

SHOFIA RACHMAN

NIM : 16153010035

Program Studi DIV Kebidanan

Dosen Pembimbing

Dian Eka Januriwasti.,S.SiT.,M.Kes

NIDN. 0711018701

**KAJIAN TYPE PREMENSTRUAL SYNDROM (PMS) DAN
TATALAKSANA MANDIRI PADA REMAJA
(SMKN 1 Bangkalan)**

ABSTRAK

Syndrom pramenstruasi merupakan kombinasi perubahan gejala psikologis dan fisik yang terjadi pada fase luteal menstruasi dan mereda hampir segera menjelang menstruasi. Berdasarkan studi pendahuluan yang di lakukan pada tanggal 17 dan 23 Oktober 2019 di SMAN 1 Bangkalan terdapat 10 siswi. Dari 10 siswi tersebut terdapat 7 siswi yang mengalami PMS dan siswi memiliki tingkat pengetahuan yang cukup. Tujuan penelitian yaitu mengetahui kajian Premenstrual Syndrom (PMS) dan tatalaksana mandiri pada remaja di SMAN 1 Bangkalan dan SMKN 1 Bangkalan.

Metode yang digunakan adalah *deskriptif*, desain penelitian menggunakan *deskriptif*. Variabel dalam penelitian ini adalah premenstrual syndrom, tatalaksana mandiri pada remaja. Populasi adalah 27 siswi dengan sampel 27 responden menggunakan tehnik *Stratified Random Sampling*, media yang digunakan yaitu menggunakan lembar kuesioner. Penelitian ini sudah di uji etik oleh tim KEPK STIKes Ngudia Husada Madura.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa 59,3% siswi mengalami premenstrual syndrom type A dengan gejala rasa cemas, sensitif, saraf tegang, perasaan labil dan 63,0% siswi belum mengetahui tatalaksana mandiri.

Skripsi ini diharapkan dapat menjadi masukan untuk seluruh guru, untuk menyediakan konseling tentang kesehatan reproduksi dan memberikan materi penyuluhan kesehatan reproduksi untuk siswi dan berkolaborasi dengan tenaga kesehatan.

Kata Kunci :premenstrual syndrom, tatalaksana mandiri, remaja