

## FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN PREMENSTRUAL SYNDROME DI DESA GUNUNG SARI KECAMATAN PAMIJAHAN KABUPATEN BOGOR

*The Factors That Related to Premenstrual Syndrome In Gunung Sari Village Pamijahan Sub-District Bogor Regency*

**Rosalia Rahayu**

*Program Studi Kebidanan, STIKes Mahardika Cirebon*

*e-mail : [rosaliaracha@gmail.com](mailto:rosaliaracha@gmail.com)*

### **ABSTRACT**

*In Indonesia, it was found that 95% of women of childbearing age have at least one symptom of Premenstrual Syndrome (PMS), with moderate to severe levels of 3.9%. This study aims to determine the frequency distribution of PMS incidents in Gunung Sari Village, Pamijahan District, Bogor Regency. This research is descriptive through a cross sectional approach with a population of all young women in Gunung Sari Village, Pamijahan District, Bogor Regency in 2017 as many as 195 people using total sampling technique. The variables measured were stress, consumption patterns, exercise patterns, age at menarche, BMI and PMS. Univariate and bivariate data analysis and research instruments using a questionnaire. The results of this study indicate that most of them experienced stress, 124 respondents (65.5%). Based on the consumption pattern, mostly good as much as 124 (65.5%). Based on the exercise pattern, most of it was routine as much as 124 (65.5%). The age of menarche was mostly normal as much as 105 (57.1%). For BMI, mostly normal (56.0%) and mostly experiencing PMS as many as 124 people (65.5%). The statistical test results were obtained for the p-value stress, consumption patterns, exercise patterns = 0.000. For menarche exam p-value = 0.635 and BMI p-value = 0.076. This shows a relationship between stress, consumption patterns and exercise patterns with the incidence of premenstrual syndrome in Gunung Sari Village, Pamijahan District, Bogor Regency. Meanwhile, the age of menarche and BMI had nothing relationship with the incidence of PMS. Provide additional material in the form of information needed by young women about STDs so that young women can avoid wrong perceptions when young women face PMS.*

**Keywords** : *Incidence, Premenstrual, Syndrome*

### **PENDAHULUAN**

Menurut World Health Organization (WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Jumlah kelompok usia 10-19 tahun di Indonesia menurut sensus Penduduk 2010 sebanyak 43,5 juta atau sekitar 18% dari jumlah penduduk. Sedangkan jumlah remaja usia 10-14 tahun di Jawa Barat tahun 2008 sudah mencapai 11.662.000 orang.

*Premenstrual Syndrom (PMS)* adalah sekumpulan keluhan dan gejala fisik, emosional, dan prilaku yang terjadi pada wanita reproduksi,

yang muncul secara siklik dalam rentang waktu 7-10 hari sebelum menstruasi dan menghilang setelah darah haid keluar yang terjadi pada suatu tingkatan yang mampu mempengaruhi gaya hidup dan aktivitas (Suparman, 2011).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP 1 Jasinga Kabupaten Bogor menunjukkan bahwa dari 10 responden, tedapat 80% diantaranya mengalami premenstrual syndrome, kehidupan yang penuh stress dan hubungan yang bermasalah secara umum dapat berhubungan dengan keparahan gejal-gejala fisik.

Dengan permasalahan tersebut peneliti ingin mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian premenstrual syndrome remaja puteri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor.

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat deskriptif dan analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Tempat penelitian di di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017. Populasi penelitian ini adalah semua remaja puteri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor dengan menggunakan teknik total sampling sebanyak 195 responden. Variabel yang dikur yaitu stress, pola konsumsi, pola olahraga, usia menarche, IMT serta premenstrual syndrome. Analisis datanya secara univariat dan bivariat serta instrumen penelitiannya yaitu kuesioner.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1

**Distribusi Frekuensi Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

PMS	n	%
Ya	124	65,5
Tidak	71	34,5
<b>Total</b>	<b>195</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami premenstrual syndrome sebanyak 124 orang (65,5%).

Tabel 2

**Distribusi Frekuensi Stress Pada Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Stress	n	%
Ya	124	65,5
Tidak	71	34,5
<b>Total</b>	<b>195</b>	<b>100</b>

Berdasarkan table 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stress pada saat PMS yaitu sebanyak 124 orang (65,5%).

