

**HUBUNGAN PENGETAHUAN, GAYA HIDUP (*LIFE STYLE*), TINGKAT
KECEMASAN DAN STATUS EKONOMI (KEPALA
KELUARGA) TERHADAP PERILAKU REMAJA
PUTRI DALAM MENGHADAPI
PREMENSTRUAL SYNDROME
DI MAN 2 SIGLI KECAMATAN
MEUREUDU KABUPATEN
PIDIE JAYA
TAHUN 2018**

Aris Winandar

Staf Pengajar Universitas Serambi Mekkah Banda Aceh

ABSTRACT

Premenstrual syndrome is a condition that consists of multiple physical symptoms, emotions and behaviors experienced by a women before the arrival of the menstrual cycle, which causes disturbances in the function and daily activities. Based on the study preliminary carried out on 10 students of class X and XI in MAN 2 Sigli, there are eight people (80%) are experiencing Pre Menstrual Syndrome and from 8 female students who mangalami Pre Menstrual Syndrome turns out there are 6 people who have less knowledge either teradap Pre menstrual Syndrome and reproductive health. The purpose of this study to determine the relationship of knowledge, lifestyle (life style), anxiety level and economic status of the behavior of the young women in the face of premenstrual syndrome in MAN 2 Sigli subdistrict of Pidie Jaya district Meureudu 2018. This research is descriptive analytic with cross sectional design. The population in this study were all students of class X and XI, 113 people with a sample of 53 students with research time 10 s /d February 12, 2018. The results showed that there was a significant relationship between knowledge with the young women in the face of premenstrual syndrome with P-value of 0.011, lifestyle (life style) teenage daughter in the face of premenstrual syndrome with P-value of 0.006, the anxiety level of the young women in the face of premenstrual syndrome with P-value of 0.001, and there was a significant correlation between economic status (head of family) with the young women in the face of premenstrual syndrome with P-value of 0.023. Suggested to the principal need for increased health education both with counseling, and provide opportunities for teacher training related to adolescent reproductive health so that learners when asking for things related to reproductive health can obtain appropriate information and can be effective in deterrence.

Keywords: *Premenstrual Syndrome, Behaviour and Life Style*

PENDAHULUAN

Premenstrual syndrome adalah suatu kondisi yang terdiri atas

beberapa gejala fisik, emosi dan perilaku yang dialami oleh seorang perempuan sebelum datangnya siklus

menstruasi, yang menyebabkan ia mengalami gangguan dalam fungsi dan aktifitas sehari-hari, gejala-gejala tersebut akan menghilang saat menstruasi tiba (Sylvia dalam Suparyanto 2011).

Sylvia dalam Suparyanto (2011) menjelaskan bahwa sakit perut, cepat tersinggung, dan mudah marah tanpa alasan adalah hal yang sering dirasakan oleh beberapa perempuan pada hari – hari menjelang menstruasi. Hal ini sering dianggap biasa oleh masyarakat. Namun jika kondisi ini dibiarkan dampaknya akan mengganggu aktivitas sehari - hari, mengganggu hubungan orang terdekat, bahkan sampai ada yang ingin bunuh diri, bila kondisi tersebut berlangsung selama tiga kali siklus haid berturut – turut, bisa jadi itu merupakan gejala *premenstrual syndrome*. Jika *premenstrual syndrome* maka akan menimbulkan gangguan yang lebih parah, yang akan disebut dengan *Pre Menstrual Dysphoric Disorder* (PMDD). Gejala dari PPMD antara lain merasa hidup tiada harapan, merendahkan diri sendiri, sulit makan, ingin tidur terus, cemas terus – menerus, dan sering marah tanpa

alasan yang jelas selama beberapa hari. Jika perempuan mengalami lima gejala menjelang haid selama 12 bulan berturut – turut, maka perempuan itu dikatakan mengalami PPMD. Baik *premenstrual syndrom* maupun PPMD, keduanya merupakan kondisi yang tidak normal, sehingga harus segera diobati karena dapat berdampak negatif pada aktivitas sehari – hari.

