

BAB I

PENDAHULUAN

A. Latar Belakang

Remaja merupakan masa transisi dari anak-anak menuju dewasa. Menurut World Health Organization (WHO), rentang usia remaja yaitu 10-19 tahun. Menurut Peraturan Menteri Kesehatan RI nomor 25 tahun 2014, rentang usia remaja yaitu 10-

18 tahun. Kemudian menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) remaja yaitu mereka yang digolongkan dalam usia 10-24 tahun dan berstatus belum menikah (Kemenkes RI, 2017).

Masa remaja yakni masa pertumbuhan dan perkembangan fisik, mental, dan intelektual yang pesat. Kaum muda dicirikan oleh rasa ingin tahu yang nyata, haus akan petualangan dan tantangan, dan sering kali berani mengambil risiko untuk aktivitas mereka sendiri tanpa pertimbangan matang. Jika keputusan untuk mengelola konflik tidak tepat, mereka terlibat dalam perilaku berisiko dan dapat menderita konsekuensi jangka pendek dan jangka panjang karena berbagai masalah kesehatan fisik dan psikososial. Sifat dan perilaku berisiko remaja memerlukan penyelenggaraan pelayanan kesehatan remaja, termasuk pelayanan kesehatan reproduksi yang memperhatikan kebutuhan kesehatan remaja (Departemen Kesehatan RI, 2018). Menurut UU Perlindungan Anak, usia anak muda adalah 10-18 tahun, menurut WHO usia muda adalah 12-24 tahun, UU Perlindungan Anak No. Pasal 23 Tahun 2002 menetapkan batasan usia bagi orang yang berusia di bawah 10 tahun, dan usia 18 tahun merupakan proporsi yang relatif besar dari penduduk Indonesia (hampir 20% dari total penduduk).

Masa remaja merupakan periode terjadinya pertumbuhan dan perkembangan yang pesat baik secara fisik, psikologis maupun intelektual. Sifat khas remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar, menyukai petualangan dan tantangan serta cenderung berani menanggung risiko atas perbuatannya tanpa didahului oleh pertimbangan yang matang

(Kemenkes RI, 2015). Menurut World Health Organization(WHO), remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-19 tahun, menurut Peraturan Kesehatan RI Nomor 25 tahun 2014, remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) rentang usia remaja adalah 10-24 tahun dan belum menikah. Remaja adalah seseorang yang tumbuh menjadi dewasa mencakup kematangan mental, emosional sosial dan fisik. dimana remaja mempunyai rasa keingintahuan yang besar dan sedang mengalami proses perkembangan sebagai persiapan memasuki masa dewasa.

Masa remaja merupakan masa potensi besar dalam tahapan perkembangan fisik dan mental. Pada masa pubertas terjadi tanda-tanda seksual dan perubahan hormonal pada perkembangan fisik yang mempengaruhi perkembangan mental remaja putri. Menstruasi terjadi dalam beberapa fase, yang dikendalikan oleh interaksi hormon. Ketidakseimbangan hormon yang disebabkan oleh interaksi ini terkadang menyebabkan ketidaknyamanan *Premenstrual syndrome* pada wanita (Matsumoto, 2019).

Menstruasi merupakan proses alami yang terjadi pada wanita. Menstruasi adalah keluarnya darah secara teratur dari rahim sebagai tanda bahwa organ rahim berfungsi dengan baik. Umumnya remaja yang mengalami menarche berada pada usia 12 hingga 16 tahun. Masa ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lain-lain. Pada wanita biasanya mengalami haid pertama kali (menarche) pada usia 12-16 tahun. Siklus haid normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan haid berlangsung 2-7 hari (Eny Kusmiran, 2012). Panjang haid yang berlangsung lebih dari 8 hari dan siklus haid yang pendek yaitu kurang dari 28 hari 2 memungkinkan terjadinya kehilangan zat besi dalam jumlah yang lebih besar (Briawan, Dodik, 2012).

