

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DENGAN SIKAP MENGATASI
PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI KELAS VII PESANTREN
DAARUL MUTTAQIEN 2 KABUPATEN
TANGERANG**

Kurnia Widyaningrum^{1*}, Sayuti ², Zahrah Maulidia Septimar³

Program Studi Ilmu Keperawatan, Universitas Yatsi Madani (UYM),

Jl. Aria Santika No.40A Bugel, Margasari, Karawaci Kota Tangerang

Email : kurniawidya952@gmail.com, wigu_na@yahoo.com, zahrahmaulidia85@gmail.com

ABSTRAK

Pendahuluan: *Premenstrual syndrome* merupakan kumpulan dari beberapa gejala fisik, psikologis, dan emosi terkait dengan siklus menstruasi. Di Indonesia, angka kejadian *Premenstrual syndrome* (PMS) pada wanita usia subur diperkirakan mencapai 70-90%. Menurut Dinkes Kabupaten Tangerang tahun 2017 data ditingkat Propinsi Banten tahun 2017 remaja perempuan di Tangerang mengalami periode menstruasi atau haid sekitar 40%. **Tujuan:** Untuk mengetahui Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Mengatasi *Premenstrual Syndrome* (PMS) Pada Remaja Putri Kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang. **Metode:** penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan secara potong lintang (*cross sectional*). penelitian ini telah dilakukan di Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang pada 30 Mei 2024. **Teknik Sampel:** sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *total sampling* yang artinya seluruh populasi dijadikan sampel, jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 132 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner skala *guttman* dan *likert*. **Analisis Data:** Analisis data menggunakan uji *Spearman's Rho*. **Hasil Penelitian:** Berdasarkan hasil penelitian yang diperoleh dengan menggunakan teknik *Spearman's Rho* didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap mengatasi *premenstrual syndrome* dengan nilai *p-value* $0,000 < 0,05$ dengan nilai korelasi 0,585 maka H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga terdapat hubungan yang searah antara tingkat pengetahuan dengan sikap siswi mengatasi *Premenstrual Syndrome*. Hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap siswi mengatasi *premenstrual syndrome* dalam korelasi sedang. **Kesimpulan:** Adanya hubungan yang signifikan antara hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap mengatasi *premenstrual syndrome*.

Kata kunci: Tingkat Pengetahuan, Sikap Mengatasi *Premenstrual Syndrome*

ABSTRAK

Introduction: *Premenstrual syndrome* is a collection of several physical, psychological, and emotional symptoms related to the menstrual cycle. In Indonesia, the incidence of *Premenstrual Syndrome* (PMS) in women of childbearing age is estimated to reach 70-90%. According to the Tangerang Regency Health Office in 2017, data at the Banten Province level in 2017 adolescent girls in Tangerang experienced a menstrual period or menstruation of

Received: Agustus 2024

Reviewed: Agustus 2024

Published: Agustus 2024

Plagiarism Checker No 234

Prefix DOI : Prefix DOI :

10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author

Publish by : Nutricia



This work is licensed under
a [Creative Commons
Attribution-NonCommercial 4.0
International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/)

around 40%. **Objective:** Determine the relationship between the level of knowledge and attitudes in overcoming premenstrual syndrome (PMS) in adolescent girls in grade VII of the Daarul Muttaqien 2 Islamic Boarding School, Tangerang Regency. **Method:** This study is a quantitative study with a cross-sectional approach. This study was conducted at the Daarul Muttaqien 2 Islamic Boarding School, Tangerang Regency on May 30, 2024. **Sample Technique:** The sample in this study used the total sampling technique, which means that the entire population was used as a sample, the number of samples in this study was 132 respondents. Data collection using guttman and likert scale questionnaires. **Data Analysis:** Data analysis using the Spearman's Rho test. **Research Results:** Based on the research results obtained using the Spearman's Rho technique, it was found that there was a significant relationship between the relationship between the level of knowledge and the attitude of overcoming premenstrual syndrome with a p-value of $0.000 < 0.05$ with a correlation value of 0.585, then H_0 was rejected and H_1 was accepted, so that there was a unidirectional relationship between the level of knowledge and the attitude of female students overcoming Premenstrual Syndrome. The relationship between the level of knowledge and the attitude of female students overcoming premenstrual syndrome in a moderate correlation. **Conclusion:** There is a significant relationship between the relationship between the level of knowledge and the attitude of overcoming premenstrual syndrome. **Keywords:** Level of Knowledge, Attitude to Overcome Premenstrual Syndrome

