

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG
PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) DI SMA MARDISIWA DAN
SMAN 9 SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh

EVIANA RAHMA
NIM 22020122140172

**DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS DIPONEGORO
SEMARANG, JUNI 2026**

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa **Skripsi** yang berjudul:

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) DI SMA MARDISIWA DAN SMAN 9 SEMARANG

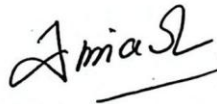
Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Eviana Rahma

NIM : 22020122140172

Telah disetujui sebagai **laporan** penelitian dan
dinyatakan telah memenuhi syarat untuk direview

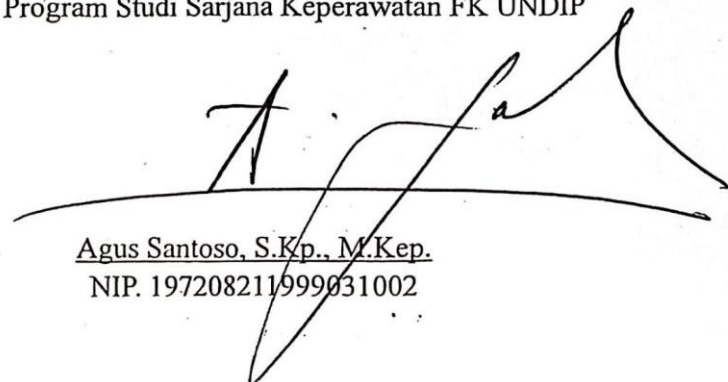
Pembimbing,



Sari Sudarmiati, S.Kp., M.Kep., Sp. Mat.
NIP. 197906122002122001

Mengetahui,

Katua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDIP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.
NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul :

**GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN REMAJA TENTANG
PREMENSTRUAL SYNDROME DI SMA SMA MARDISIWA DAN SMAN 9
SEMARANG**

Dipersiapkan dan disusun oleh : Eviana Rahma
NIM : 22020122140172

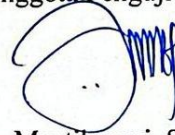
**Telah diuji pada Kamis, 18 Juni 2026 dan dinyatakan telah
memenuhi syarat untuk melakukan penelitian**

Ketua Penguji,



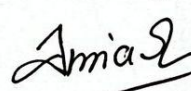
Dr. Ns. Meira Erawati, S.Kep., M.Si.Med.
NIP. 197705132002122002

Anggota Penguji



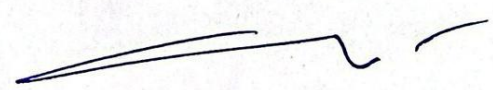
Ns. Innez Karunia Mustikarani, S.Kep., M.Kep.
NIP. 198902252024062001

Pembimbing



Sari Sudarmiati, S.Kp., M.Kep., Sp. Mat.
NIP. 197906122002122001

Mengetahui,
Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip



Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp. Mat.
NIP. 197708302001122001

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Eviana Rahma

NIM : 22020122140172

Fakultas/Departemen : Kedokteran/Ilmu Keperawatan

Jenis : Skripsi

Judul : Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja tentang
Premenstrual Syndrome (PMS) di SMA Mardisiswa dan
SMAN 9 Semarang

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk:

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih medikan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta izin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 10 Juni 2026

Yang Menyatakan,



Eviana Rahma

NIM. 22020122140172

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Eviana Rahma

Tempat/tanggal lahir : Kudus, 09 Oktober 2004

Alamat rumah : Klaling Krajan RT03/RW01, Kec. Jekulo, Kab. Kudus

No. Telepon : 08895298738

E-mail : evianarahma793@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja tentang *Premenstrual Syndrome* (PMS) di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang.” bebas dari plagiarisme dengan *similarity index* 21% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila di kemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarisme, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 10 Juni 2026



Eviana Rahma

NIM. 22020122140172

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT, Tuhan Yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, atas limpahan rahmat, hidayah, serta karunia-Nya penulis dapat menyelesaikan penyusunan proposal skripsi yang berjudul “**Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang *Premenstrual Syndrome* di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang**”.