Sekitar 1 miliar manusia atau setiap 1 di antara 6 penduduk dunia adalah remaja (UNFPA, 2000). Sebanyak 85% di antaranya hidup di negara berkembang. Remaja berusia 15–24 tahun di Indonesia berdasarkan sensus penduduk 2010 berjumlah 40,75 juta dari seluruh penduduk yang berjumlah 237,6 juta jiwa. Sementara jumlah penduduk usia 10 – 14 tahun berjumlah 22,7 juta (BKKBN, 2010).

Pengetahuan remaja di Indonesia tentang kesehatan reproduksi masih sangat rendah. Seperti contoh pengetahuan remaja terhadap menstruasi sebagai ciri akil baligh wanita. Remaja laki-laki yang mengetahui menstruasi sekitar 37 % (20 – 24 tahun) dan 32 % (15 – 19 tahun). Sementara remaja perempuan

sekitar 78 % (20 – 24 tahun) dan 75 % (15 – 19 tahun) (BKKBN, 2010).

Berdasarkan data yang diperoleh dari Departemen Kesehatan tahun 2013 tentang prevalensi *Pre Menstrual Syndrome* di Indonesia, sebanyak 85% wanita Indonesia mengalami *Pre Menstrual Syndrome* dan sebanyak 2-10% mengalami gejala berat. Prevalensi PMS yang banyak terjadi terdapat pada siswi SMA di Surabaya adalah yaitu sebesar 39,2% mengalami gejala berat dan 60,8% mengalami gejala ringan (Suparman dalam Puspitasari, 2013).

Penyebab terjadinya sindrom sebelum haid ini belum diketahui secara pasti. Namun penyebab yang paling sering ditemukan berhubungan dengan faktor – faktor sosial, budaya, biologis, dan masalah psikis emosional. *Premenstrual syndrome* sering terjadi pada perempuan usia subur dengan jumlah 70 – 90 %. Kondisi ini lebih sering ditemukan pada perempuan yang berusia 20 – 40 tahun (Saryono dalam Suparyanto 2011).

Di Aceh di dapatkan bahwa sebanyak 28 orang (41,18 %) dari 68 wanita usia produktif mengalami *Pre*

Menstrual Syndrome (Maulana, 2012). Dalam sebuah penelitian yang dilakukan terhadap 68 wanita usia produktif di Aceh Besar tahun 2008, didapatkan bahwa sebanyak 28 orang (41,18%) mengalami gejala *Premenstrual Syndrome (PMS)* yang dirasakan berada dalam kategori sedang (Linda dalam Maulana 2008).

Penelitian yang dilakukan oleh Siti Damayanti (2013) pada mahasiswi D-IV Kebidanan U'Budiyah Banda Aceh bahwa mahasiswi yang ada mengalami *Premenstrual Syndrome* sebesar 38,9% dari 54 responden. Hal ini juga di dukung dengan penelitian yang dilakukan oleh Zikra Ul Husna Di SMAN 2 Kabupaten Pidie Jaya (2013) di dapatkan bahwa sebanyak 36 orang (41,18 %) dari 78 siswa mengalami *Pre Menstrual Syndrome* (Zikra, 2013).

Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Sigli terletak di lokasi yang strategis dimana akses untuk mendapatkan informasi mudah untuk dijangkau tetapi mengapa mereka masih kurang mengerti tentang *Pre Menstrual Syndrome*. Madrasah Aliyah Negeri (MAN) 2 Sigli juga merupakan salah satu MAN di

Kabupaten Pidie Jaya yang memiliki kualitas bagus dimana siswa-siswi mempunyai kemampuan akademik yang bagus pula. Kemampuan akademik yang dimiliki oleh siswa-siswi apakah sejalan dengan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja.

Berdasarkan study pendahuluan yang dilakukan pada 10 siswi kelas X dan XI di MAN 2 Sigli, terdapat 8 orang (80%) diantaranya mengalami *Pre Menstrual Syndrome* dan dari 8 orang siswi yang mengalami *Pre Menstrual Syndrome* ternyata terdapat 6 orang yang mempunyai pengetahuan kurang baik terhadap *Pre Menstrual Syndrome* dan kesehatan reproduksinya. Berdasarkan alasan

tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Gaya Hidup (*life style*), tingkat kecemasan dan Status Ekonomi (Kepala Keluarga) Terhadap Perilaku Remaja Putri dalam Menghadapi *Premenstrual Syndromedi* MAN2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya Tahun 2018.”.

METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini bersifat *deskriptif analitik* dengan desain *crosssectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswa kelas X dan XI sebanyak 113 orang dengan sampel sebanyak 53 orang siswa dengan waktu penelitian 10 s/d 12 Februari 2018

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 5.1. Hubungan Antara Pengetahuan dengan Perilaku Remaja dalam Menghadapi *Premenstual Syndrome* di MAN2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya Tahun 2018

No	Pengetahuan	Perilaku Menghadapi <i>Premenstual Syndrome</i>				Total		P. Value	α
		Kurang Baik		Baik		F	%		
		F	%	F	%				
1	Rendah	15	62.5	9	37.9	24	100	0,011	0,05
2	Tinggi	7	24.1	22	75.9	29	100		
Jumlah		22	41,5	31	58,5	53	100		

Sumber : Data Primer diolah 2018

Hasil analisa bivariat antara pengetahuan dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual*

syndrome pada Tabel 5.1 di atas menunjukkan bahwa proporsi siswi yang perilakunya kurang baik dalam menghadapi *premenstrual*

syndrome lebih dominan pada siswi yang memiliki pengetahuan rendah yaitu sebesar (62.5%) bila dibandingkan dengan siswi yang memiliki pengetahuan tinggi yaitu sebesar (24.1%). Sebaliknya proporsi siswi yang perilakunya baik dalam menghadapi *premenstrual syndrome* lebih dominan pada siswi yang memiliki pengetahuan tinggi yaitu sebesar (75.9%) bila dibandingkan dengan siswi yang memiliki pengetahuan rendah yaitu sebesar (37.9%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndrome* dengan nilai $P\text{-value} = 0,011 < \alpha 0,05$.

Tabel 5.2. Hubungan Antara Gaya Hidup dengan Perilaku Remaja dalam Menghadapi *Premenstual Syndrome* diMAN2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya Tahun 2018

No	Gaya Hidup (Life Style)	Perilaku Menghadapi <i>Premenstual Syndrome</i>				Total		P. Value	α
		Kurang Baik		Baik		F	%		
		F	%	F	%				
1	Kurang Baik	14	66.7	7	33.3	21	100	0,006	0,05
2	Baik	8	25.0	24	75.0	32	100		
Jumlah		22	41,5	31	58,5	53	100		

Sumber : Data Primer diolah 2018

Hasil analisa bivariat antara gaya hidup (*life style*) dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndrome* pada Tabel 5.9 di atas menunjukkan bahwa proporsi siswi yang perilakunya kurang baik dalam menghadapi *premenstrual syndrome* lebih dominan pada siswi yang memiliki gaya hidup kurang baik yaitu sebesar (66.7%) bila dibandingkan dengan siswi yang memiliki gaya hidup baik yaitu sebesar (25.0%). Sebaliknya siswi yang perilakunya baik dalam menghadapi *premenstrual syndrome* lebih dominan pada siswi yang memiliki gaya hidup baik yaitu sebesar (75.0%) bila dibandingkan dengan siswi yang memiliki gaya hidup kurang baik yaitu sebesar (33,3%). Hasil uji statistik

menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara gaya hidup (*life style*) dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndrome* dengan nilai $P\text{-value} = 0,006 < \alpha 0,05$.

Tabel 5.3. Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Perilaku Remaja dalam Menghadapi *Premenstual Syndrome* di MAN2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya Tahun 2018 (16,0%). Sebaliknya siswi yang

No	Tingkat Kecemasan	Perilaku Menghadapi <i>Premenstual Syndrome</i>				Total		P. Value	α
		Kurang Baik		Baik		F	%		
		F	%	F	%				
1	Cemas	18	64.3	10	35.7	28	100	0,001	0,05
2	Tidak Cemas	4	16.0	21	84.0	25	100		
Jumlah		22	41,5	31	58,5	53	100		

Sumber : Data Primer diolah 2018

perilakunya baik dalam menghadapi *premenstrual syndrome* lebih dominan pada siswi yang tidak memiliki tingkat kecemasan yaitu sebesar (84,0%) bila dibandingkan dengan siswi yang memiliki tingkat kecemasan yaitu sebesar (35,7%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndrome* lebih dominan pada siswi yang memiliki tingkat kecemasan yaitu sebesar (64,3%) bila dibandingkan dengan siswi yang tidak memiliki tingkat kecemasan yaitu sebesar (16,0%). Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndrome* dengan nilai $P\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$.