Premenstrual Syndrome atau biasa disebut PMS merupakan gejala yang umum terjadi pada remaja putri yang akan datang bulan (Abeje & Berhanu, 2019). Wanita muda merasakan *Premenstrual syndrome* satu atau dua minggu sebelum siklus menstruasi (Abirami & Ambika, 2017). Wanita muda mengalami *Premenstrual syndrome* berupa gejala fisik,

psikologis, dan emosional atau perubahan suasana hati yang tidak umum. Adanya *Premenstrual syndrome* yang berlebihan menyebabkan rasa tidak nyaman pada remaja putri dan mengganggu aktivitas sehari-hari (Abriani et al., 2019). Kehidupan normal remaja putri sedikit berbeda setiap bulan akibat *Premenstrual syndrome* (Prawiroharjo, 2010).

Usia *menarche* dapat memengaruhi munculnya gejala *Premenstrual syndrome* karena *menarche* dini dapat membuat remaja putri memiliki pengetahuan yang kurang karena menstruasi datang lebih dini sehingga berpeluang untuk belum siapnya dalam menghadapi perubahan diri yang dialami remaja putri serta disisi lain *menarche* dini dapat membuat remaja lebih banyak terpaparakan ketidakseimbangan hormon karena produksi hormon reproduksi lebih dini aktif (Kamilah et al., 2021)

Premenstrual syndrome yakni masalah pada remaja putri, dampaknya ini terhadap prestasi belajar siswa menyebabkan penurunan konsentrasi belajar, peningkatan ketidakhadiran di kelas sampai tidak bisa mengikuti ujian. Pencapaian tujuan belajar akan terhambat bila kondisi kesehatan terganggu bahkan mereka juga dapat menjadi mudah marah atau menangis dibanding hari biasanya. Maka dari itu *premenstrual syndrome* sangat penting untuk lebih diperhatikan agar dapat memonitor kondisi fisiologis pada menstruasi tersebut di masa remaja. Upaya penanganan dapat mengurangi gejala yang dirasakan. Upaya penanganan *premenstrual syndrome* dipengaruhi oleh faktor pengetahuan, sosial ekonomi, pendidikan, kondisi fisik. Pengetahuan sangat mempengaruhi seseorang dalam menentukan sikap terhadap suatu masalah. (Putri Pramana & Penelitian SMERU, 2019)

Menstruasi didefinisikan sebagai proses fisiologis alami yang dialami oleh wanita usia reproduksi, yang melibatkan peluruhan bulanan dan perbaikan dinding Rahim. Menstruasi dimulai biasanya pada usia 11 tahun; peristiwa ini disebut sebagai "*menarche*" dan berlanjut sampai penghentian kesuburan. Berbagai aspek fisik dan psikososial dari menstruasi berdampak buruk pada perempuan, terutama di negara berkembang. Dalam penelitian terbaru dari Manipur, India, prevalensi dismenore dilaporkan

sebesar 76%, dan sekitar 20% peserta mengalami dismenore berat. Studi tersebut mengklaim bahwa karena parahnya gejala ini, para peserta harus bolos sekolah yang semakin memperburuk kinerja akademik mereka, konsentrasi di kelas dan mempengaruhi hubungan sosial mereka dan mengintervensi aktivitas fisik sehari-hari mereka. Kumpulan gejala fisik dan psikis yang muncul beberapa hari sebelum masa menstruasi dikenal dengan *premenstrual syndrome* (PMS). Gejala PMS berupa sakit punggung, nyeri payudara, perut kembung, perubahan berat badan, sakit kepala, perubahan suasana hati, lekas marah, jerawat, sakit perut, mengidam, atau kehilangan nafsu makan. Sharma dkk. dalam penelitian mereka melaporkan frekuensi dismenore, sakit punggung, kelelahan, kehilangan nafsu makan masing-masing sebanyak 33%, 56%, 47%, dan 28%, dengan hampir 98,4% peserta mengalami lebih dari satu gejala *Premenstrual syndrome*.

