

### PENGETAHUAN DAN SIKAP MAHASISWA DENGAN PRA MENSTRUASI SINDROM

Rizka Angrainy<sup>(1)</sup>, Rika Istawati<sup>(2)</sup>, Monifa Putri<sup>(3)</sup>

<sup>(1)</sup>Prodi DIII Kebidanan, Akademi Kebidanan Helvetia, 28294 Pekanbaru, Riau  
\*email: [rizkaangrainy@helvetia.ac.id](mailto:rizkaangrainy@helvetia.ac.id)

<sup>(2)</sup>Prodi DIII Kebidanan, Akademi Kebidanan Helvetia, 28294 Pekanbaru, Riau  
email: [rikaistawati@helvetia.ac.id](mailto:rikaistawati@helvetia.ac.id)

<sup>(3)</sup>Prodi DIII Kebidanan, Institut Teknologi dan Bisnis Indragiri, 29312 Rengat, Riau  
email: [monifaputri030@gmail.com](mailto:monifaputri030@gmail.com)

#### ABSTRAK

Pra Menstruasi Sindrom dapat diartikan secara luas yaitu sebagai gangguan yang berulang kurang lebih 67% mahasiswi yang mengalami gangguan pra menstruasi sindrom merupakan keluhan yang paling mengganggu hingga menurunkan kualitas belajar hingga 50%, sekitar 14% perempuan usia 20 hingga 35 tahun, pra menstruasi sindrom sangat hebat pengaruhnya sehingga mengharuskan mereka beristirahat, pra menstruasi sindrom akan menghilang setelah selesai menstruasi dan karena kurangnya pengetahuan responden dalam memahami tanda dan gejala pra menstruasi sindrom tersebut. Penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap mahasiswi dengan pra menstruasi sindrom (PMS) untuk mengetahui tanda dan gejala pra menstruasi sindrom sedini mungkin. Jenis penelitian ini menggunakan metode analitik kuantitatif, dengan desain cross sectional, jumlah populasi dari tingkat I, II, III sebanyak 228 orang, diperoleh sampel sebanyak 69 orang dengan teknik pengambilan sampel dilakukan secara accidental sampling. Dari 69 responden menunjukkan pengetahuan responden baik dan tidak mengalami pra menstruasi sindrom sebanyak 18 orang (59,9%), baik dan mengalami pra menstruasi sindrom 16 (47,1%), bersikap negatif tidak mengalami pra menstruasi sindrom sebanyak 24 orang (50,2%) dan mengalami pra menstruasi sindrom 24 orang (50,2%). Berdasarkan uji chi square di peroleh nilai p value 0,000 yang artinya  $p < 0,05$  terdapat hubungan pengetahuan mahasiswi dengan pra menstruasi sindrom,  $p < 0,032$ . Terdapat hubungan yang signifikan antara sikap mahasiswi terhadap pra menstruasi sindrom. Diharapkan agar pihak pemerintah melalui dinas kesehatan harus lebih serius dalam melakukan sosialisasi tentang pentingnya melakukan pemeriksaan pra menstruasi sindrom agar masyarakat mengetahui tentang bahaya pra menstruasi sindrom.

**Kata Kunci** : Pengetahuan, Sikap, Pra Menstruasi Sindrom

#### ABSTRACT

*Pre Menstrual Syndrome can be interpreted broadly, namely as a recurring disorder of approximately 67% of female students who experience premenstrual syndrome disorders, which are the most disturbing complaints that reduce the quality of learning by up to 50%, around 14% of women aged 20 to 35 years, premenstrual syndrome is very the effect is so great that it requires them to rest, premenstrual syndrome will disappear after menstruation is over and due to the lack of knowledge of respondents in understanding the signs and symptoms of*

*premenstrual syndrome. This study was to determine the relationship between knowledge and attitudes of female students with premenstrual syndrome (PMS) to find out the signs and symptoms of premenstrual syndrome as early as possible. This type of research uses quantitative analytic methods, with a cross-sectional design, the total population from levels I, II, and III is 228 people, and a sample of 69 people is obtained by accidental sampling technique. Out of 69 respondents, 18 people (59.9%) had good knowledge and did not experience premenstrual syndrome, 16 (47.1%) had good premenstrual syndrome, 24 people (50, 50, 2%) and experienced premenstrual syndrome 24 people (50.2%). Based on the chi-square test  $p$ -value of 0.000 was obtained, which means that  $p < 0.05$  there is a relationship between female students' knowledge and premenstrual syndrome,  $p < 0.032$ . There is a significant relationship between female students' attitudes toward premenstrual syndrome. It is hoped that the government through the health office must be more serious in conducting outreach about the importance of carrying out pre-menstrual syndrome checks so that people know about the dangers of pre-menstrual syndrome.*