Tabel 5.4. Hubungan Antara Status Ekonomi (Kepala Keluarga) dengan Perilaku Remaja dalam Menghadapi *Premenstual Syndrome* diMAN2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya Tahun 2018

No	Status Ekonomi (Kepala Keluarga)	Perilaku Menghadapi <i>Premenstual Syndrome</i>				Total		P. Value	α
		Kurang Baik		Baik		F	%		
		F	%	F	%				
1	< UMP	17	56,7	13	43,3	30	100	0,023	0,05
2	UMP	5	21,7	18	78,3	23	100		
Jumlah		22	41,5	31	58,5	53	100		

Sumber : Data Primer diolah 2018

Hasil analisa bivariat antara status ekonomi (kepala keluarga) dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndrome* pada Tabel 5.4 di atas menunjukkan bahwa proporsi siswi yang perilakunya kurang baik dalam menghadapi *premenstrual syndrome* lebih dominan pada siswi yang mengatakan status ekonomikeluarga <UMP yaitu sebesar (56,7%) bila dibandingkan dengan siswi yang mengatakan status ekonomikeluarga dengan ketentuan UMP yaitu sebesar (21,7%). Sebaliknya siswi yang perilakunya kurang baik dalam menghadapi *premenstrual syndrome* lebih dominan pada siswi yang mengatakan status ekonomikeluarga dengan ketentuan UMP yaitu sebesar (78,3%) bila dibandingkan dengan siswi yang mengatakan status ekonomikeluarga dengan <UMP yaitu sebesar (43,3%).

Hasil uji statistik menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status ekonomi dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndrome* dengan nilai $P\text{-value} = 0,023 < \alpha 0,05$.

Pembahasan

Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Remaja dalam Menghadapi *Premenstual Syndrome*

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndrome* dengan nilai $P\text{-value} = 0,011 < \alpha 0,05$. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Fatimah Loyda Fitasari Zulaikha (2010) dengan judul “Hubungan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Terhadap Sikap Menghadapi *Premenstrual Syndrome* Di SMA Negeri 5 Surakarta”

menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan Sikap Menghadapi *Premenstrual Syndrome* dengan nilai *P-value* = 0,000.

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

Perilaku remaja dalam menghadapi *premenstrual syndrome* pada remaja putri MAN 2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya mempunyai nilai dibawah rata – rata (mean = 28,42) yaitu sebanyak 22 responden (45,5%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri MAN 2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya mempunyai

perilaku yang negatif dalam menghadapi *premenstrual syndrome*. Hal ini disebabkan kurangnya bimbingan dan konseling oleh guru mengenai penjelasan tentang kesehatan reproduksi, nasehat-nasehat serta alternatif jawaban tentang masalah yang dihadapi oleh siswi dan apabila siswi merasa permasalahan yang dihadapi bersifat rahasia, maka siswi dapat berkonsultasi dengan bapak/ibu guru pengampu mata pelajaran Bimbingan dan Konseling di luar jam mata pelajaran tersebut. Siswi juga mendapatkan informasi tentang kesehatan reproduksi dari penyuluhan yang diberikan oleh tenaga kesehatan.

Menurut Notoatmodjo (2007), sikap merupakan kesiapan untuk bereaksi terhadap objek di lingkungan tertentu sebagai suatu penghayatan terhadap objek. Sesuai dengan pendapat Wijaya (2008), sikap positif ditunjukkan dengan mampu melakukan penanganan dini dan pencegahan dini terhadap *premenstual syndrome*.

Hubungan Gaya Hidup (*Life Style*) dengan Perilaku Remaja dalam Menghadapi *Premenstual Syndrome*

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan

yang bermakna antara gaya hidup (*life style*) dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndromedengan* nilai *P-value* = $0,006 < \alpha 0,05$. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmiaty (2011) menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara gaya hidupdengan *Sindroma Premenstruasi* dengan nilai *P-value* = 0,000.

