

Hubungan Antara Peran Petugas Kesehatan, Sumber Informasi, dan Peran Teman Sebaya terhadap Perilaku Pencegahan Prementruasi Syndrome pada Remaja Putri Kelas X di SMK N 1 Malingping Tahun 2022

Faraditha Dwi Lestari¹, Ageng Septa Rini², Astrid Novita³

^{1,2,3}Universitas Indonesia Maju, Indonesia

*Email: faradhitadwilestari@yahoo.com, agengseptarini06@gmail.com, astridnh.by28@gmail.com

Abstrak

Premenstrual Syndrome sering dianggap masalah pada remaja putri karena ketidakmampuan untuk aktifitas, dan kegagalan dalam ujian sekolah, sehingga prestasi belajar mereka dapat turun akibat sulit berkonsentrasi, bahkan mereka juga dapat menjadi mudah marah atau menangis dibanding hari biasanya. Maka dari itu premenstrual syndrome sangat penting untuk lebih diperhatikan agar kita dapat memonitor kondisi fisiologis pada menstruasi tersebut di masa remaja. Tujuan dilakukan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan antara peran tenaga kesehatan, sumber informasi dan peran teman sebaya terhadap perilaku pencegahan premenstrual syndrome pada remaja putri di SMK N 1 Malingping tahun 2022. Penelitian ini menggunakan analitik observasional dengan rancangan study Cross Sectional. Dengan jumlah sampel sebanyak 75 orang, teknik pengambilan sampel dilakukan dengan simpel random sampling. Analisa data dilakukan dengan cara analisa univariat dan bivariat menggunakan uji Chi square. Ada hubungan antara peran tenaga kesehatan (P-value=0.000 dan OR=7.563), sumber informasi (P-value = 0.034 dan OR=3.077), dan peran teman sebaya (P-value=0.001 dan OR=6.027) terhadap perilaku pencegahan premenstrual syndrome pada remaja putri di SMK N 1 Malingping tahun 2022. Hubungan antara peran tenaga kesehatan, sumber informasi dan peran teman sebaya terhadap perilaku pencegahan premenstrual syndrome pada remaja putri di SMK N 1 Malingping tahun 2022. Bekerja sama dengan puskesmas maupun tenaga kesehatan setempat untuk memberikan edukasi mengenai kesehatan kepada remaja putri sehingga dapat memberikan bekal dan pengetahuan mengenai kesehatan dan dapat termotivasi melaksanakan perilaku kesehatan yang baik.

Kata Kunci : perilaku, pencegahan, *premenstrual syndrome*, remaja

Abstract

Premenstrual Syndrome is often considered a problem in young women because of their inability to participate in activities, and failure in school exams, so that their learning achievements can decrease due to difficulty concentrating, and they can even become more irritable or cry more easily than usual. Therefore, it is very important to pay more attention to premenstrual syndrome so that we can monitor the physiological conditions during menstruation during adolescence. The aim of this research was to determine the relationship between the role of health workers, sources of information and the role of peers on premenstrual syndrome prevention behavior in young women at SMK N 1 Malingping in 2022. This research used observational analytics with a cross sectional study design. With a sample size of 75 people, the sampling technique was carried out using simple random sampling. Data analysis was carried out by means of univariate and bivariate analysis using the Chi square test. There is a relationship between the role of health workers (P-value=0.000 and OR=7.563), information sources (P-value=0.034 and OR=3.077), and the role of peers (P-value=0.001 and OR=6.027) on prevention behavior premenstrual syndrome in adolescent girls at SMK N 1 Malingping in 2022. The relationship between the role of health workers, sources of information and the role of peers in preventing premenstrual syndrome behavior in adolescent girls at SMK N 1 Malingping in 2022. Collaborating with community health centers and local health workers to provide education about health to young women so that they can provide provisions and knowledge about health and can be motivated to implement good health behavior.

