

ABSTRAK

FAKTOR DOMINAN KEJADIAN *PREMENSTRUAL SYNDROME* PADA REMAJA PUTRI DI SMK 17 AGUSTUS 1945 SURABAYA

Oleh : Shafa Angelica Octaviasari

Premenstrual syndrome adalah gejala - gejala yang banyak dirasakan oleh remaja seminggu sebelum menstruasi hingga hari ketiga menstruasi. Gejala yang ditimbulkan dari kejadian PMS, yaitu gejala secara fisik dan gejala secara psikis. Banyak faktor yang dapat mempengaruhi kejadian *premenstrual syndrome* pada remaja putri. Tingkat keparahan gejala *premenstrual syndrome* yang dialami dapat berbeda diantara masing – masing siklus menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah mengetahui faktor dominan kejadian *premenstrual syndrome* pada remaja putri di SMK 17 Agustus 1945 Surabaya. Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel pada penelitian ini yaitu 96 orang dengan menggunakan teknik *purposive sampling*. Pengumpulan data dilakukan dengan cara mengisi kuisioner melalui google form kemudian data dianalisis menggunakan analisis univariat. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa hampir seluruh remaja putri mengalami *premenstrual syndrome*, sebagian besar remaja putri mengalami *menarche* pada usia normal, hampir seluruh remaja putri melakukan aktivitas fisik kategori sedang, sebagian besar remaja putri memiliki status gizi kategori gemuk ringan, dan hampir seluruh remaja putri mengalami stres kategori sedang. Pada penelitian ini, faktor stres menjadi faktor dominan yang mempengaruhi kejadian *premenstrual syndrome* pada remaja putri di SMK 17 Agustus 1945 Surabaya. Diharapkan remaja putri di SMK 17 Agustus 1945 Surabaya dapat memperbanyak aktivitas fisik sehingga tingkat stres dapat menurun guna mengurangi resiko *premenstrual syndrome* dan mengetahui penanganan *premenstrual syndrome* baik secara farmakologis maupun non farmakologis. Selain itu, perlunya diadakan pendidikan kesehatan tentang *premenstrual syndrome* pada remaja putri agar dapat melakukan penanganan secara individu saat mengalami *premenstrual syndrome*.

Kata Kunci : Faktor Dominan, *Premenstrual Syndrome*

ABSTRACT

DOMINANT FACTORS OF PREMENSTRUAL SYNDROME IN YOUNG WOMEN AT SMK 17 AUGUST 1945 SURABAYA

By : Shafa Angelica Octaviasari

Premenstrual syndrome is a symptom that many adolescents feel a week before menstruation to the third day of menstruation. Symptoms caused by PMS events, namely physical symptoms and psychological symptoms. Many factors can influence the incidence of premenstrual syndrome in adolescent girls. The severity of premenstrual syndrome symptoms experienced can differ between each menstrual cycle. The purpose of this study was to determine the dominant factor of the incidence of premenstrual syndrome in adolescent girls at SMK August 17, 1945 Surabaya. This type of research uses descriptive research methods with a cross sectional approach. The sample size in this study was 96 people using purposive sampling techniques. Data collection was carried out by filling out questionnaires through google form then the data was analyzed using univariate analysis. The results of this study showed that almost all adolescent girls experienced premenstrual syndrome, most adolescent girls experienced menarche at normal age, almost all adolescent girls did moderate category physical activity, most adolescent girls had nutritional status in the light fat category, and almost all adolescent girls experienced moderate category stress. In this study, stress factors became the dominant factor influencing the incidence of premenstrual syndrome in adolescent girls at SMK August 17, 1945 Surabaya. It is hoped that young women at SMK August 17, 1945 Surabaya can increase physical activity so that stress levels can decrease in order to reduce the risk of premenstrual syndrome and know the treatment of premenstrual syndrome both pharmacologically and non-pharmacologically. In addition, it is necessary to hold health education about premenstrual syndrome in adolescent girls in order to be able to handle individually when experiencing premenstrual syndrome.

Keywords : Dominant Factor, Premenstrual Syndrome