Tabel 3

**Distribusi Frekuensi Pola Konsumsi Pada Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Pola Konsumsi	n	%
Baik	124	65,5
Tidak Baik	71	34,5
<b>Total</b>	<b>195</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa sebagian besar responden, tidak ada masalah dalam pola konsumsi sebanyak 124 orang (65,5%).

Tabel 4

**Distribusi Frekuensi Pola Olahraga Pada Remaja**

**Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Pola Olahraga	n	%
Rutin	124	65,5
Tidak Rutin	71	34,4
<b>Total</b>	<b>195</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa sebagian besar responden, melakukan olahraga secara rutin sebanyak 124 orang (65,5%).

**Tabel 5**  
**Distribusi Frekuensi Usia Menarche Pada Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Usia Menarche	n	%
10-11 tahun (cepat)	57	28,6
12-16 tahun (normal)	105	57,1
>17 tahun (lambat)	33	14,3
<b>Total</b>	<b>195</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 5 menunjukkan bahwa sebagian besar responden usia menarche pada kategori normal yaitu sebanyak 105 orang (57,1%).

**Tabel 6**  
**Distribusi Frekuensi IMT Pada Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

IMT	n	%
Kurus (<17-18,5)	87	44,0
Normal (>19-25)	108	56,0
<b>Total</b>	<b>195</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 195 bahwa sebagian besar responden, IMT berada pada kategori normal yaitu sebanyak 108 orang (56,0%).

**Tabel 7**  
**Hubungan Antara Stress Dengan Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Stress	PMS						P Value	
	Ya		Tidak		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Ya	116	99,1	8	9	124	100	0,000	
Tidak	8	1,7	63	98,3	71	100		
<b>Total</b>	<b>124</b>	<b>65,5</b>	<b>71</b>	<b>34,5</b>	<b>195</b>	<b>100</b>		

**Tabel 8**  
**Hubungan Antara Pola Konsumsi Dengan Premenstrual Syndrome Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Pola Konsumsi	PMS						P Value	
	Ya		Tidak		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Baik	116	99,1	8	9	124	100	0,000	
Tidak Baik	8	1,7	63	98,3	71	100		
<b>Total</b>	<b>124</b>	<b>65,5</b>	<b>71</b>	<b>34,5</b>	<b>195</b>	<b>100</b>		

**Tabel 9**  
**Hubungan Antara Pola Olahraga Dengan Premenstrual Syndrome Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Pola Olahraga	PMS						P Value	
	Ya		Tidak		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Rutin	116	99,1	8	9	124	100	0,000	
Tidak Rutin	8	1,7	63	98,3	71	100		
<b>Total</b>	<b>124</b>	<b>65,5</b>	<b>71</b>	<b>34,5</b>	<b>195</b>	<b>100</b>		

**Tabel 10**  
**Hubungan Antara Usia Menarche Dengan Premenstrual Syndrome Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Usia Menarche	PMS						P Value	
	Ya		Tidak		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Cepat	35	62,5	22	37,5	57	100	635	
Normal	69	66,7	36	33,3	105	100		
Lambat	20	66,7	13	33,3	33	100		
<b>Total</b>	<b>124</b>	<b>65,5</b>	<b>71</b>	<b>34,5</b>	<b>195</b>	<b>100</b>		

**Tabel 11**  
**Hubungan Antara IMT Dengan Premenstrual Syndrome Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

IMT	PMS						P Value	
	Ya		Tidak		Total			
	n	%	n	%	n	%		
Kurus	49	58,1	38	41,9	87	100	0,076	
Normal	75	71,3	33	28,7	108	100		
Gemuk	0	0	0	0	0	0		
Obesitas	0	0	0	0	0	0		
<b>Total</b>	<b>124</b>	<b>65,5</b>	<b>71</b>	<b>34,5</b>	<b>195</b>	<b>100</b>		

**Hubungan Antara Stres dengan Premenstrual syndrome Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Berdasarkan tabel 7 penelitian yang dilakukan di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017 dari total sampel 195 responden

ditemukan bahwa remaja putri yang mengalami stress saat premenstrual syndrome yaitu sebanyak 124 responden (65,5%). Sedangkan remaja yang tidak mengalami stress sebanyak 71 responden (34,5%). Hasil uji rank spearmer didapatkan nilai *p* value (0.000) berarti ada hubungan antara pola konsumsi dengan *premenstrual syndrome*. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Mayane,2011) yang berjudul hubungan antara tingkat stres dengan kejadian *PMS*, pada siswi sma negeri 1 padang panjang tahun 2011.