Keywords: behavior, prevention, *premenstrual syndrome*, teenagers

Pendahuluan

Masa remaja merupakan suatu tahapan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Pada masa pubertas ciri yang paling menonjol adalah terjadinya menstruasi atau haid pada wanita. Menstruasi merupakan perdarahan vagina secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus. Fungsi menstruasi normal merupakan hasil interaksi antara hipotalamus, hipofisis, dan ovarium dengan perubahan-perubahan terkait pada jaringan sasaran pada saluran reproduksi normal, ovarium memainkan peranan penting dalam proses ini karena ovarium bertanggung jawab dalam pengaturan perubahan-perubahan siklus maupun lama siklus menstruasi.¹

Menstruasi adalah salah satu yang harus diperhatikan pada masa pubertas. Karena merupakan kesehatan reproduksi wanita yang berhubungan dengan faktor kesuburan wanita. Gejala-gejala yang dialami wanita menjelang menstruasi itu berbeda-beda dan keadaan itu disebut *premenstrual syndrome* (PMS).² *Premenstrual Syndrome* (PMS) merupakan suatu keadaan dimana sejumlah gejala terjadi secara rutin dan berkaitan dengan siklus menstruasi. Biasanya *Premenstrual Syndrome* (PMS) terjadi sekitar 7–14 hari menjelang menstruasi.³

Gejala *premenstrual syndrome* (PMS) dapat meliputi rasa cemas berlebihan, cepat marah, ketegangan pada payudara, nafsu makan bertambah ataupun berkurang, mual muntah, timbul jerawat, dan nyeri pinggang hingga pingsan. Dengan beberapa gejala tersebut dapat dipastikan bahwa PMS memiliki kecenderungan mampu mengurangi produktivitas remaja pada umumnya. PMS sering dianggap masalah pada remaja putri karena ketidakmampuan untuk aktifitas, dan kegagalan dalam ujian sekolah, sehingga prestasi belajar mereka dapat turun akibat sulit berkonsentrasi, bahkan mereka juga dapat menjadi mudah marah atau menangis dibanding hari biasanya. Maka dari itu *premenstrual syndrome* sangat penting untuk lebih diperhatikan agar kita dapat memonitor kondisi fisiologis pada menstruasi tersebut di masa remaja.⁴

Menurut data dari *World Health Organization* (WHO) permasalahan mengenai gangguan *Premenstrual Syndrome* di dunia ada 38,45% dari jumlah wanita reproduksi yang ada⁴, sedangkan di Indonesia frekuensi wanita yang mempunyai gejala *Premenstrual Syndrome* (PMS) yaitu sekitar 80–90%³, menurut Dinas Kesehatan Provinsi Banten angka kejadian *premenstrual syndrome* ada 279.346 orang⁵, dan menurut

tempat penelitian yaitu SMK N 1 Malingping ada 162 siwi perempuan 10 diantaranya dilakukan wawancara ada 7 orang yang mengalami *premenstrual syndrome* sedangkan 3 lainnya tidak mengalami gejala apapun menjelang menstruasi.

Menurut informasi dari pihak sekolah, sekolah belum pernah melakukan kolaborasi dengan fasilitas kesehatan setempat terkait penyuluhan kesehatan reproduksi remaja khususnya Bidan dalam menyampaikan edukasi atau penyuluhan tentang kesehatan reproduksi, menurut informasi para siswi sumber informasi yang mereka dapatkan juga kurang, baik dari guru ataupun keluarga dirumah bahkan media elektronik dan cetak. mereka hanya mencari tahu dari teman – teman sebaya atau teman kelas mereka yang pernah mengalami gejala *premenstrual syndrome* tersebut.

Dari informasi tersebut maka disimpulkan bahwa kurangnya peran tenaga Kesehatan, sumber informasi, dan adanya peran teman sebaya sangat mempengaruhi perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada remaja putri, maka penulis ingin melakukan penelitian apakah ada hubungan antara peran tenaga Kesehatan, sumber informasi, dan peran teman sebaya terhadap perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada remaja putri di SMK N 1 Malingping.