Pendahuluan

Secara etimologi, remaja berarti “tumbuh menjadi dewasa”. Definisi remaja (*adolescence*) menurut organisasi kesehatan dunia (WHO) yaitu periode usia antara 10–19 tahun, sedangkan menurut Perserikatan Bangsa Bangsa (PBB) menyebut kaum muda (*youth*) untuk usia antara 15 tahun sampai dengan usia 24 tahun. Sementara itu, menurut *The Health Resources dan Services Administrations Guidelines* Amerika Serikat, rentang usia, remaja adalah 11–21 tahun dan terbagi menjadi tiga tahap, yakni remaja awal (11–14 tahun); remaja menengah (15–17 tahun); dan remaja akhir (18–21 tahun). Definisi ini kemudian disatukan dalam *terminology* kaum muda (*young people*) (Rosyida, 2019).

Premenstrual syndrome merupakan kumpulan dari beberapa gejala fisik, psikologis dan emosi terkait dengan siklus menstruasi. Sedangkan gejala-gejala seperti mudah tersinggung, mudah marah, depresi, mudah sedih, cengeng, cemas, susah konsentrasi, bingung, sulit istirahat dan merasa kesepian masuk ke dalam *psychologic symptoms*. Secara fisik timbul gejala sakit kepala, payudara membesar serta teraba keras, nyeri punggung, nyeri perut dan rasa penuh, bengkak pada kaki dan tangan, mual, nyeri otot dan persendian, Dickerson menyebutnya sebagai *physical symptoms*. Sekitar 80 sampai 95% perempuan antara 16–45 tahun yang mengalami gejala-gejala premenstruasi yang bisa mengganggu. Gejala tersebut biasanya terjadi secara berulang 7 sampai dengan 14 hari sebelum menstruasi dan akan menghilang pada saat menstruasi dimulai hingga beberapa hari setelah menstruasi. Kebanyakan remaja di usia reproduktif mengalami gejala *premenstrual syndrome* (PMS) seperti gelisah, kelelahan, tingkat konsentrasi menurun, nyeri pada perut, terjadi pembengkakan dan rasa tidak nyaman di bagian payudara, depresi, iritabilitas emosional dan tingkah laku (Shaniya et al., 2023).

Penyebab pasti *premenstrual syndrome* (PMS) belum diketahui. PMS dikaitkan dengan berbagai faktor psikologis, sosio-demografis (usia, wilayah tempat tinggal, status perkawinan). Faktor pola makan dan gaya hidup dapat menyebabkan sindrom ini termasuk kebiasaan seperti merokok, konsumsi alkohol, minuman berkafein, olahraga dan pola makan kaya lemak. Faktor lainnya antara lain pendapatan orang tua, aktif secara seksual, siklus menstruasi yang panjang dan usia menarche (Upadhyay et al., 2023).

Premenstrual syndrome (PMS) adalah salah satu gangguan menstruasi yang umum terjadi dan menyerang banyak wanita muda. Menurut survei epidemiologi, 75% wanita usia subur di seluruh dunia menderita gejala PMS dan 3–8% menderita gejala PMS yang parah. Prevalensi PMS ditemukan berbeda di berbagai negara, China ditemukan 34%, 71%, Turkey 80%, Pakistan 92%, Yordania dan India kisaran 14,3%–74,4% merupakan perkiraan prevalensi PMS yang dilaporkan (Upadhyay et al., 2023). Di Amerika PMS mencapai 70–90%, Swedia sekitar 61–85%, Maroko 51,2%, Australia 85%, Taiwan 73% dan Jepang 95% (Yunitasari et al., 2023).

