan Dengan Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswa D-IV Kebidanan Di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan U'budiyah Banda Aceh*.
- Faiqah, S. 2015. *Factor-faktor yang berhubungan dengan kejadian Premenstrual Syndrome pada mahasiswa TK II semester III jurusan kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram*. Jurnal Kesehatan Prima. Volume IX No.2, 1
- Sejati, W. 2009. *Sindrome Premenstruasi*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sigmon, S. T. et al. (2012) *„Premenstrual Syndrome (PMS)”, Encyclopedia of Human Behavior: Second Edition*, 7(1), pp. 167–173. doi: 10.1016/B978-0-12-375000-6.00288-3.
- Sugiyono. 2016. *Statistika Untuk Penelitian*. Bandung: Alfabeta
- Susanti, R. 2020. *Sindrome Pramenstruasi Pada Remaja*. Jurnal Ilmiah. Volume 15 No 1, 2
- Proverawati, A., & Misaroh, S. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Ramadani, M. 2013. *Premenstrual Syndrome*. Jurnal Kesehatan Masyarakat. Volume VII No 1, 1
- Ratikasari, I. 2015. *Factor-factor yang berhubungan dengan kejadian Syndrome Pramenstruasi (PMS) pada siswi 112 Jakarta*, program studi s1