Berdasarkan studi pendahuluan ada 162 remaja putri di SMK N 1 Malingping dilakukan metode wawancara terhadap 10 siswi, hasilnya yaitu 7 siswi mengalami *premenstrual Syndrome* dan 3 siswi tidak mengalami *Premenstrual Syndrome*, 7 siswi yang mengalami gejala yang paling utama ketika sebelum menstruasi yaitu nyeri pada payudara. Selain itu, mereka juga mengalami sakit perut, badan mudah capek, pusing dan penurunan konsentrasi. Satu diantara tujuh siswi tersebut mengalami gejala yang khas sebelum menstruasi yaitu mengalami gatal-gatal dibagian payudaranya.

Berdasarkan uraian dan data yang dikemukakan diatas, penelitian ini ingin mengkaji lebih mendalam dengan judul “Hubungan Peran Tenaga Kesehatan, Sumber Informasi Dan Peran Teman Sebaya Terhadap Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome* Pada Remaja Putri Di SMK N 1 Malingping”.

Metode

Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan metode penelitian *survey analitic*. Dengan rancangan study penelitian menggunakan rancangan *Cross Sectional* yaitu suatu penelitian yang mempelajari korelasi antara

paparan atau faktor risiko (independen) dengan akibat atau efek (dependen), dengan pengumpulan data dilakukan bersamaan secara serentak dalam satu waktu antara faktor risiko dengan efeknya (*point time approach*).⁶ Uji yang digunakan dalam penelitian ini adalah Uji *Chi-Square*. Tujuannya untuk mendapatkan gambaran hubungan peran teman sebaya perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada remaja putri di SMK N 1 Malingping tahun 2022.

Penelitian ini dilaksanakan di SMK N 1 Malingping. Waktu pengambilan data dilaksanakan pada bulan Januari 2022

Populasi didefinisikan sebagai suatu wilayah umum, meliputi: objek/tema dengan kualitas dan karakteristik tertentu, objek/tema tersebut ditentukan dan disimpulkan oleh peneliti untuk dipelajari.⁷ Populasi dari penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMK N 1 Malingping periode Januari 2022, berdasarkan laporan dari bagian wakasek kesiswaan yaitu ada sebanyak 162 orang remaja putri.

Sampel dalam penelitian ini adalah sebagian remaja putri di SMK N 1 Malingping periode Januari 2022.

Pengambilan sampel menggunakan rumus Besar sampel ditentukan dengan rumus (lemeshow). Jenis sampling yang digunakan adalah *probability sampling* dengan teknik sampling yaitu *Simpel Random Sampling*. *Probability sampling* merupakan teknik pengambilan sampel yang memberikan kesempatan yang sama bagi setiap anggota atau unsur populasi untuk dipilih menjadi sampel.⁸ *Simpel Random Sampling* yaitu teknik pengambilan sampel dari suatu populasi dilakukan secara acak (*random*) tanpa memperhatikan strata yang ada dalam populasi tersebut.⁹

Analisa data dalam penelitian ini yaitu :
1) Analisis univariat, dilakukan untuk menggambarkan karakteristik masing-masing variabel independen dan variabel dependen. Data disajikan dalam tabel distribusi frekuensi. 2) Analisis bivariat dilakukan untuk membuktikan ada tidak hubungan yang signifikan antara variabel bebas dengan variabel terikat dengan menggunakan analisis Chi-square pada batas kemaknaan perhitungan statistik p value (0,05).

Apabila hasil perhitungan menunjukkan nilai $p < p \text{ value } (0,05)$ maka dikatakan (H_0) ditolak dan H_a diterima, artinya ketiga variabel secara statistik mempunyai hubungan yang signifikan. Kemudian untuk menjelaskan adanya

asosiasi (hubungan) antara variabel terikat dengan variabel bebas digunakan analisis tabulasi silang.⁴

Hasil

Analisis Univariat

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Perilaku Pencegahan Premenstrual Syndrome

Pencegaha PMS	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang Baik	34	45.3
Baik	41	54.7
Total	75	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui hasil penelitian yang dilakukan kepada 75 orang dan sebanyak 41 orang (55,7%) responden dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* baik.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Peran Tenaga Kesehatan