Makanan dan minuman yang bergizi dan disesuaikan dengan kondisi tubuh, aktifitas serta usia. Makan sebelum lapar dan berhenti sebelum kenyang adalah kebiasaan yang baik. Jangan lupa dengan empat sehat lima sempurna yang sekarang lebih dikenal dengan gizi seimbang, makan dengan asupan gizi seimbang mempresentasikan diri kita yang masa akan datang. Disamping itu dengan rutin berolahraga maka tubuh akan terhindar dari serangan penyakit. Siti Aminah, W., (2011) menjelaskan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian *premenstrual syndrome*.

Gaya hidup (*Life Style*) dalam menghadapi *premenstrual syndrome* pada remaja putri MAN 2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie

Jaya mempunyai nilai dibawah rata – rata (mean = 7,77) yaitu sebanyak 21 responden (39,6%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri MAN 2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya mempunyai gaya hidup kurang baik. Hal ini dikarenakan kurangnya aktifitas fisik meliputi kegiatan sehari-hari seperti olahraga. Mereka yang secara fisik aktif cenderung menyesuaikan diri lebih baik terhadap stress, emosional dan mental serta lebih jarang menderita kelainan kepribadian. Oleh karena itu, aktifitas fisik yang teratur mempunyai pengaruh yang berarti dalam hal memperbaiki kesehatan, kebugaran fisik dan kapasitas bekerja yang pada akhirnya dapat membantu menyehatkan dan memperpanjang hidup. Kurang berolahraga dan aktivitas fisik menyebabkan semakin beratnya PMS (*Pre Menstrual Syndrome*).

Hasil penelitian menunjukan peluang terjadinya PMS lebih besar pada wanita yang tidak melakukan olahraga rutin dari pada wanita yang sering melakukan olahraga. Menjaga berat badan merupakan salah satu penanganan *premenstrual syndrome* karena berat badan yang berlebihan dapat meningkatkan resiko menderita

premenstrual syndrome (Putri 2013 dalam Namsa Apriliana, M., 2015).

Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Perilaku Remaja dalam Menghadapi *Premenstual Syndrome*

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndrome* dengan nilai $P\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Ricka Wahyuni (2010) dengan judul “Hubungan Tingkat Kecemasan dengan *Sindroma Premenstruasi* Pada Siswi SMP Negeri 4 Surakarta” menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan *Sindroma Premenstruasi* dengan nilai $P\text{-value} = 0,000$.

Tingkat Kecemasan dalam menghadapi *premenstrual syndrome* pada remaja putri MAN 2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya mempunyai nilai di atas rata – rata (mean = 24,55) yaitu sebanyak 28 responden (52,8%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri MAN 2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya mempunyai

tingkat kecemasan. Hal ini dapat terjadi karena disebabkan banyaknya gejalayang dirasakan saat *premenstrual syndrome* mengakibatkan siswi membutuhkan dukungan sosial yang optimal. Gejala yang dialami bervariasi mulai dari yang bersifat fisik, nyeri perut, nyeri pada daerah genital, lelah, dan nyeri pada payudara. Gejala psikis yang dirasakan diantaranya mudah tersinggung panik, cemas, dan perasaan was-was.

Berdasarkan teori Sanders (1996:132), menyatakan bahwa ada wanita yang menderita depresi dan kecemasan. Sekitar dua hari sampai dua minggu sebelum permulaan masa haid, mereka menderita berbagai gejala dari depresi dan kekhawatiran. Kebanyakan wanita yang mengalami *premenstrual syndrome* yang menderita stress dan tekanan lain maka *premenstrual syndrome* itu bisa berlangsung lama.

Kecemasan dapat ditimbulkan karena berbagai penyebab, tetapi secara umum kecemasan ditimbulkan oleh bahaya yang terdapat dalam diri manusia sendiri yaitu suatu stimuli internal atau juga keadaan berbahaya dari luar yang bersangkutan ditafsirkan lain, adanya pandangan persepsi dari

realitas lingkungannya (Rahmafitria,2006: 7).