#### **Hubungan Antara Pola Konsumsi dengan Premenstrual Syndrome Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Berdasarkan tabel 8 penelitian yang dilakukan di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017 menunjukkan bahwa dari 195 responden yang baik pola konsumsinya yaitu sebanyak 116 responden (99,1%) ada mengalami *PMS*. Sedangkan dari 71 responden yang tidak baik pola makannya 63 orang di antaranya (98,3%) ada mengalami *PMS*. Hasil uji rank spearmer didapatkan nilai *p* value (0.000) berarti ada hubungan antara pola konsumsi dengan *premenstrual syndrome*. Penelitian ini sejalan dengan yang di lakukan Admin (2012) yang berjudul hubungan pola makan, dan jerawat, dengan kejadian *premenstrual syndrome* di Surakarta.

#### **Hubungan Antara Pola Olahraga dengan Premenstrual Syndrome Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Berdasarkan table 9 penelitian yang dilakukan di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017 menunjukkan bahwa dari 195 responden yang rutin pola olahraganya yaitu sebanyak 124 responden (99,1%) tidak mengalami *PMS*. Sedangkan dari 71 responden yang tidak rutin pola olahraganya sebanyak 63 responden (34,5%) mengalami pms. Hasil uji rank spearmar didapatkan nilai *p* value (0.000) berarti ada hubungan antara pola olahraga dengan *premenstrual syndrome*. Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian Meidya (2012) yaitu ada hubungan antara aktivitas olahraga dengan kejadian pms.

#### **Hubungan Antara Usia Menarche dengan Premenstrual Syndrome Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Berdasarkan table 10 penelitian yang dilakukan di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017 dari total sampel 195 responden ditemukan bahwa mengalami usia menarche pada kategori normal lebih besar mengalami pms

(66,7) dibandingkan dengan usia menarche cepat dan lambat. Berdasarkan hasil uji rank spearmer diperoleh p value =(0,635), yang menunjukkan bahwa Ho diterima atau hipotesis penelitian ditolak yaitu tidak ada hubungan antara usia menarche dengan kejadian pms. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Silvia Padmavathi (2013) yang juga menemukan bahwa tidak ada hubungan antara usia menarche dengan PMS.

#### **Hubungan Antara IMT dengan Premenstrual Syndrome Remaja Putri di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017**

Berdasarkan table 11 penelitian yang dilakukan di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor Tahun 2017 menunjukkan bahwa dari 198 responden yang IMTnya berada pada kategori normal yaitu sebanyak 75 responden (71,3%) tidak mengalami PMS. Berdasarkan hasil uji rank spearmer diperoleh p value =(0,076), yang menunjukkan bahwa Ho diterima atau hipotesis penelitian ditolak yaitu tidak ada hubungan antara usia menarche dengan kejadian pms. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu Dwi Wahyuningsih dkk, yang menemukan bahwa tidak terdapat hubungan antara status gizi (IMT) dengan pms pada remaja di SMAN 7 kota Malang.