**Keywords** : Knowledge, Attitude, Pre Menstrual Syndrome

## PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO), remaja (*adolescence*) adalah usia antara 10 sampai 19 tahun, sedangkan Perserikatan Bangsa-Bangsa (PBB) menyebutkan kaum muda (*youth*) untuk usia antara 15 sampai 24 tahun. Masa remaja diawali dengan masa pubertas mulai dengan timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder dan berakhirnya sudah ada kemampuan reproduksi (Kusmiran, 2011).

Sebuah penelitian ditemukan bahwa disminore merupakan gangguan menstruasi dengan jumlah terbesar (89,5%), diikuti ketidakteraturan menstruasi (31,2%). Beberapa gejala yang dialami seperti nyeri pada payudara, perubahan mood, stress, ingin menangis, pelupa, sulit mengucapkan kata-kata tanda dan gejala tersebut merupakan gejala dari Pra Menstruasi Sindrom (PMS)(Taufan Bobby, 2014)

PMS itu sendiri dapat diartikan secara luas sebagai gangguan yang berulang berkaitan dengan variasi hormonal perempuan dalam menstruasi yang berdampak pada emosional dan kesejahteraan fisik dari jutaan perempuan selama masa reproduksi seorang perempuan. Sindrom ini ditandai dengan kumpulan gejala fisik, psikologi,

dan emosi yang terkait dengan siklus menstruasi wanita. Sekitar 67% mahasiswi yang mengalami sindrom pre haid merupakan keluhan yang paling mengganggu hingga menurunkan kualitas belajar hingga 50%, sekitar 14% perempuan usia 20 hingga 35 tahun, pra menstruasi sindrom besar pengaruhnya sehingga mengharuskan mereka beristirahat, pra menstruasi sindrom akan menghilang setelah selesai menstruasi (Ellya E, 2010)

Gejala Pra Menstruasi Sindrom (PMS) tersebut dapat dilihat dan biasanya terjadi secara regular pada 7 sampai 10 hari menjelang menstruasi. Gangguan keseimbangan hormon estrogen dan progesteron akan menimbulkan gejala sindroma prahaid (Sarwono, 2011).

Berdasarkan studi pra menstruasi sindrom yang diteliti pada berbagai 14 kultur di 10 negara ditemukan prevalensi tinggi di Negara-Negara Barat 71-73% dan jauh lebih rendah di Negara-Negara Non-Barat 23-34% (Lumongga N, 2013). Selain itu di Indonesia juga telah dilakukannya penelitian tentang pra menstruasi sindrom pada siswi SMK di Jakarta Selatan menunjukkan 45% siswi mengalami pra menstruasi sindrom dan pada daerah Sumatra Utara telah

dilakukan penelitian terhadap mahasiswi S-1 di Fakultas Keperawatan Stambuk didapatkan 39% mahasiswi yang mengalami pra menstruasi sindrom (Andrew G, 2013)

Berdasarkan data bahwa setiap bulannya dari beberapa sekolah seperti SMA 20 yang dilakukan wawancara terhadap guru kesiswaan didapatkan siswa yang mengalami PMS sebanyak 5 orang menyatakan apabila menstruasi mereka tidak dapat mengikuti pembelajaran. Selain itu peneliti juga melakukan wawancara kepada guru kesiswaan di SMP 20 didapatkan 7 orang yang menyatakan apabila menstruasi tidak dapat mengikuti pembelajaran dan istirahat di ruang UKS sehingga memengaruhi kualitas belajar mereka.