Skripsi ini disusun sebagai bagian dari upaya ilmiah untuk memahami secara mendalam tingkat kecemasan yang dialami oleh remaja putri yang menderita *Premenstrual Syndrome* (PMS). Penelitian ini diharapkan dapat memberikan data empiris yang kuat mengenai tingkat pengetahuan remaja putri yang mengalami *premenstrual syndrome*, khususnya di kalangan siswi SMA Mardisiswa Semarang dan SMAN 9 Semarang yang berada di wilayah Banyumanik Semarang, serta menjadi dasar bagi pengembangan intervensi yang tepat guna di lingkungan sekolah.

Penulis menyadari bahwa karya ini masih jauh dari kata sempurna dan terdapat banyak keterbatasan baik dari segi metodologi, analisis maupun penyajian. Oleh karena itu, segala bentuk kritik dan saran yang membangun sangat diperlukan untuk pengembangan yang lebih baik di masa mendatang.

Semarang, 10 Juni 2026



Eviana Rahma

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT atas segala rahmat, nikmat, dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi ini. Proses penyusunan skripsi ini bukanlah perjalanan yang mudah. Berbagai tantangan, hambatan, serta rasa lelah telah menjadi bagian dari proses yang harus dilalui. Namun, berkat doa, dukungan, bimbingan, serta bantuan dari berbagai pihak, skripsi ini akhirnya dapat terselesaikan. Oleh karena itu, dengan penuh rasa hormat dan ketulusan hati, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro yang telah memberikan kesempatan dan fasilitas selama penulis menempuh pendidikan.
2. Agus Santoso, S.Kp., M.Kep., selaku Ketua Program Studi S1 Ilmu Keperawatan Universitas Diponegoro yang telah memberikan arahan dan dukungan selama proses perkuliahan.
3. Sari Sudarmiati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat., selaku dosen pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga, dan pikiran untuk memberikan bimbingan, masukan kepada penulis selama proses penyusunan skripsi ini. Terima kasih atas setiap arahan yang diberikan, bahkan di saat penulis merasa ragu dan lelah dalam menyelesaikan penelitian ini.
4. Dr. Ns. Meira Erawati, S.Kep., M.Si.Med., selaku dosen wali sekaligus dosen penguji I saya yang telah memberikan saran, kritik, dan masukan yang membangun demi penyempurnaan skripsi ini.

5. Ns.Innez Karunia Mustikarani, S.Kep., M.Kep., selaku dosen penguji II yang telah memberikan masukan dan arahan yang sangat berarti dalam penyempurnaan skripsi ini.
6. Kedua orang tua tercinta, Bapak Sutomo dan Ibu Siti Rochmah. Terima kasih atas cinta, kasih sayang, doa yang tidak pernah putus, pengorbanan, serta dukungan yang selalu diberikan sejak awal perkuliahan hingga saat ini. Terima kasih karena selalu menjadi tempat pulang, tempat menguatkan, dan alasan terbesar bagi penulis untuk terus berjuang menyelesaikan pendidikan ini. Semoga pencapaian ini dapat menjadi salah satu bentuk kebahagiaan dan kebanggaan untuk Bapak dan Ibu.
7. Yusiana Rahma dan Anjelina Rahma, selaku kakak penulis yang senantiasa memberikan doa, perhatian, semangat, serta dukungan selama proses perkuliahan hingga penyusunan skripsi ini.
8. Nenek, tante, dan om yang selalu memberikan doa, dukungan, serta perhatian kepada penulis selama menjalani masa perkuliahan dan penyusunan tugas akhir.
9. Mutia, Zilda, Fhara, Alma, Alifyia, dan Yumna rekan seperjuangan selama proses penyusunan skripsi yang senantiasa saling mendukung, berbagi informasi, memberikan semangat, serta menemani penulis dalam melewati berbagai tantangan selama penelitian. Terima kasih atas kebersamaan, kerja sama, dan kenangan yang telah terukir selama perjalanan menyelesaikan tugas akhir ini.