Menurut teori Glasier & Gebbie (2006:381-382), menyatakan banyak gejala-gejala *premenstrual syndrome* yang dialami sedemikian berat sehingga fungsi normal wanita dan hubungan antar pribadinya terganggu (terutama di lingkungan kerja dan keluarga) dan terdapat wanita yang memang sudah memiliki gangguan psikologis, yang terjadi bersama dengan *premenstrual syndrome*, serta mungkin terjadi gangguan psikologis pada masa *premenstrual syndrome*.

Hubungan Status Ekonomi (Kepala Keluarga) dengan Perilaku Remaja dalam Menghadapi *Premenstrual Syndrome*

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa adanya hubungan yang bermakna antara status ekonomi dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstrual syndrome* dengan nilai $P\text{-value} = 0,023 < \alpha 0,05$. Hasil ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Aprillia Maria Namsa (2015) dengan judul “Hubungan Status Gizi dengan Sindrome *Premenstrual Syndrome*

Pada Remaja Putri Di SMA Frater Don Bosco Manado” menyatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan *Premenstrual Syndrome* dengan nilai $P\text{-value} = 0,000$.

Status ekonomi dalam menghadapi *premenstrual syndrome* pada remaja putri MAN 2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya mempunyai nilai dibawah rata – rata (mean = 9,15) yaitu sebanyak 30 responden (56,6%), yang menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri MAN 2 Sigli Kecamatan Meureudu Kabupaten Pidie Jaya mengatakan penghasilan orang tua < UMP Prov. Aceh. Hal ini dapat terjadi karena disebabkan oleh penghasilan, sehingga banyaknya faktor yang mempengaruhi keluarga untuk membeli makanan, menghidangkan makanan, memenuhi status gizi dikarenakan status ekonomi yang serba pas-pasan. Dalam kehidupan sehari-hari pun sering kali terlihat keluarga dengan penghasilan cukup akan tetapi makanan yang dihidangkan seadanya saja. Tidak berbeda mutunya jika dibandingkan dengan keluarga yang berpenghasilan rendah.

Hal ini tertuang dalam penetapan Peraturan Gubernur Aceh Nomor 60 Tahun 2016 tanggal 30 Oktober itu dibuat berdasarkan rekomendasi Dewan Pengupahan Provinsi. “Pada 26 Desember 2016, Dewan Pengupahan Aceh menetapkan bahwa besaran nilai UMP Aceh pada tahun 2017 sebesar Rp 2.118.500 dan berlaku pada bulan Januari 2017 (Pergub.Prov. Aceh, 2016).

KESIMPULAN

Siswi yang perilakunya baik dalam menghadapi *premenstrual syndrome* sebesar 58,5% dan siswi yang perilakunya kurang baik dalam menghadapi *premenstrual syndrome* yaitu sebesar 41,5%.

Ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndromedengan* nilai $P\text{-value} = 0,011 < \alpha 0,05$.

Ada hubungan yang bermakna antara gaya hidup (*Life Style*) dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndromedengan* nilai $P\text{-value} = 0,006 < \alpha 0,05$.

Ada hubungan yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan perilaku remaja dalam menghadapi

premenstual syndromedengan nilai $P\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$.

Ada hubungan yang bermakna antara status ekonomi (Kepala Keluarga) dengan perilaku remaja dalam menghadapi *premenstual syndromedengan* nilai $P\text{-value} = 0,023 < \alpha 0,05$.

SARAN

Diharapkan dengan adanya penelitian ini, para siswi lebih meningkatkan pengetahuan tentang *premenstual syndrome* dengan cara mencari informasi yang lengkap dan benar berkaitan dengan kesehatan reproduksi remajakhususnya *premenstual syndromemisalnya* dari buku, internet, mengikuti penyuluhan dandapat melalui diskusi secara terbuka dengan kesehatan reproduksi remajadalam hal ini tentang PMS dengan orangtua, guru, teman, maupun orang yang memang paham akan hal ini.

DAFTAR PUSTAKA

Apriliana, Maria Namsa. dkk.,2015. *Hubungan Status Gizi Dengan Sindrome Pre Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMA Frater Don Bosco Manado*, Manado: PSIK-FK USRM.