Berdasarkan data dari wawancara terhadap mahasiswi di beberapa institusi khususnya program DIII kebidanan seperti Stikes Hangtuh yang didapatkan jumlah mahasiswi wanita 194 orang, Poltekkes jumlah mahasiswi wanita 118 orang. Sedangkan di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru jumlah mahasiswi wanita 228 orang. Berdasarkan data diatas Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru merupakan institusi kesehatan yang jumlah mahasiswi wanita kebidanan terbanyak. Berdasarkan hasil wawancara dari 20 orang yang peneliti lakukan terdapat 4 orang yang pengetahuan kurang tentang PMS, ada 6 orang di antaranya yang tidak mengetahui sama sekali apa yang dimaksud dengan pra menstruasi sindrom dan terdapat 7 orang dari sikap mereka yang tidak tahu cara menangani gejala pra menstruasi sindrom, peneliti langsung melihat ada 3 mahasiswi yang berada di wilayah kampus sedang mengalami pra menstruasi sindrom di antaranya seperti perubahan mood, stress, kram perut, ingin menagis, sulit mengucapkan kata-kata, pelupa, perut kembung, pusing. dan

Peneliti langsung melihat diantara gejala diatas kebanyakan mereka tidak mengetahui cara penanganannya selama ini mereka hanya minum obat penghilang rasa nyeri atau obat penenang berguna untuk membantu mengurangi sakit yang mereka alami.

Tujuan Penelitian ini untuk melihat bagaimana hubungan pengetahuan dan sikap mahasiswi dengan PMS di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru

## METODE

Jenis penelitian yang ini menggunakan metode *analitik kuantitatif* dengan menggunakan desain *cross sectional* yaitu suatu penelitian yang bertujuan untuk mendapatkan hubungan pengetahuan dan sikap mahasiswi dengan PMS di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru.

Populasi merupakan wilayah generalisasi yang terdiri atas objek/ subjek yang mempunyai kuantitas dan karakteristik tertentu yang ditetapkan oleh peneliti untuk dipelajari dan kemudian ditarik kesimpulannya (Sugiono, 2019). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru yang berjumlah 228 orang mahasiswi dengan sampel 69 orang mahasiswi dengan teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan secara *accidental sampling* dengan menggunakan kuisisioner.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Data Umum

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Umur dengan Pra Menstruasi Sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru**

No	Umur	Frekuensi	Persentase (%)
1	18 tahun	11	15,9%
2	19 tahun	11	15,9%
3	20 tahun	8	11,6%
4	21 tahun	30	43,5%
5	22 tahun	5	7,2%

6	23 tahun	4	5,8%
7	Tingkat 1	22	31,9%
8	Tingkat 2	21	30,4%
9	Tingkat 3	26	37,7%
<b>Total</b>		<b>69</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 1 dapat dilihat bahwa mayoritas umur responden di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru golongan umur 21 tahun 30 orang (43,5%). Berdasarkan tingkat pendidikan dapat dilihat bahwa sebagian besar responden di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru tingkat 3 sebanyak 26 orang (37,7%).

## 2. Analisa Univariat

### 2.1 Pengetahuan

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Pengetahuan Mahasiswi dengan Pra Menstruasi Sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru**

No	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase
1	Baik	34	49,3%
2	Cukup	28	40,6%
3	Kurang	7	10,1%
<b>Total</b>		<b>69</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 2 dapat dilihat bahwa mayoritas responden pengetahuan baik tentang Pra Menstruasi Sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru sebanyak 34 orang (49,3%).

### 2.2 Sikap

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Sikap Mahasiswi tentang Pra Menstruasi Sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru**

No	Sikap	Frekuensi	Persentase
1	Negatif	48	69,6%
2	Positif	21	30,4%
<b>Total</b>		<b>69</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 3 dapat dilihat bahwa mayoritas responden di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru bersikap negatif sebanyak 48 orang (69,6%).

## 2.3 Pra Menstruasi Sindrom

**Tabel 4. Hubungan Frekuensi Responden Berdasarkan Kategori Pra Menstruasi Sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru**

No	Pra Menstruasi Sindrom	Frekuensi	Persentase
1	Mengalami	41	59,4%
2	Tidak mengalami	28	40,6%
<b>Total</b>		<b>69</b>	<b>100%</b>

Sumber: Data Primer

Berdasarkan tabel 4 dapat dilihat bahwa mayoritas responden di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru mengalami Pra Menstruasi Sindrom sebanyak 41 orang (59,4%).