Premenstrual syndrome menurut studi Houston et al keluhan menstruasi yang paling umum (84,3%), termasuk dismenore pada 65%, panjang siklus abnormal pada 13,2%, dan perdarahan berlebihan pada 8,6% peserta. Wanita yang mengalami gejala yang berhubungan dengan menstruasi ini jarang mendapatkan pertolongan medis yang mereka butuhkan sehingga aktivitas sehari-hari mereka terganggu dan menimbulkan ketidaknyamanan, baik fisik maupun psikologis. Ketidaknyamanan fisik yang dialami selama menstruasi secara signifikan terkait dengan gangguan psikososial. Titilayo dkk. melaporkan bahwa partisipan yang mengalami dismenore berisiko 1,5 kali lebih tinggi menderita depresi dibandingkan dengan wanita yang tidak menderita *Premenstrual syndrome*. Studi yang sama menyimpulkan bahwa perdarahan menstruasi yang berat mempengaruhi aktivitas sehari-hari dan hubungansosial di antara partisipan. Pengalaman fisik dan psikososial yang terkait dengan menstruasi pasti mempengaruhi aktivitas sehari-hari dan kualitas hidup seseorang. Sensitivitas subjek dan tabu sosial yang terkait dengan menstruasi di masyarakat kita tidak memungkinkan individu untuk mendiskusikan berbagai atribut fenomena alam ini secara terbuka. Oleh karena itu, sebagian besar perempuan muda tetap tidak berpendidikan dan tidak mengetahui tentang banyak aspek menstruasi, sehingga tidak

mungkin untuk meningkatkan kebersihan menstruasi dan kualitas hidup secara keseluruhan (Abbas et al., 2020)

World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa jumlah remaja berjumlah 80% dari total populasi dunia dan bertempat tinggal di negara berkembang. Kejadian *Premenstrual syndrome* dunia pada penelitian yang dilakukan oleh Fatimah (2019) didapatkan hasil bahwa kejadian *Premenstrual syndrome* tertinggi berada di negara Srilanka (65.7%) dan negara Libanon (54.6%). Menurut penelitian Alvionita (2019) kejadian *Premenstrual syndrome* di negara Iran sebesar 98,2%, di negara Brazil sebesar 39%, di negara Australia sebesar 44% dan di negara Jepang sebesar 34%. Menurut data dari *Archives of Internal Medicine Journal*, ditemukan bahwa 90% dari 3000 wanita menderita *premenstrual syndrome* sebelum siklus menstruasinya (Kurniasari et al., 2018).

Data BPS (2021) jumlah remaja di Provinsi Jawa Tengah sebanyak 36.742.501 orang. Dari total jumlah remaja tersebut, sebanyak 218.338 orang atau 49,73% remaja menderita sindrom pra menstruasi. Angka kejadian *Premenstrual syndrome* pada tahun 2020 sebesar 41,18%. Terjadi peningkatan kejadian dari tahun 2020 sampai dengan tahun 2021 sehingga disimpulkan masalah kesehatan reproduksi padaremaja putri masih cukup tinggi dikarenakan rendahnya kesadaran remaja putri dalam mengoreksi gangguan menstruasi.

Data penelitian dari Pelayanan Kesehatan Ramah Remaja (PKRR) (2020) menemukan bahwa hingga 90% wanita usia subur mengalami gejala *Premenstrual syndrome*. Kejadian kesehatan reproduksi, khususnya gangguan menstruasi, mencapai 38,45% pada tahun 2020, sebesar 58,1% pada tahun 2019. Menurut (Saputri, 2016), 80% remaja putri menderita gejala *Premenstrual syndrome* yang dapat mengganggu kehidupan sehari-hari.

Hasil penelitian Rodiani menunjukkan prevalensi *Premenstrual syndrome* di Indonesia cukup tinggi, terjadi sekitar 70-90% pada remaja dan WUS (Rodiani, 2016). *Premenstrual syndrome* umumnya menyerang remaja dan wanita awal usia 20-40 tahun (Afiyanti & Rahmawati, 2013). Dari penelitian sebelumnya prevalensi *Premenstrual syndrome* di

Indonesia menunjukkan hasil yang beragam. *Premenstrual syndrome* di Jakarta Selatan 75% terjadi pada siswa SMK (Fasha & Wayan, 2020), Surabaya 60,8% *Premenstrual syndrome* pada wanita usia 18 tahun, Kudus 45,8% *Premenstrual syndrome* pada siswi akademi kebidanan, Padang 98% *Premenstrual syndrome* pada siswi SMA, Purworejo 24,6% *Premenstrual syndrome* pada anak SMA (Rodiani, 2016).