Premenstrual syndrome (PMS) merupakan salah satu masalah kesehatan umum yang sering dilaporkan oleh wanita. Data dari *World Health Organization* (WHO) menyebutkan bahwa 38,45% wanita di dunia mengalami permasalahan pada gangguan *premenstrual syndrome* (PMS). Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada 3000 wanita oleh *Archives of Internal Medicine* didapatkan bahwa 90% dari wanita mengalami gejala *premenstrual syndrome* (PMS) sebelum fase menstruasi dan umumnya terjadi pada wanita usia 14–50 tahun dengan gejala yang bervariasi dan berubah-ubah pada tiap wanita dari bulan ke bulan. Sementara di Indonesia angka kejadian PMS mencapai 70–90% dari seluruh populasi wanita usia reproduksi (Pridynabilah, 2023).

Di Indonesia, angka kejadian *premenstrual syndrome* (PMS) pada wanita usia subur diperkirakan mencapai 70-90%, sementara ditemukan bahwa sekitar 2-10% dari mereka mengalami gejala PMS yang parah, sedangkan pada pelajar SMA di Indonesia, didapatkan bahwa *premenstrual syndrome* (PMS) merupakan yang paling banyak dialami (75,8%) dari berbagai jenis gangguan menstruasi (Sari & Priyanto, 2018).

Menurut Dinkes Kabupaten Tangerang tahun 2017 data ditingkat Propinsi Banten tahun 2017 remaja perempuan di Tangerang mengalami periode menstruasi atau haid sekitar 40% dari wanita-wanita usia yang produktif mengalami gejala-gejala *premenstrual* cukup untuk mempengaruhi mereka sehari-hari sampai taraf tertentu, dan sebanyak 3-5% yang mengalami nyeri menstruasi cukup ringan. Sebanyak 20–40% wanita usia produktif mengalami beberapa gejala *premenstrual syndrome* (PMS) cukup berat, dan sebesar 5% bersifat sangat berat yang sangat mengganggu kehidupan mereka (Aulya et al., 2019).

Berdasarkan pengamatan peneliti yang dilakukan tanggal 25 April 2024 pada saat kelokasi Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang, di tempat penelitian tersebut terdapat objek penelitian yang sesuai dengan penelitian yang peneliti ambil, masih adanya keluhan dari siswi putri pada saat menjelang menstruasi, mengeluh kesakitan seperti nyeri pada bagian perut, nyeri punggung, nyeri pada payudara, adanya perubahan *mood*, sehingga lokasi penelitian tersebut sudah cukup mewakili kriteria untuk dilakukan pengambilan sampel, dan hasil wawancara dengan salah guru di Pesantren Daarul Muttaqien 2 tidak ada fasilitas kesehatan yang memadai dan para siswi belum pernah mendapatkan edukasi terkait *premenstrual syndrome* (PMS). Sehingga peneliti tertarik mengetahui lebih lanjut tentang “Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dalam Mengatasi *Premenstrual Syndrome* (PMS) Pada Remaja Putri Kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang”.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan secara potong lintang (*cross sectional*). Dalam penelitian ini terdapat variable bebas (tingkat pengetahuan) variable tetap atau dependen (sikap mengatasi *premenstrual syndrome*). Penelitian ini dilakukan di

Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang. Pada penelitian ini metode untuk pengambilan sample menggunakan *probability sampling* yaitu teknik pengambilan sample dimana setiap anggota populasi memiliki kesempatan yang sama untuk dipilih menjadi sample. Teknik pengambilan sample yang dilakukan pada penelitian ini adalah *total sampling*. Metode *total sampling* adalah metode pengambilan sampel yang jumlah sampelnya sama dengan jumlah populasi. Maka sampel yang di ambil dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang sejumlah 132 siswi, sedangkan pengolahan data dilakukan dengan uji statistic *Spearman's Rho*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Analisis Univariat