## 3. Analisa Bivariat

### 3.1 Hubungan Pengetahuan dengan Pra Menstruasi Sindrom

**Tabel 5. Hubungan Pengetahuan Mahasiswi dengan Pra Menstruasi Sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru**

Pengetahuan	PMS				total	P value
	Tidak mengalami		mengalami			
	n	%	N	%		
Baik	18	59,9	16	47,1	34	49,3
Cukup	4	14,3	24	85,7	28	40,6
Kurang	6	85,7	1	14,3	7	10,1
<b>Total</b>	<b>28</b>	<b>40,6</b>	<b>41</b>	<b>59,4</b>	<b>69</b>	<b>100</b>

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil uji chi square diperoleh p value 0,000 yang berarti bahwa terdapat hubungan yang

bermakna antara pengetahuan mahasiswi dengan pra menstruasi sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru.

### 3.2 Hubungan Sikap dengan Pra Menstruasi Sindrom

**Tabel 6. Hubungan Sikap Mahasiswi dengan Pra Menstruasi Sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru**

Sikap	PMS				Total	OR	P value
	Tidak mengalami		mengalami				
	n	%	n	%			
Negatif	24	50,2	24	50	48	69,6	69 0,032
Positif	4	19	17	81	21	30,4	
<b>total</b>	<b>28</b>	<b>40,6</b>	<b>41</b>	<b>37,7</b>	<b>59</b>	<b>100</b>	

Sumber: Data Primer

Berdasarkan hasil uji *chi square* di peroleh *p value* 0,032 yang berarti ada hubungan yang bermakna antara sikap mahasiswi terhadap pra menstruasi sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru.

## 4. Pembahasan

### 4.1 Hubungan Pengetahuan Mahasiswi dengan Pra Menstruasi Sindrom

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru Provinsi Riau didapatkan bahwa pengetahuan mahasiswi dengan PMS pada 69 orang responden bahwa mayoritas responden tidak mengetahui tentang PMS di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru Provinsi Riau sebanyak 35 orang (50,7%).

Responden yang tidak tahu berjumlah 35 responden dimana terdapat 4 orang (14,3%) yang pengetahuan cukup dan tidak mengalami pra menstruasi sindrom dan terdapat 24 orang (85,7%) responden pengetahuan cukup dan mengalami pra menstruasi sindrom. Pengetahuan kurang berjumlah 7 di mana terdapat 1 (16,7%) yang

pengetahuan kurang dan mengalami pra menstruasi sindrom dan terdapat 5 (83,3%) orang pengetahuan kurang dan tidak mengalami pra menstruasi sindrom. Responden yang berpengetahuan baik berjumlah 34 orang responden dimana terdapat 18 (59,9%) yang berpengetahuan baik dan tidak mengalami pra menstruasi sindrom sebanyak 16 (47,1%) responden yang berpengetahuan baik dan mengalami pra menstruasi sindrom. Berdasarkan Analisa uji *chi square* didapatkan nilai *p value* 0,000 yang artinya  $p < 0,05$  terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan Mahasiswi dengan PMS.

Menurut (Soekidjo Notoadmojo, 2010), bahwa pendidikan merupakan faktor yang memengaruhi pengetahuan seseorang karena dapat menimbulkan seseorang untuk menerima ide-ide atau teknologi baru. Semakin tinggi pendidikan umumnya akses terhadap berbagai informasi termasuk informasi kesehatan semakin baik sehingga responden yang berpendidikan tinggi akan lebih mudah menerima informasi dan lebih mudah menerapkan dalam kehidupan. Selain itu, cara untuk memperoleh pengetahuan salah satunya adalah berdasarkan pengalaman pribadi yang diperoleh, dapat digunakan sebagai upaya memperoleh pengetahuan dengan cara mengulang kembali pengalaman yang pernah diperoleh dalam memecahkan permasalahan yang dihadapi. Pengetahuan atau koqnitif (kepercayaan) merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (Wawan & Dewi, 2010)

Menurut asumsi peneliti, baiknya pengetahuan mahasiswi dikarenakan pemahaman mahasiswi yang baik dan materi penyampaian dari dosen yang mampu membuat mahasiswi paham. Selain itu mahasiswi yang pengetahuan baik belum tentu sikap mahasiswi baik

dalam penanganan tanda dan gejala pra menstruasi sindrom, karena mahasiswi yang berpengetahuan kurang juga dapat mempunyai sikap yang baik dalam menangani tanda dan gejala pra menstruasi sindrom. Mahasiswi yang rata-rata umurnya paling banyak 18-21 tahun, teori ini sesuai dengan teori Notoadmodjo (2012) yang mengatakan bahwa “semakin tinggi umur seseorang, semakin banyak pengetahuan”, ini terlihat pada hasil penelitian ternyata umur rata-rata 18-21 tahun (lebih tua) mempunyai pengetahuan yang baik tentang pra menstruasi sindrom sebagai deteksi dini tanda dan gejala pra menstruasi sindrom.