Premenstrual syndrome dapat menurunkan produktivitas dalam melakukan aktivitas sehari-hari dan mempengaruhi prestasi seseorang seperti menurunnya konsentrasi dalam belajar, meningkatnya ketidakhadiran dan mengganggu mood sehingga dapat mempengaruhi hubungan interpersonal (Decelita, 2018.) *Premenstrual syndrome* juga mempengaruhi pada kesehatan reproduksi yaitu rentan terhadap myoma dan endometritis. Jika sindrom *Premenstrual syndrome* tidak segera ditangani dengan baik, tentu dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan jika terjadi dalam waktu yang lama dapat mempengaruhi konsentrasi dan aktivitas. Dalam kasus ekstrim sindrom pramenstruasi dapat menyebabkan kasus kriminal seperti pikiran untuk bunuh diri, dan percobaan bunuh diri oleh penderitanya (Husna, 2022).

Remaja erat kaitannya dengan pencarian jati diri yang dapat didapatkan melalui gaya hidup. Faktor hidup remaja putri saat ini yang mudah dilakukan oleh remaja putri adalah faktor pola makan. Remaja putri lebih memilih makanan siap saji yang kandungan gizinya kurang sehat dibandingkan makanan rumahan. Status gizi yang buruk akan berpengaruh pada kesehatan remaja termasuk kesehatan reproduksi remaja. Pola makan yang kurang sehat akan berpengaruh pada kejadian PMS dikarenakan nilai gizi yang kurang dalam tubuh. (DILA, n.d 2013.)

Gaya hidup merupakan salah satu gambaran rutinitas remaja putri yang diwujudkan oleh kebiasaan baik dari aktifitas fisik, pengaturan waktu, perilaku konsumsi dan kebiasaan konsumsi remaja. Remaja putri di perkotaan dengan banyaknya warung makan yang mengikuti trend mempengaruhi kebiasaan makan remaja putri. Tingginya kebiasaan konsumsi remaja putri dalam berbelanja dan belanja bahan makanan diluar rumah berdampak pada rendahnya kebiasaan makan remaja putri yang

berdampak pada ketidakseimbangan gizi sehingga menimbulkan penyakit salah satunya PMS. (Ratnasari et al., n.d.).

Gaya hidup remaja putri merupakan salah satu faktor yang mempengaruhi timbulnya *Premenstrual syndrome*. Pengaturan pola makan dalam gaya hidup wanitamemainkan peran yang sangat penting. Makan terlalu banyak atau terlalu sedikit mempengaruhi gejala *Premenstrual syndrome* (Penelitian et al., 2021) Mengonsumsi terlalu banyak produk susu dan olahannya dapat menyebabkandefisiensi magnesium dalam tubuh lalu mengakibatkan tubuh jadi bengkak, payudaregang, dan sakit kepala, dan sakit pinggang.

Remaja memiliki risiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia gizi besi. Hal itu terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk tumbuh kembang nya. Remaja putri memiliki risiko yang lebih tinggi dibandingkan remaja putra, hal ini dikarenakan remaja putri setiap bulannya mengalami haid (menstruasi). Selain itu remaja putri cenderung sangat memperhatikan bentuk badannya sehingga akan membatasi asupan makan danbanyak pantangan terhadap makanan seperti melakukan diet vegetarian (Citrakesumasari, 2013). Dampak timbulnya anemia pada remaja dapat menurunkankonsentrasi dan prestasi akademik serta mempengaruhi produktivitas remaja. Selainitu juga dapat menurunkan imunitas tubuh sehingga lebih rentan terhadap infeksi. (Kemenkes RI 2022)