Peran Tenaga Kesehatan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang Baik	30	40
Baik	45	60
Total	75	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui hasil penelitian yang dilakukan kepada 75 orang didapatkan 45 orang (60%) responden menyatakan peran tenaga kesehatan baik

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Sumber Informasi

Sumber Informasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Media Cetak	33	44
Media Non Cetak	42	56
Total	75	100

Berdasarkan Tabel 3 diketahui hasil penelitian yang dilakukan kepada 75 orang didapatkan sebanyak 42 orang (56%) responden menyatakan mendapatkan sumber informasi dari media non cetak.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Peran Teman Sebaya

Peran Teman Sebaya	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang Baik	43	57.3
Baik	32	42.7
Total	75	100

Berdasarkan Tabel 4 diketahui hasil penelitian yang dilakukan kepada 75 orang didapatkan sebanyak 43 orang (57,3%) responden menyatakan teman sebaya kurang berperan dalam perilaku perilaku *premenstrual syndrome*.

Analisis Bivariat

Tabel 5. Hubungan Peran Tenaga Kesehatan dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome* pada Remaja Putri di SMA N 1 Malingping.

Variabel	Pencegahan PMS				Total		P-Value	OR (95%)
	Kurang Baik		Baik					
Peran Tenaga Kesehatan	f	%	f	%	f	%		
Kurang Baik	22	29.3	8	10.7	30	40	0.000	7.563 (2.661-21.496)
Baik	12	16	33	44	45	60		
Total	34	45.3	41	54.7	75	100		

Tabel 6. Hubungan Sumber Informasi dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome* pada Remaja Putri di SMA N 1 Malingping.

Variabel	Pencegahan PMS				Total		P-Value	OR (95%)
	Kurang Baik		Baik					
Sumber Informasi	f	%	f	%	F	%		
Cetak	20	26.7	13	17.3	33	44	0.019	3.077 (1.192-7.942)
Non Cetak	14	18.7	28	37.3	42	56		
Total	34	47.3	41	52.7	75	100		

Berdasarkan hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai P-Value sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara peran tenaga kesehatan dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada remaja putri dan nilai OR sebesar 7.563 yang artinya peran tenaga kesehatan yang baik memiliki peluang 8x lebih besar dalam terjadinya perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* dari pada peran tenaga kesehatan yang kurang baik.

Berdasarkan hasil uji statistik chi-square didapatkan nilai P-Value sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara peran tenaga kesehatan dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada remaja putri dan nilai OR sebesar 6.027 yang artinya peran teman teman sebaya yang baik memiliki peluang 6x lebih besar dalam terjadinya perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* dari pada peran teman sebaya yang kurang baik.

Pembahasan

Hubungan Peran Tenaga Kesehatan dengan Perilaku Pencegahan *Premenstrual Syndrome* pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan uji statistik *chi-square* didapatkan nilai P-Value sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara peran tenaga kesehatan dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada remaja putri dan nilai OR sebesar 7.563 yang artinya

peran tenaga kesehatan yang baik memiliki peluang 8x lebih besar dalam terjadinya perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* dari pada peran tenaga kesehatan yang kurang baik

Hal ini sesuai dengan penelitian Nurmilasari, dkk (2016) diketahui dari hasil analisis statistik didapatkan nilai *P-Value* sebesar $0,000 (p < 0,05)$, maka H_0 ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antar peran petugas kesehatan dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada siswi atau uji hipotesis diterima.

