

ABSTRAK

Ilmi Sasi Ramadhani¹, Hana Nafiah²

Gambaran Tingkat Kecemasan Dan *Premenstrual Syndrome* Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Sragi

Latar Belakang: Remaja yang mengalami *premenstrual syndrome* akan mengalami berbagai perubahan fisik maupun psikis. Salah satu gejala *premenstrual syndrome* adalah cemas, penyebab kecemasan yang muncul saat *premenstrual syndrome* adalah ketidakseimbangan hormon antara hormon estrogen dan progesteron dalam tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran kecemasan dan *premenstrual syndrome* pada remaja.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif. Teknik pengambilan sampel menggunakan *propotional stratified random sampling*. Sampel pada penelitian ini adalah 99 remaja awal di SMP Negeri 1 Sragi. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) untuk mengukur kecemasan pada remaja dan kuesioner *The Shortened Premenstrual Assessment Form* (SPAF) untuk mengukur gejala *premenstrual syndrome*. Analisa data yang digunakan adalah univariat, dimana data dianalisis dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan terdapat 19 responden (19,2%) remaja mengalami kecemasan berat dan berat sekali. *Premenstrual syndrome* lebih dari setengah responden mengalami *premenstrual syndrome* ringan dengan jumlah responden 66 (66,7%). Akan tetapi terdapat 26 responden (26,3%) mengalami *premenstrual syndrome* sedang.

Simpulan: Hampir 20% remaja mengalami kecemasan berat dan terdapat 26 responden (26,3%) mengalami *premenstrual syndrome* sedang. Tenaga kesehatan diharapkan memberikan mengenai cara mengelola kecemasan dan gejala fisik yang terkait dengan *premenstrual syndrome* dapat membantu remaja menghadapinya dengan lebih baik.

Kata Kunci: Kecemasan, *premenstrual syndrome*, remaja

Daftar Pustaka: 48 (2009-2024)

ABSTRACT

Ilmi Sasi Ramadhani¹, Hana Nafiah²

Description of Anxiety Levels and Premenstrual Syndrome in Adolescent Girls at Public Junior High School 1 of Sragi

Background: Teenagers who experience premenstrual syndrome will experience various physical and psychological changes. Anxiety is one of the symptoms of premenstrual syndrome, and it is caused by a hormonal imbalance in the body between the hormones estrogen and progesterone. The purpose of this study is to describe Anxiety level among teenager with premenstrual syndrome.

Method: This study is a descriptive study. A proportional stratified random sampling was used in this study. This study involved 99 teenagers of Public Junior High School 1 of Sragi. The Hamilton Anxiety Rating Scale (HARS) questionnaire was used to assess anxiety in adolescents, while the Shortened Premenstrual Assessment Form (SPAF) questionnaire was utilized to assess premenstrual syndrome symptoms. The data analysis used is univariate, where the data is analyzed in the form of mean, standard deviation, frequency and percentage.

Result: The result of this study showed that 19 teenagers (19.2%) reported severe or very severe anxiety. More than half of the respondents experienced mild premenstrual syndrome with the number of respondents being 66 (66.7%). However, there're 26 respondents (26,3) experienced moderate premenstrual syndrome.

Conclusion: Almost 20% of teenagers suffered severe anxiety, and 26 respondents (26.3%) had significant premenstrual syndrome. Health workers are supposed to provide information on how to manage anxiety and physical symptoms linked with premenstrual syndrome to assist adolescents in coping better.

Keywords: Anxiety, *premenstrual syndrome*, Adolescent

Bibliography: 48 (2009-2024).