Penyebab *Premenstrual syndrome* banyak terjadi akibat kombinasi dari berbagai faktor kompleks yang salah satunya adalah akibat perubahan hormonal yang terjadi sebelum menstruasi (Rodiani, 2016) Faktor psikologis yaitu stress sangat besar pengaruhnya terhadap kejadian *premenstrual syndrome* (Andiarna, 2018). Stress adalah respon tubuh yang sifatnya nonspesifik terhadap tuntutan beban yang merupakan respon fisiologis, psikologis dan perilaku dari manusia yang mencoba untuk mengadaptasi dan mengatur baik tekanan internal dan eksternal (Bhakti, 2021). Stres dapat dijadikan sebagai stimulus untuk perubahan dan perkembangan sehingga dalam hal ini dapat dianggap positif atau bahkan perlu, Remaja yang mengalami stress lebih berpotensi mengalami

dibandingkan yang tidak mengalami stress (Fatimah et al., 2016). Ini terjadi adanya abnormalitas neuroendokrin pada siklus menstruasi yang banyak terjadi pada fase *Premenstrual syndrome* (Wijayanti et al., 2015)

Fenomena kejadian *Premenstrual syndrome* pada remaja putri meningkat dengan adanya pola gaya hidup yang dijalani. Beberapa wanita akan menderita *Premenstrual syndrome* yang cukup parah, sehingga dapat menimbulkan efek samping. Secara umum dampak dari *Premenstrual syndrome* tersebut adalah terganggunya aktifitas sehari-hari, seperti penurunan produktifitas kerja, sekolah, dan hubungan interpersonal mereka yang terkena dampak (J, Daiyah et al., 2021) Peningkatan *Premenstrual syndrome* ini dapat dipengaruhi oleh gaya hidup yang dijalankan remaja putri seperti mengurangi pola makan tanpa melihat kalori atau asupan saat menstruasi, pola istirahat yang kurang sering disebabkan karena tidur larut malam.

Berdasarkan Studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada tanggal 24 Januari 2023 pada 15 siswi putri SMK Negeri 4 Klaten menyatakan bahwa 11 siswi mengatakan mengalami *Premenstrual syndrome* dan 4 siswi menyatakan tidak mengalami *Premenstrual syndrome*. Remaja putri yang mengalami *Premenstrual syndrome* menyatakan bahwa akan merasakan *Premenstrual syndrome* ketika sedang melakukan pola diet karena merasa berat badan kurang ideal. Faktor lain juga disampaikan bahwa faktor makanan dan minuman seperti sering minum kopi mempengaruhi rasa sakit *Premenstrual syndrome* sebelum siklus menstruasi.

Berdasarkan uraian diatas maka peneliti ingin meneliti lebih lanjut tentang “Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* Pada Remaja di SMK Negeri 4 Klaten.”

B. Rumusan Masalah

Premenstrual Syndrome merupakan salah satu permasalahan kesehatan reproduksi yang sering dialami oleh remaja putri. Banyak faktor yang mempengaruhi kondisi remaja putri pada saat menstruasi salah satunya adalah gaya hidup. Belakangan ini banyak remaja yang lebih

sering menerapkan gaya hidup tidak sehat seperti tingkat stres, kebiasaan minum kopi dan alkohol, kebiasaan perubahan pola makan atau diet, kebiasaan merokok dan aktivitas fisik. Gaya hidup remaja yang tidak sehat akan meningkatkan kejadian *Premenstrual syndrome* pada remaja putri. Berdasarkan uraian di atas maka rumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan gaya hidup dengan kejadian *Premenstrual syndrome* pada remaja di SMK Negeri 4 Klaten?”

C. Tujuan Penelitian

1. Tujuan Umum

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian *Premenstrual syndrome* pada remaja di SMK Negeri 4 Klaten.

2. Tujuan Khusus

Tujuan khusus dalam penelitian ini adalah sebagai berikut:

- a. Untuk mendeskripsikan karakteristik remaja di SMK Negeri 4 Klaten meliputi, usia, usia pertama menstruasi, dan siklus menstruasi.
- b. Untuk mendeskripsikan gaya hidup pada remaja di SMK Negeri 4 Klaten.
- c. Untuk mendeskripsikan kejadian *Premenstrual syndrome* pada remaja di SMK Negeri 4 Klaten.
- d. Untuk menganalisis hubungan gaya hidup dengan kejadian *Premenstrual syndrome* pada remaja di SMK Negeri 4 Klaten