Tenaga kesehatan adalah seseorang yang mengabdikan dirinya dalam dunia kesehatan, memiliki pengetahuan dan keterampilan melalui pendidikan dibidang kesehatan yang telah mereka dapatkan. Tenaga kesehatan adalah sumber panutan perilaku kesehatan, sikap dan perilaku para tenaga kesehatan merupakan faktor pendorong perilaku sehat pada masyarakat dan agar hal tersebut dapat tercapai maka tenaga kesehatan harus dibekali dengan pendidikan dan pelatihan khusus tentang kesehatan.¹⁰

Tenaga kesehatan merupakan sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sangat jarang memberi dukungan dan memiliki peran yang sangat cepat berubah.¹⁰ Dukungan tenaga kesehatan adalah kenyamanan fisik dan psikologis, perhatian, penghargaan, maupun bantuan dalam bentuk lainnya yang diterima individu dari tenaga kesehatan. Dukungan tenaga kesehatan dapat berwujud dukungan emosional, penghargaan, instrumental

dan informasi. Tenaga kesehatan merupakan sumber dukungan sosial yang berasal dari individu lain yang sangat jarang memberi dukungan dan memiliki peran yang sangat cepat berubah.¹¹ Menurut teori Lawrence Green, salah satu faktor penguat yang berhubungan dengan perilaku kesehatan adalah dukungan tenaga kesehatan. Karena pentingnya peran tenaga kesehatan dalam meningkatkan kualitas pelayanan kesehatan semaksimal mungkin kepada masyarakat agar masyarakat mau dan mampu untuk meningkatkan kesadaran, kemauan, dan kemampuan untuk menerapkan pola hidup sehat sehingga akan terwujud derajat kesehatan yang setinggi-tingginya.¹²

Menurut asumsi peneliti tenaga kesehatan memiliki peran dalam perilaku pencegahan PMS pada remaja putri, karena peran dari tenaga kesehatan adalah memberikan edukasi dan sebagai konselor mengenai kesehatan, sehingga jika tenaga kesehatan memberikan informasi yang baik mengenai pencegahan PMS maka responden akan mendapatkan pengetahuan dan dari pengetahuan tersebut maka remaja putri dapat menjalankan perilaku pencegahan PMS yang telah diberikan.

Hubungan Sumber Informasi dengan Perilaku Pencegahan Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan uji statistik chi-square didapatkan nilai P-Value sebesar $0,019 < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara sumber informasi dengan perilaku pencegahan premenstrual syndrome pada remaja putri dan nilai OR sebesar 3.077 yang artinya sumber informasi dari media non cetak memiliki peluang 3x lebih besar dalam terjadinya perilaku pencegahan premenstrual syndrome dari pada sumber informasi dari media cetak.

Hal ini sesuai dengan penelitian Nurmilasari, dkk (2016) diketahui dari hasil analisis statistik didapatkan nilai P-Value sebesar 0,000 ($p < 0,05$), maka H_0 ditolak yang berarti ada hubungan yang bermakna antar sumber informasi dengan perilaku pencegahan premenstrual syndrome pada siswi.¹²

Sumber informasi adalah asal dari suatu informasi atau data yang diperoleh.¹³ Sumber informasi adalah suatu tempat kumpulan informasi yang diolah dan disajikan dengan memiliki makna-makna penting yang dibutuhkan manusia untuk mencari ragam informasi.¹⁴ Informasi tersebut dapat diperoleh dari berbagai macam sumber informasi. Sumber informasi dibedakan

menjadi dua jenis kategori yaitu cetak dan non cetak. Sumber informasi jenis tercetak meliputi dokumen yang secara kasat mata dapat dilihat dan dapat disentuh seperti: buku, majalah, dan koran. sumber informasi non cetak meliputi informasi yang secara kasat mata dapat dilihat, tidak dapat disentuh akan tetapi dapat didengar. sumber informasi tersebut terdiri dari: pendapat informan, dosen atau pengajar, buku elektronik, jurnal elektronik dan sumber informasi elektronik atau digital yang lain.¹⁴

Sumber informasi bermanfaat sebagai media atau tempat penyebaran segala informasi dan juga merupakan sumber penggali sebuah berita atau informasi. Pengetahuan (knowledge) adalah hasil penginderaan manusia, atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indra yang dimilikinya (mata, hidung, telinga, dan sebagainya). Dengan sendirinya pada waktu penginderaan sehingga menghasilkan pengetahuan tersebut sangat dipengaruhi oleh intensitas perhatian dan persepsi terhadap objek. Sebagian besar pengetahuan seseorang diperoleh melalui indra pendengaran (telinga), dan indra penglihatan (mata).¹⁵