#### **SIMPULAN DAN SARAN**

##### **KESIMPULAN :**

1. Sebagian besar mengalami stress yaitu 124 responden (65,5%). Pola konsumsi sebagian besar baik sebanyak 124 (65,5%). Pola olahraga sebagian besar rutin sebanyak 124 (65,5%). Usia menarche sebagian besar normal sebanyak 105 (57,1%). IMT sebagian besar normal sebanyak (56,0%) dan sebagian besar mengalami PMS sebanyak 124 orang (65,5%).
2. Adanya hubungan stress, pola konsumsi, dan pola olahraga dengan kejadian PMS di Desa Gunung Sari Kecamatan Pamijahan Kabupaten Bogor. Sedangkan usia menarche dan IMT tidak ada hubungannya dengan kejadian PMS.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Admin, (2012). *PMS dan Jerawat*, <http://www.kesekolah.com/artikel-dan-berita/kesehatan/remaja-putri-gemuk-rentan-jerawatan.html>, Dikutip tanggal, 04 Januari 2013.
- Almatseir, S., Soetrdjo, S, dan Soekarti, M. 2011. *Gizi seimbang dalam Daur Kehidupan.*, Jakarta, PT Gramedia Pustaka Utama
- Almaliah, N., Sari, K, dan Rosha, B. C. 2012. *Status Tinggi Badan Pendek Beresiko terhadap Keterlambatan Usia Menarche pada Perempuan Remaja usia 10-15 Tahun*. Penel
- Gizi Makan, 35,8.
- Arisman,(2010).*Buku Ajar Ilmu Gizi*. Buku Kedokteran:EGC
- Brunner & Suddarth. (2007). *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*, Jakarta: EGC
- Data siswa SMPN 1 Jasinga Tahun 2017
- Damayanti, S. 2013. *Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Premenstrual Syndrome pada Mahasiswa D-IV Kebidanan di Stikes U'Budiyah*. [http://180.241.122.205/dockti/SITI\\_DAMAYANTI-skripsi maya.pdf](http://180.241.122.205/dockti/SITI_DAMAYANTI-skripsi maya.pdf).
- Elvira, Sylvia. D. 2010. *Sindrom Pra-Menstruasi*. Jakarta: Balai Penerbit FKUIBardosono, S. 2006. *Gizi sehat untuk perempuan*. Jakarta : FKUI
- Ellya, Eva. 2010. *Gizi dalam Kesehatan Reproduksi*. Penerbit : Trans Info Medika (TIM)
- Freemen, E, W. (2007). *Epidemiology and Etiology Of Premenstrual Syndromes*, <http://www.medscape.com>. Diperoleh tanggal 1 desember 2007.
- Hidayat, A. A. A. 2012. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data*. Jakarta : Salemba Medika
- Kusmiran, E. 2012. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
- Prawirohardjo, Sarwono, 2010. *Ilmu Kebidanan*
- Kusmiran, eny. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika
- Mayane., (2011), *hubungan antara tingkat stress dengan kejadian premenstrual syndrome,/di peroleh pada tanggal 8- 11 januari 2011*
- Manuaba, S. K. D. 2009. *Buku Ajar Ginekologi*. Jakarta : EGC
- Munthe, N. B. G. 2012. *Hubungan status Gizi dengan Kejadian Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri di SMPN 3Berastagi*. <http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/37768/5/Chapter %201.pdf>.
- Moghadam, A. D., dkk, 2014. *Epidemiology of Premenstrual Syndrome (PMS)-A Systematic Review and Meta-Analysis Study*. Journal of Clinical and Diagnostic Research : JCDR, 8, 106-109.
- Maulana, 2008. *Panduan Lengkap Kehamilan : Memahami Kesehatan Reproduksi*. Jogjakarta : Kata hati
- Nurmiaty. 2011. *Perilaku Makan dengan Kejadian Sindrom Premenstrual pada Remaja*. <http://jurnal.ugm.ac.id/bkm/article/view/3407/2955>.
- Notoatmodjo,S., 2010.*Metodologi Penelitian*

- Kesehatan.Jakarta: PT. Rineka Cipta  
Prawirohardjo, Sarwono, 2010. *Ilmu Kebidanan*  
Romauli, S. 2011. Buku Ajar Kebidanan Konsep Dasar  
Asuhan Kebidanan. Yogyakarta: Nuha Medika  
Sylvia . D. 2010. *Sindrom Pra-Mestrusi*. Jakarta:  
Balai Penerbit FKUI  
Suheimi,K.(2008).*Hormonal treatmenton premenstrual syndrom*. D iakses pada tanggal 5Juni 2010  
dari<http://ksuheimi.blogspot.com/2008/07/hormonal-treatment-onpremenstrual.html>  
Suparman, E, 2010. *Premenstrual Syndrome*, Jakarta.  
Penerbit Buku kedokteran EGC  
Wiknjosastro, Hanifa. 2005.*Ilmu Kandungan*.Yayasan  
Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo: Jakarta.  
Widyastuti, Yani. 2010. Kesehatan Reproduksi