#### 4.2 Hubungan Sikap Mahasiswi dengan Pra Menstruasi Sindrom

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru didapatkan bahwa terdapat 21 responden yang bersikap positif dimana terdapat 17 (81,0%) responden bersikap positif dan mengalami PMS dan 4 (19,0%) responden yang bersikap positif dan tidak mengalami PMS. Sedangkan responden yang bersikap negatif berjumlah 48 responden yaitu terdapat 24 (50,0%) yang bersikap negatif dan mengalami PMS dan 24 (50,0%) responden bersikap negatif dan tidak mengalami PMS.

Berdasarkan hasil uji *chi square* di peroleh p value 0,032 yang berarti bahwa ada hubungan yang bermakna antara sikap mahasiswi dengan PMS di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru.

Sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau objek. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku (Soekidjo Notoadmojo, 2010).

Menurut asumsi peneliti, sikap mahasiswi dengan PMS sebagai deteksi dini gejala dan penanganan PMS masih sangat kurang, ini dikarenakan kurangnya pemahaman mahasiswi dalam menangani tanda dan gejala pra menstruasi sindrom serta kurangnya kepedulian mahasiswi dengan gejala pra menstruasi sindrom. Pengaruhnya sikap mahasiswi yang negatif dikarenakan mereka yang paham dengan kumpulan gejala dan tanda pra menstruasi sindrom tetapi mereka tidak dapat mengaplikasikannya di kehidupan sehari-hari sehingga mereka tetap saja mengalami gejala pra menstruasi sindrom. Selain itu faktor yang memengaruhi sikap mahasiswi yaitu faktor ketidakpedulian mahasiswi sendiri dalam mencari informasi untuk menangani gejala pra menstruasi sindrom, seperti faktor kesibukan merupakan salah satu faktor penyebab mahasiswi tidak dapat konsultasi kepada tenaga kesehatan untuk mengetahui tanda dan gejala pra menstruasi sindrom serta cara penganganannya. Analisa mahasiswi cenderung mengabaikan tanda dan gejala pra menstruasi sindrom, karena ketidakpeduliannya dengan demikian mereka tetap saja mengalami gejala pra menstruasi sindrom ketika menjelang menstruasi. Berdasarkan hasil penelitian ternyata sikap yang begitu negatif begitu berpengaruh terhadap pra menstruasi sindrom sebagai deteksi dini tanda dan gejala pra menstruasi sindrom.

#### SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru Tahun dapat diambil kesimpulan sekaligus menjawab tujuan umum dan khusus sebagai berikut:

1. Mayoritas responden memiliki tidak mengetahui tentang tanda dan gejala pra menstruasi sindrom di Akademi

- Kebidanan Helvetia sebanyak 35 orang (50,7%).
2. Mayoritas responden di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru bersikap negatif sebanyak 48 orang (69,6%)
  3. Terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan mahasiswi terhadap pra menstruasi sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru dengan nilai p value 0,000.
  4. Terdapat hubungan yang bermakna antara sikap mahasiswi terhadap pra menstruasi sindrom di Akademi Kebidanan Helvetia Pekanbaru dengan nilai p value 0,032.

*dan Perilaku Manusia*. Nuha Medika.

Bethsaida, Herri. *Pendidikan psikologi untuk bidan*. Yogyakarta: Andi Offset; 2013. hml.317-318

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Andrew G. (2013). *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita*. Buku Kedokteran EGC.
- Ellya E, dkk. (2010). *Kesehatan Reproduksi Wanita*. CV. Trans Info Medika.
- Kusmiran. (2011). *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Salemba Medika.
- Lumongga N. (2013). *Psikologi kespro wanita dan perkembangan reproduksi*. Kencana Prenada Media Group.
- Sarwono. (2011). *Ilmu Kandungan* (3rd ed.). PT. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Soekidjo Notoadmojo. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Perpustakaan Nasional RI: Katalog Dalam Terbitan (KDT).
- Sugiono. (2019). *Metode Penelitian Pendidikan*. ALFA BETA.
- Taufan Bobby. (2014). *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Nuha Medika.
- Wawan, & Dewi. (2010). *Teori dan Pengukuran Pengetahuan, Sikap,*