Menurut asumsi peneliti sumber informasi berpengaruh terhadap perilaku pencegahan PMS, dengan banyaknya sumber informasi yang didapatkan oleh remaja putri maka akan bertambah pula pengetahuan remaja putri mengenai pencegahan PMS sehingga dari pengetahuan tersebut responden dapat melakukan pencegahan PMS. Sumber informasi ini sendiri bisa didapatkan melalui media elektronik yaitu televisi, radio, youtube, website dan media cetak seperti majalah, buku dan koran.

Hubungan Peran Teman Sebaya dengan Perilaku Pencegahan Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dengan uji statistik chi-square didapatkan nilai P-Value sebesar $0,000 < \alpha (0,05)$ sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara peran tenaga kesehatan dengan perilaku pencegahan premenstrual syndrome pada remaja putri dan nilai OR sebesar 6.027 yang artinya peran teman sebaya yang baik memiliki peluang 6x lebih besar dalam terjadinya perilaku pencegahan premenstrual syndrome dari pada peran teman sebaya yang kurang baik

Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Nurmilasari, dkk (2016) diketahui dari hasil analisis statistik didapatkan nilai P-Value sebesar 0,000 ($p < 0,05$) maka H_0 ditolak

yang berarti ada hubungan yang bermakna antar pengaruh teman sebaya dengan perilaku pencegahan premenstrual syndrome pada siswi.¹⁶

Teman sebaya merupakan suatu kelompok remaja yang nilainya dianut oleh remaja lain yang berfungsi sebagai tempat bagi remaja berbagi dan sering perubahan perilaku remaja disebabkan oleh transfer perilaku terhadap sesama teman sebayanya.¹⁷ Teman sebaya merupakan orang-orang yang memiliki persamaan umur dan kebiasaan yang sama, sehingga dalam teman sebaya mampu membentuk sebuah kelompok-kelompok dikarenakan ada kesamaan diantara mereka yang membuat mereka nyaman bersama. Dalam kelompok teman sebaya unsur solidaritas anggota kelompok tergolong dalam kategori tinggi, saling mengingatkan, saling memperhatikan dan saling memahami diantara para anggotanya.¹⁸

Dalam pergaulan remaja, kebutuhan untuk dapat diterima bagi setiap individu merupakan suatu hal yang sangat mutlak sebagai makhluk sosial. Setiap anak yang memasuki usia remaja akan dihadapkan pada permasalahan penyesuaian sosial, yang diantaranya adalah problematika pergaulan teman sebaya. Pembentukan sikap, tingkah laku dan perilaku sosial remaja banyak ditentukan oleh pengaruh lingkungan ataupun teman-teman sebaya. Apabila lingkungan sosial itu memfasilitasi atau memberikan peluang terhadap remaja secara positif, maka remaja akan mencapai perkembangan sosial secara matang, dan apabila lingkungan sosial memberikan peluang secara negatif terhadap remaja, maka perkembangan sosial remaja akan terhambat.¹⁸

Menurut asumsi peneliti teman sebaya berperan dalam perilaku pencegahan PMS. Teman sebaya berperan sebagai orang yang dapat memberikan informasi mengenai cara pencegahan PMS dan juga mengajak responden dalam berperilaku baik. Pada masa remaja ini teman sebaya mempengaruhi individu sehingga perilaku yang dilakukan oleh remaja dapat bersifat baik atau buruk. sehingga jika teman sebaya mengajak berperilaku baik dalam pencegahan PMS maka responden akan mengikuti perilaku tersebut.

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai Hubungan Peran Tenaga Kesehatan, Sumber Informasi dan Peran Teman Sebaya dengan Perilaku Pencegahan Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri SMK N 1 Malingping tahun 2022, didapatkan kesimpulan 1.