- Bakhtiar., A. 2006.*Filsafat Ilmu*, Jakarta: PT. Raja Grafindo
- BKKBN., 2008. *Kesehatan Reproduksi Remaja*, Jakarta : BKKBN
- ., 2010. *Penyiapan Kehidupan Berkeluarga Bagi Remaja*, Jakarta: BKKBN
- Damayanti, Siti., 2013. *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswa D - IV Kebidanan Di Stikeu'budiyah Tahun 2013*, Banda Aceh: Thesis Ubudiyah
- Elika, Puspitasari., 2013.*Hubungan Gaya Hidup Sehat Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Siswi Kelas XI SMK Negeri 1 Bantul Yogyakarta Tahun 2013*, Yogyakarta: STIK-PSB
- Erna, Francin Paath, dkk., 2004.*Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*, Jakarta: ECG
- Fatikah, Loyda Fitasari Zulaikha., 2010. *Hubungan Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Remaja Putri Terhadap Sikap Menghadapi Prementrual Syndrome Di SMA 5 Surakarta*, Yogyakarta: Thesis
- Family Care International (FCI)., 2000.*Sexual & Reproductive Health Briefing Cards*, New York: FCI, dari www.familycareintl.org. 12 oktober 2015
- Kemenkes RI., 2011. *Health Quality*, Jurnal Kesehatan, Jakarta: Kemenkes RI
- MAN 2 Sigli., 2015. *Profil Madrasah Bulan April*, Meureudue: Man 2 Sigli
- Maulana, Razi., 2008. *Hubungan Karkteristik Wanita Usia Produktif dengan Premenstrual Syndrome (PMS) Di Poli Obstetri dan Gynekoogy BPK – RSUD dr. Zainoel Abidin Banda Aceh Tahun 2008*, Banda Aceh: Unsyiah
- Moeliono, L., 2003. *Proses Belajar Aktif Kesehatan Reproduksi Remaja*, Jakarta: BKKBN
- Notoatmodjo, Soekidjo., 2010.*Promosi Kesehatan dan Ilmu Prelaku*, Jakarta: Rineka Cipta
- ., 2010,*Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- ., 2007.*Kesehatan Masyarakat Ilmu dan Seni*, Jakarta: Rineka Cipta
- Nurmiaty, dkk., 2011.*Perlaku Makan Dengan Kejadian Sindrome Premenstrual Pada Remaja*, Yogyakarta: UGM
- Nugroho, Taufan., 2010.*Kesehatan Wanita, Gender dan Permasalahannya*, Yogyakarta: Nuha Medika
- Pergub.Prov.Aceh Nomor 60 Tahun 2015 tentang Pengupahan Provinsi Aceh
- Pinem, Saroha., 2009. *Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi*, Jakarta: Trans InfoMedia

- Ramadani, Mery., 2013. *Premenstrual Syndrome (PMS)*, Jurnal Kesehatan Masyarakat Universitas Andalas
- Ricka, Wahyuni., 2009. *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Sindrome Premenstrual Pada Siswi SMP Negeri 4 Surakarta*, Surakarta: STIK Aisyiyah Surakarta
- Suparman dan Ivan 2011 dalam Fhiny Apriyany, 2014, *Premenstrual Syndrome*, Jakarta: EGC
- Suparyanto., 2011. *Pre Menstrual Syndrome*
- ., 2010. *Konsep Pre Menstrual Syndrome (PMS)*
- ., 2010. *Konsep Dasar Status Ekonomi*
- Suryati., dkk., 2012. *Kesehatan Reproduksi Buat Mahasiswa Kebidanan*, Yogyakarta: Nuha Medika
- Wahit, dkk., 2007. *Promosi Kesehatan*, Yogyakarta: Graha Ilmu
- Wiknjosastro, H., 2006. *Ilmu Kebidanan*, Edisi Ketiga, Jakarta : YBP-SP
- Widyastuti, Y., Rahmawati, A., Purnamaningrum, Y.E., 2009. *Kesehatan Reproduksi*, Yogyakarta : Fitramaya
- Zikra, Ul Husna., 2013. *Hubungan Pola Makan, Prementrual Syndrome Dan Penggunaan Kosmetik Dengan Ance Vulgaris Pada Remaja Putri SMA 2, Sigli: Thesis*