D. Manfaat Penelitian

1. Manfaat Teoritis

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi pengetahuan teori keperawatan maternitas bidang kesehatan reproduksi remaja putri khususnya tentang hubungan gaya hidup dengan kejadian *Premenstrual syndrome*

2. Manfaat Praktisi

a. Bagi Remaja SMK Negeri 4 Klaten

Diharapkan hasil penelitian ini dapat memberikan kontribusi pengetahuan teori keperawatan maternitasbidang kesehatan reproduksi remaja putri khususnya tentang hubungan gaya hidup dengan kejadian *Premenstrual syndrome*.

b. Bagi Profesi Keperawatan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan peran perawat sebagaiedukator dan konselor di komunitas remaja sehingga status kesehatan reproduksi remaja dapat meningkat.

c. Bagi sekolah

Sebagai bahan masukan untuk pengembangan ilmu di SMKN 4 KLATEN dan dapat menjadi sumber informasi bagi pihak dan sekolah terkait khususnya tentang hubungan gaya hidup sehat dengan kejadian *Premenstrual syndrome* (PMS) pada siswi di SMKN 4 Klaten.

d. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan hasil penelitian ini menjadi data dasar peneliti selanjutnya yang akan melakukan penelitian dengan tema yang sama sehingga dapat mengembangkan penelitian dengan metode yang lebih mendalam dengan teknik penelitian yang berbeda.

E. Keaslian Penelitian

Peneliti dalam menyusun skripsi mengacu beberapa penelitian terdahulu yang memiliki kesamaan judul dengan penelitian yang akan disusun oleh peneliti. Beberapa penelitian terdahulu tersebut adalah sebagai berikut:

Penelitian Delisarnia (2022) yang berjudul “Hubungan Aktivitas Fisik dan Stres Dengan Kejadian Tipe *Premenstrual syndrome* (PMS) Pada Remaja Putri di SMP Tonjong Tahun 2021”. Metode penelitian dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan metode *cross sectional*. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini adalah *purposive sampling* Sampel dalam penelitian ini sebanyak 50 orang. Teknik analisa data menggunakan *chisquare*. Hasil penelitian ini didapatkan bahwa tipe *Premenstrual*

syndrome menunjukkan bahwa responden cenderung mengalami *Premenstrual syndrome* Tipe A (Anxiety). Sehingga total untuk Tipe A (Anxiety) yaitu 20 orang (34,5%), Tipe H (Hyperhydration) sebanyak 15 orang (21,8%), Kemudian Tipe D (Depression) sebanyak 10 orang (33,3%) dan Tipe C (Craving) sebanyak 5 orang (10,3%). Aktivitas fisik menunjukkan bahwa sebagian besar responden beraktivitas ringan yaitu 33 orang (72,4%). Sedangkan 17 orang (38,1%) beraktivitas berat. Nilai p value $0.001 < 0.05$ yang diartikan ada hubungan antara aktivitas fisik dan stress dengan kejadian tipe *Premenstrual syndrome* (PMS) pada remaja putri di SMP Tonjongtahun 2021.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah judul yang diambil dalam penelitian ini berbeda dengan penelitian sebelumnya, variabel terikat yang diteliti berbeda, pada penelitian ini variabel terikat adalah kejadian menarche sedangkan rencana penelitian adalah kejadian *Premenstrual syndrome*. Desain penelitian dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Teknik pengambilan sampel yang akan diteliti menggunakan *Consecutive sampling* sedangkan rencana penelitian ini menggunakan *Probability sampling* dengan teknik analisa data menggunakan *Chi square*.