Hasil penelitian pada analisa univariat ini diuraikan dengan menampilkan hasil analisis univariat terhadap distribusi frekuensi variabel yang diamati yaitu variabel independen (tingkat pengetahuan) dan variabel dependen (sikap mengatasi *premenstrual syndrome*).

a. Distribusi Frekuensi Tingkat Pengetahuan

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Kurang	32	24,2%
Cukup	64	48,5%
Baik	36	27,3%
Total	132	100%

Berdasarkan tabel tersebut diketahui nilai tingkat pengetahuan dengan kategori baik 36 (27,3%), siswi dengan tingkat pengetahuan kategori cukup 64 (48,5%) dan siswi dengan tingkat pengetahuan kategori kurang 32 (24,2%). Hasil data mengenai tingkat pengetahuan dikumpulkan dari keseluruhan responden yaitu 132 siswi kelas VII, secara kuantitatif menunjukkan rata-rata skor yang diperoleh siswi adalah kategori cukup.

Dalam penelitian ini responden termasuk kedalam kategori cukup tentang tingkat pengetahuan tentang *premenstrual syndrome*. Hal ini disebabkan oleh kurangnya informasi yang diperoleh dari lingkungan sekitar dan juga media massa yang tidak maksimal dalam memperoleh informasi. Hal ini sejalan dengan dengan pendapat (Nursaroh, 2020) bahwa pembekalan pengetahuan remaja tentang perubahan yang terjadi secara fisik, kejiwaan dan kematangan seksual akan memudahkan remaja untuk memahami serta mengatasi berbagai keadaan yang membingungkan. Dengan bekal pengetahuan yang baik, seorang remaja putri dapat memutuskan suatu hal dengan tepat dalam menghadapi *premenstrual syndrome*, dan dapat melakukan langkah-langkah atau upaya untuk mengatasi syndrome premenstruasi tersebut. Pengetahuan seseorang dapat diperoleh dari pengalaman pribadi dan pihak lain, seperti orang tua, guru, teman, buku dan media komunikasi lainnya.

Dari hasil penelitian ini, peneliti berpendapat bahwa pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* dan pola siklus menstruasi wajib dimiliki seorang remaja putri. Dengan mengetahui pengetahuan *premenstrual syndrome* dan pola siklus menstruasi, hal tersebut dapat membuat remaja putri dapat mempersiapkan langkah-langkah antisipasi dalam menghadapi gejala-gejala *premenstrual syndrome*, dan dalam penelitian ini peneliti menyarankan meningkatkan penyuluhan kesehatan reproduksi khususnya tentang *premenstrual syndrome* pada remaja putri, sehingga remaja putri dapat memiliki bekal pengetahuan yang memadai dalam menghadapi *premenstrual syndrome*.

b. Distribusi Frekuensi Sikap Siswi Mengatasi Premenstrual Syndrome

Karakteristik	Frekuensi	Presentase
Kurang (Negatif)	36	27,3%

Cukup (Netral)	79	59,8%
Baik (Positif)	17	12,9%
Total	132	100%

Berdasarkan tabel tersebut diketahui dari 132 responden bahwa sikap siswi dengan kategori nilai kurang atau negatif sebanyak 36 (27,3%), siswi dengan nilai kategori cukup atau netral sebanyak 79 (59,8%), dan siswi dengan kategori nilai baik atau positif sebanyak 17 (12,9%). Dapat disimpulkan bahwa sikap mengatasi *premenstrual syndrome* (PMS) pada remaja putri kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang sebagian besar dalam kategori cukup atau netral yaitu sebanyak 79 siswi (59,8%).

Sikap remaja yang positif terhadap *premenstrual syndrom* menunjukkan bahwa remaja tersebut memiliki sikap yang mendukung dan mampu melakukan penanganan dini serta pencegahan dini terhadap *premenstrual syndrom*. Sikap cukup berarti remaja memiliki kesiapan mental yang memadai untuk merespons *premenstrual syndrome* dengan cara yang tepat, meskipun mungkin belum sepenuhnya optimal. Sikap negatif yang dimiliki remaja mengenai *premenstrual syndrom* artinya mereka tidak mampu melakukan penanganan dan pencegahan, seperti tidak pernah melakukan olah raga sebelum menstruasi, tidak memperdulikan keluhan yang timbul sebelum menstruasi karena remaja menganggap hal tersebut adalah hal yang biasa.