10. Renita, Chilia, Lathifah, Mila, Siti, Dytha, Anindita, Bintang, dan teman-teman lainnya yang tidak dapat disebutkan satu per satu. Terima kasih atas dukungan, perhatian, bantuan, canda tawa, dan kenangan yang telah mewarnai perjalanan perkuliahan penulis.
11. Terakhir, kepada diri penulis sendiri, Eviana Rahma. Terima kasih telah berjuang dan bertahan hingga berada di titik ini. Terima kasih atas setiap usaha yang telah dilakukan di tengah berbagai tantangan, tekanan, keraguan, dan kelelahan yang menyertai proses perjalanan ini. Meski tidak selalu mudah, penulis tetap memilih untuk terus melangkah dan menyelesaikan apa yang telah dimulai dengan penuh tanggung jawab. Pencapaian ini menjadi bukti dari keberanian, ketekunan, dan kerja keras yang telah diberikan selama ini. Semoga kebahagiaan, keberkahan, dan kesuksesan senantiasa menyertai langkah di masa yang akan datang. Mari rayakan sekecil apapun kemenangan itu.

Penulis berharap penelitian ini dapat memberikan manfaat baik bagi penulis maupun pembaca dengan menambah pengetahuan dan wawasan baru.

Semarang, 10 Juni 2026



Eviana Rahma

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iii
SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	iv
PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	v
KATA PENGANTAR.....	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	x
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN	xv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Rumusan Masalah Penelitian.....	9
1.3 Tujuan Penelitian.....	11
1.4 Manfaat Penelitian.....	11
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	13
2.1 Premenstrual Syndrome (PMS).....	13
2.1.1 Pengertian PMS.....	13
2.1.2 Gejala Premenstrual Syndrome.....	14
2.1.3 Faktor yang memengaruhi PMS.....	15
2.1.4 Upaya Penanganan PMS	17
2.1.5 Pencegahan PMS.....	21
2.2 Pengetahuan.....	23
2.2.1 Pengertian pengetahuan.....	23
2.2.2 Faktor yang memengaruhi pengetahuan.....	23
2.3 Pengukuran Pengetahuan Remaja tentang <i>Premenstrual Syndrome</i> (baik, cukup, kurang)	26
2.4 Kerangka Teori	27
2.5 Kerangka Konsep	27
BAB III METODE PENELITIAN	28
3.1 Jenis dan Rancangan Penelitian.....	28

3.2	Populasi dan Sampel Penelitian.....	28
3.2.1	Populasi Penelitian	28
3.2.2	Sampel Penelitian.....	29
3.3	Tempat dan Waktu Penelitian	34
3.3.1	Tempat Penelitian.....	34
3.3.2	Waktu Penelitian	35
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran	35
3.4.1	Variabel Penelitian	35
3.4.2	Definisi Operasional.....	35
3.5	Instrument Penelitian dan Cara Pengumpulan Data	38
3.5.1	Instrument Penelitian	38
3.5.2	Cara Pengumpulan Data.....	41
3.6	Uji Validitas dan Reliabilitas.....	43
3.6.1	Uji Validitas.....	44
3.6.2	Uji Reliabilitas	47
3.7	Teknik Pengolahan dan Analisis Data	48
3.7.1	Teknik Pengolahan	48
3.7.2	Analisis Data	50
3.8	Etika Penelitian.....	51
BAB IV HASIL PENELITIAN		54
4.1	Pelaksanaan Penelitian	54
4.2	Penyajian Hasil Analisis Univariat	54
4.2.1	Karakteristik Responden Berdasarkan Data Demografi	54
4.2.2	Tingkat Pengetahuan Remaja Putri di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang.....	55
4.3	Analisis Crosstab	61
4.3.1	Usia dengan Tingkat Pengetahuan	61
4.3.2	Kelas dengan Tingkat Pengetahuan.....	62
4.3.3	Paparan Informasi dengan Tingkat Pengetahuan	62
BAB V PEMBAHASAN		63
5.1	Karakteristik Responden.....	63
5.1.1	Usia	63
5.1.2	Kelas.....	65
5.1.3	Paparan Informasi	66