Dari hasil penelitian yang dilakukan

kepada 75 orang responden didapatkan rata-rata responden perilaku pencegahan premenstrual syndrome baik sebanyak 41 orang (55,7%), menyatakan peran tenaga kesehatan baik sebanyak 45 orang (60%), mendapatkan sumber informasi dari media elektronik sebanyak 42 orang (56%) dan menyatakan teman sebaya kurang berperan sebanyak 43 orang (57,3%). Ada hubungan antara peran tenaga kesehatan, peran teman sebaya dan sumber informasi dengan perilaku pencegahan *premenstrual syndrome* pada remaja putri SMK N 1 Malingping.

Saran

Diharapkan SMK N 1 Malingping bekerja sama dengan puskesmas maupun tenaga kesehatan setempat untuk memberikan edukasi mengenai kesehatan kepada remaja putri sehingga dapat memberikan bekal dan pengetahuan mengenai kesehatan dan dapat termotivasi melaksanakan perilaku kesehatan yang baik.

Daftar Pustaka

1. Sari DP, Handayani TY, Sustiyani E. Hubungan Status Gizi Dan Stress Dengan Kejadian Amnorea Sekunder. *J Kesehat* 10. 2021;004(1):331–6.
2. Hikmah E. Pengaruh senam aerobik terhadap kejadian premenstrual syndrome (pms) pada mahasiswi jurusan keperawatan Tangerang. *J Med*. 2018;2(edisi 2):123.
3. Estiani K, Nindya TS. Hubungan Status Gizi Dan Asupan Magnesium Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (Pms) Pada Remaja Putri. *Media Gizi Indones*. 2018;13(1):20.
4. Randa Y. Gambaran Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Siswi Kelas X Dan XI Di SMA N 1 Gamping Kabupaten Sleman Yogyakarta. *kesehatan*. 2017;13(May):31–48.
5. Banten DKP. Data Remaja Putri dengan gangguan sistem reproduksi di provinsi Banten tahun 2021. 2021;
6. Astikasari ND, Kofi J. Analisis Tingkat Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi terhadap perilaku menghadapi Premenstruasi Sindrom pada Remaja. *J Qual Women's Heal*. 2022;5(1):8–16.
7. Azizah A. Hubungan Pemberian Informasi Menstruasi Dari Ibu Ke Remaja Putri Dan Premenstrual Syndrome Di Smp Negeri 1 Banjarbaru. *J Langsung*. 2018;5(1):1–4.
8. Sikap HA, Dan L, Upnm NC. Hubungan antara sikap, minat, latihan dan kepemimpinan. *kepemimpinan*. 2019;1 n o 3:19.
9. Notoatmojo S. pengantar pendidikan dan ilmu perilaku kesehatan. Jakarta: Andi ofset; 2017.
10. Soetjningsih. Buku Ajar: Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya. Jakarta : Sagung Seto. Panasea. 2004. 2016;2(8):500–9.
11. Shobirin MSH, Safii M, Roekhan. Pola Perilaku Pencarian Informasi Generasi Milenial

- [Internet]. Jember: RFM PRAMEDIA JEMBER; 2020. 1–179 p. Available from: https://www.google.co.id/books/edition/Pola_Perilaku_Pencarian_Informasi_Genera/B10XEA-AAQBAJ?hl=id&gbpv=0
12. Anjan A, Susanti D. Hubungan Sumber Informasi Dengan Perilaku Personal Hygiene Pada Remaja Putri Saat Menstruasi. *J Cent Res Publ Midwifery Nurs*. 2019;3(1):38–44.
 13. Heni S, Amila, Juneris A. *Buku Ajar Metodologi Penelitian Kesehatan*. Malang: Ahlimedia Press; 2021. 1–220 p.
 14. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA; 2016.
 15. Soekidjo N. *Metedologi Peneltian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta; 2017. 55 p.
 16. Lestari KE, Yudhanegara MR. *Penelitian Pendidikan Matematika*. Bandung: PT Refika Aditama; 2017.
 17. Sugiyono. *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA; 2021. 1–444 p.
 18. Sani F. *Metodologi Penelitian Farmasi Komunitas dan Eksperimental*. Yogyakarta: Deepublish; 2018. 197 p.