Berdasarkan hasil penelitian mengenai sikap siswi mengatasi *premenstrual syndrome* pada kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang yaitu sebanyak 79 siswi (27,3%) dalam penelitian ini memiliki sikap mengatasi *premenstrual syndrome* yang cukup. Artinya hanya sebagian siswi yang cukup memiliki sikap mengatasi *premenstrual syndrome* dengan melakukan penanganan yang benar pada saat mengalami *premenstrual syndrome* seperti kebanyakan siswi lebih memilih tidur atau istirahat pada saat nyeri menstruasi, mengompres dengan air hangat untuk meredakan nyeri.

Dari hasil penelitian ini, peneliti berpendapat sekolah dapat meningkatkan sikap siswi dengan memberikan edukasi, penyuluhan terkait *premenstrual syndrome*. Dengan memberikan informasi yang jelas tentang *premenstrual syndrome* kepada para remaja putri maka dapat meningkatkan pengetahuan sehingga diharapkan dapat terbentuk adanya upaya atau sikap siswi dalam mengatasi *premenstrual syndrome*.

2. Analisa Bivariat

a. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Mengatasi Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Remaja Putri Kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang

Sikap Mengatasi PMS							
Tingkat Pengetahuan	Kurang (Negatif)		Cukup (Netral)		Baik (Positif)		<i>p-value</i>
	N	%	N	%	N	%	
Kurang	20	62,5%	12	37,5%	0	0,0%	0,000
Cukup	14	21,9%	49	76,6%	1	1,6%	
Baik	2	5,6%	18	50,0%	16	44,4%	
Total	36	27,3%	79	59,8%	17	12,9%	

Berdasarkan hasil penelitian dan temuan-temuan di lapangan yang dilakukan di Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang kepada 132 siswi dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap mengatasi *premenstrual syndrome* (PMS) pada remaja putri kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,000 yang

memiliki korelasi sebesar 0,585, artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga terdapat hubungan yang searah antara tingkat pengetahuan dengan sikap siswi mengatasi *Premenstrual Syndrome*. Hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap siswi mengatasi *premenstrual syndrome* dalam korelasi sedang.

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Adeyana & Ningsih, 2023) yang berjudul "Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja Putri dalam Menghadapi Syndrom Premenstruasi di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang". Berdasarkan Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan kurang baik, hampir seluruhnya memiliki sikap negatif dalam menghadapi syndrome premenstruasi (80%). Kemudian dari remaja putri dengan pengetahuan cukup, hampir sebagian besar juga memiliki sikap negatif dalam menghadapi *premenstrual syndrome* (52,4%). Sedangkan dari remaja putri dengan pengetahuan baik, mayoritas memiliki sikap positif dalam menghadapi syndrome premenstruasi (71,9%). Hasil penelitian tersebut menggambarkan bahwa semakin baik pengetahuan yang dimiliki remaja putri, semakin positif juga sikap yang dimilikinya. Hasil uji statistik diperoleh p value = 0,040, pada $\alpha = 0,05$ ($p < \alpha$), maka dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap dalam menghadapi *premenstrual syndrome* pada remaja putri di SMAN 1 Kopo Kabupaten Serang Tahun 2023.