Penelitian Nurrahmaton (2020) yang berjudul “Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian Menarche Dini Pada Remaja Putri di SMP Amanah Medan”. Desain penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII, VIII, IX yang sudah menstruasi di SMP Amanah Medan sebanyak 33 siswi dan pengambilan sampel dengan *total population*. Instrumen dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisa data dilakukan dengan menggunakan uji statistik *Chi-Square*. Penelitian menunjukkan dari 33 responden (100%) yang memiliki gaya hidup tidak baik sebanyak 23 responden (69,7%), dan yang baik 10 (30,3%), sedangkan yang mengalami menarche dini sebanyak 18 responden (54,6%), dan yang mengalami *menarche* normal sebanyak 15 (45,4%) dengan hasil p value $0,001 < 0,05$. Ada Hubungan Antara Gaya Hidup Dengan Kejadian *Menarche* Dini Pada Remaja Putri Di SMP Amanah Medan. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas VII, VIII,

IX yang sudah menstruasi di SMP

Penelitian Husna (2022) yang berjudul “Analisis Faktor yang Mempengaruhi Kejadian *Premenstrual Syndrome* Pada Remaja Putri di Gampong Kampong Pukat Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie”. Metode penelitian dalam penelitian ini adalah kuantitatif analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Teknik *sampling* dalam penelitian ini adalah *total sampling*. Populasi dari penelitian ini adalah seluruh remaja putri di Gampong Kampong Pukat Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie yang berjumlah 57 remaja. Jadi sampel dalam penelitian ini adalah seluruh populasi dijadikan sampel yang berjumlah 57 remaja putri di Gampong Kampong Pukat Kecamatan Pidie Kabupaten Pidi. Analisis data menggunakan *chisquare* dengan nilai $p \text{ value } 0.001 < 0.05$. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebesar 30 remaja putri mengalami *premenstrual syndrom* dan 29 remaja putri memiliki pola makan yang tidak seimbang. Sehingga dapat disimpulkan ada pengaruh pola makan dengan kejadian *premenstrual syndrome* pada remaja putri.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah judul yang diambil dalam penelitian yang akan dilakukan berbeda dengan penelitian sebelumnya, variabel terikat yang diteliti berbeda, pada penelitian ini variabel terikat adalah kejadian menarche sedangkan rencana penelitian adalah kejadian PMS. Desain penelitian dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Teknik pengambilan sampel yang akan diteliti menggunakan *Consecutive sampling* sedangkan rencana penelitian ini menggunakan *Probability sampling* dengan teknik analisa data menggunakan *Chi square*.

Penelitian Erika Puspitasari (2013) yang berjudul Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* pada Siswi Kelas XI SMK Negeri 1 Bantul Yogyakarta Tahun 2013. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan waktu *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas XI SMK Negeri 1 Bantul Yogyakarta sebanyak 224 siswi. Pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan teknik *simplerandom sampling* dengan jumlah sampel 61 siswi. Uji analisis dalam penelitian ini menggunakan uji *Kendall*

Tau. Hasil penelitian didapatkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara gaya hidup sehat dengan kejadian *premenstrual syndrom* pada siswi kelas XI SMK Negeri 1 Bantul Yogyakarta tahun 2013 dengan nilai $p \text{ value} = 0.02$.

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah desain penelitian dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Teknik pengambilan sampel yang akan diteliti menggunakan *Consecutive sampling* sedangkan rencana penelitian ini menggunakan *Probability sampling* dengan teknik analisa data menggunakan *Chi square*. Persamaan antara 2 penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat.

Penelitian Irmawati (2019) dengan judul “ Hubungan Gaya Hidup dengan Kejadian *Premenstrual syndrome* (PMS) pada Mahasiswi S1 Keperawatan STIKES Panakukang Makassar. Penelitian ini merupakan penelitian survei analitik dengan pendekatan *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi S1 Keperawatan Stikes Panakukang Makassar sebanyak 302 orang dengan jumlah sampel sebanyak 44 sampel. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*. Hasil penelitian menunjukkan $p \text{ value} 0.001 < 0.05$ sehingga ada hubungan antara gaya hidup dengan kejadian *Premenstrual syndrome* (PMS) pada mahasiswi S1 Keperawatan STIKES Panakukang Makassar

Perbedaan penelitian ini dengan penelitian yang akan dilakukan adalah desain penelitian dalam penelitian ini adalah kuantitatif deskriptif. Teknik pengambilan sampel yang akan diteliti menggunakan *Consecutive sampling* sedangkan rencana penelitian ini menggunakan *Probability sampling* dengan teknik analisa data menggunakan *Chi square*. Persamaan antara 2 penelitian ini adalah variabel bebas dan variabel terikat