Menurut pendapat peneliti pengetahuan sangat berpengaruh upaya remaja putri dalam menghadapi *premenstrual syndrome*. Pengetahuan dapat dipengaruhi berbagai faktor, salah satunya adalah pendidikan. Pendidikan seseorang mempengaruhi cara pandanganya terhadap diri dan lingkungan. Oleh karena itu akan berbeda orang yang berpendidikan tinggi dibanding yang berpendidikan rendah dalam menyikapi cara pencegahan dan penanganan *premenstrual syndrome*. Siswi yang mempunyai tingkat pengetahuan baik tentang menstruasi akan memiliki pemahaman yang baik sehingga dapat menangani masalah menstruasi termasuk *premenstrual syndrome* dengan benar. Tetapi siswi yang berpengetahuan kurang tentang menstruasi akan memiliki pemahaman yang kurang baik sehingga sikap dalam menghadapi *premenstrual syndrome* akan negative, pengetahuan tentang *premenstrual syndrome* yang kurang dapat disebabkan karena informasi yang diterima siswi belum maksimal. Pengetahuan tentang menstruasi dan siklus menstruasi akan membantu dalam memperkirakan siklus menstruasi yang akan datang, sehingga remaja dapat melakukan persiapan yang baik sehingga sikap dalam menghadapi *premenstrual syndrome* menjadi positif.

KESIMPULAN

Berdasarkan penjelasan pada pembahasan hasil penelitian mengenai "Hubungan Tingkat Pengetahuan dengan Sikap Mengatasi *Premenstruasi Syndrome* (PMS) Pada Remaja Putri Kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang". Maka diperoleh kesimpulan sebagai berikut :

1. Tingkat pengetahuan siswi mengenai *premenstrual syndrome* dengan kategori nilai tingkat pengetahuan kurang sebanyak 32 (24,2%), siswi dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 64 (48,5%), dan siswi dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 36 (27,3%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswi kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang termasuk dalam kategori cukup yaitu sebanyak 64 siswi dengan presentase 48,5%.
2. Tingkat pengetahuan siswi mengenai *premenstrual syndrome* dengan kategori nilai tingkat pengetahuan kurang sebanyak 32 (24,2%), siswi dengan tingkat pengetahuan cukup sebanyak 64 (48,5%), dan siswi dengan tingkat pengetahuan baik sebanyak 36 (27,3%). Dapat disimpulkan bahwa tingkat pengetahuan siswi kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang termasuk dalam kategori cukup yaitu sebanyak 64 siswi dengan presentase 48,5%.
3. Sikap siswi mengatasi *premenstrual syndrome* dengan kategori nilai kurang sebanyak 36 (27,3%), siswi dengan nilai kategori cukup sebanyak 79 (59,8%), dan siswi dengan kategori nilai baik sebanyak 17 (12,9%). Dapat disimpulkan bahwa sikap siswi kelas VII Pesantren

Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang sebagian besar dalam kategori cukup yaitu sebanyak 79 siswi (59,8%).

4. Berdasarkan hasil penelitian dan temuan-temuan di lapangan yang dilakukan di Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang kepada 132 siswi dapat diketahui bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dengan sikap mengatasi *premenstrual syndrome* (PMS) pada remaja putri kelas VII Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang. Hal ini dapat dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0,000 yang memiliki korelasi sebesar 0,585, artinya H_0 ditolak dan H_1 diterima, sehingga terdapat hubungan yang searah antara tingkat pengetahuan dengan sikap siswi mengatasi *Premenstrual Syndrome*. Hubungan tingkat pengetahuan dengan sikap siswi mengatasi *premenstrual syndrome* dalam korelasi sedang.

SARAN

1. Bagi Pesantren Daarul Muttaqien 2 Kabupaten Tangerang.
Hasil penelitian disarankan dapat memberikan kontribusi positif untuk meningkatkan mutu pendidikan, dan bagi pendidikan sebaiknya dilakukan penyuluhan *premenstrual syndrome* dengan bekerja sama pada pihak kesehatan seperti puskesmas untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam mengatasi *premenstrual syndrome*.
2. Bagi remaja putri.
Bagi remaja putri sebaiknya memperluas pengetahuan dengan mencari informasi dan referensi, serta bertanya kepada guru tentang *premenstrual syndrome*.
3. Bagi Universitas Yatsi Madani.
Hasil penelitian disarankan kepada Universitas Yatsi Madani (UYM) Tangerang agar memberikan edukasi kesehatan berupa penyuluhan *premenstrual syndrome* kesekolah-sekolah untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri dalam mengatasi *premenstrual syndrome*.
4. Bagi peneliti selanjutnya.
Hasil penelitian ini disarankan mampu menjadi referensi bagi peneliti selanjutnya dan dapat mengembangkan dengan salah satu variabel yang berbeda serta tempat penelitian yang berbeda.

DAFTAR PUSTAKA

- [1] .M, S. & A. S. S. (2021). *Psikologi Perkembangan*. Deepublish.
- [2] Adeyana, R., & Ningsih, S. S. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Syndrom Premenstruasi Di Sman 1 Kopo Kabupaten Serang. *Maheesa : Malahayati Health Student Journal*, 3(11), 3523–3533. <https://doi.org/10.33024/Maheesa.V3i11.11160>
- [3] Fibrianti, Mustika, E., & Dewi, R. (2023). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Dalam Menghadapi Pms (Premenstrual Syndrome) Di Sltp 03 Bayan. *Journal Transformation Of Mandalika*, 4(6), 267–275.
- [4] I Ketut Swarjana. (2022). *Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid- 19, Akses Layanan, Kesehatan - Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara, Mengukur Variabel, Dan Contoh Kuesioner* (R. Indra (Ed.)). Andi.
- [5] Jeanita Doli Tine Donsu. (2017). *Psikologi Keperawatan*. Pustaka Baru Press.
- [6] Nurlailis Saadah & Ida Resminawati. (2018). *Tumbuh Kembang Manusia*. Buku Kedokteran Egc.
- [7] Pridynabilah, A. (2023). Preventif: Jurnal Kesehatan Masyarakat Hubungan Premenstrual syndrome (PMS) Dengan Perilaku Makan Dan Asupan Energi Mahasiswa Gizi Universitas Airlangga. *Jurnal Fkm Untad*, 14, 112–123. <http://jurnal.fkm.untad.ac.id/index.php/Preventif>
- [8] Purwanti Ita. (2022). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Kecemasan Pada Remaja Putri Yang Mengalami Premenstrual Syndrome Di Rw 01 Desa Tegalarum Pati*.
- [9] Shaniya, Y., Budi Musthofa, S., & Tirta Husodo, B. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Terhadap Tingkat Kecemasan Saat Menghadapi Premenstrual Syndrome (Studi Pada Siswi Smp Dan Sma Di Sumatera Utara). *Media Kesehatan Masyarakat Indonesia*, 22(1), 69–75. <https://doi.org/10.14710/Mkmi.22.1.69-75>

- [10] Upadhyay, M., Mahishale, A., & Kari, A. (2023). Prevalence Of Premenstrual Syndrome In College Going Girls - A Cross Sectional Study. *Clinical Epidemiology And Global Health*, 20(January), 101234. <https://doi.org/10.1016/j.cegh.2023.101234>
- [11] Wiarsini, K. A. (2023). *Hubungan Kejadian Premenstrual syndrome (PMS) Dengan Sikap Remaja Putri Menghadapi Menstruasi Di Posyandu Remaja Wilayah Kerja Uptd Puskesmas Sukawati I.*
- [12] Widyah Setiyowati, Titik Kurniawati, & Mei Nursaroh. (2020). Hubungan Pengetahuan Premenstrual Syndrom Dengan Upaya Mengatasi Premenstrual Syndrom Pada Remaja Putri Di Rw 1 Desa Klunjukan, Kecamatan Sragi, Kabupaten Pekalongan. *Jurnal Ilmu Kebidanan Dan Kesehatan (Journal Of Midwifery Science And Health)*, 11(1), 25–30. <https://doi.org/10.52299/jks.V11i1.61>
- [13] Yunitasari, E., Kusuma, A., & Palupi, R. (2023). Hubungan Pengetahuan Dan Stres Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi Tingkat Akhir. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 8(2), 67. <https://doi.org/10.52822/jwk.V8i2.527>