5.1.4	Sumber Informasi.....	67
5.1.5	Penghasilan Orangtua Responden.....	69
5.2	Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri	70
5.3	Analisis Crosstab	72
5.4	Keterbatasan Penelitian	74
BAB VI PENUTUP		76
6.1	Kesimpulan.....	76
6.2	Saran.....	77
DAFTAR PUSTAKA.....		79
LAMPIRAN.....		xi

DAFTAR TABEL

Tabel 1 Rekapitulasi Akhir Perhitungan Jumlah Sampel	32
Tabel 2 Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran.....	36
Tabel 3 Kisi-kisi Pertanyaan Kuesioner Pengetahuan	41
Tabel 4 Coding.....	49
Tabel 5 Distribusi Frekuensi berdasarkan karakteristik responden di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang dengan Jumlah 266 Responden pada bulan Maret-April 2026.....	54
Tabel 6 Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan remaja tentang premenstrual syndrome(PMS) di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang dengan Jumlah 266 Responden pada bulan Maret-April 2026	55
Tabel 7 Distribusi Jawaban Benar Responden Berdasarkan Kuesioner Pada Siswi di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang dengan Jumlah 266 Responden pada bulan Maret-April 2026	56
Tabel 8 Rata-rata Jawaban Benar dan Salah Tiap Domain Pada Siswi di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang dengan Jumlah 266 Responden pada bulan Maret-Februari 2026	59
Tabel 9 Distribusi Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Usia di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang dengan Jumlah 266 Responden pada bulan Maret-April 2026.....	61
Tabel 10 Distribusi Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Kelas di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang dengan Jumlah 266 Responden pada bulan Maret-April 2026.....	62
Tabel 11 Distribusi Tingkat Pengetahuan Berdasarkan Paparan Informasi di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang dengan Jumlah 266 Responden pada bulan Maret-April 2026	62

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 Kerangka Teori	27
Gambar 2 Kerangka Konsep	27

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan	xi
Lampiran 2 Ethical Clearance	xii
Lampiran 3 Surat Uji Expert	xiii
Lampiran 4 Surat Uji Validitas	xxx
Lampiran 5 Surat Izin Penelitian dari Departemen Ilmu Keperawatan	xxxi
Lampiran 6 Lembar Informed Consent	xxxiii
Lampiran 7 Data Demografi	xxxvi
Lampiran 8 Kuesioner Tingkat Pengetahuan Remaja tentang PMS	xxxvii
Lampiran 9 Perizinan Penggunaan Instrumen Penelitian	xl
Lampiran 10 Bukti Plagiarisme	xli
Lampiran 11 Bukti Konsultasi dengan Pembimbing	xlii
Lampiran 12 Logbook Bimbingan Skripsi	xliv
Lampiran 13 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas	xlvi
Lampiran 14 Hasil Uji Statistik Analisa Data	liii
Lampiran 15 Komponen Item Pernyataan Kuesioner “Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Premenstrual Syndrome (PMS)”	lv
Lampiran 16 Crosstab Karakteristik Responden dengan Tingkat Pengetahuan	lxvii

Departemen Ilmu Keperawatan

Fakultas Kedokteran

Universitas Diponegoro

Juni, 2026

ABSTRAK

Eviana Rahma

Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Premenstrual Syndrome (PMS) di SMA Mardisiswa Dan SMAN 9 Semarang

xvi + 78 Halaman + 11 Tabel + 2 Gambar + 16 Lampiran

Latar Belakang: Premenstrual Syndrome (PMS) merupakan gangguan kompleks yang ditandai dengan gejala fisik dan emosional yang terjadi secara siklus pada fase luteal siklus menstruasi. Prevalensi PMS di Indonesia sangat tinggi mencapai 70–90% perempuan usia subur. Remaja, khususnya siswi SMA usia 15–18 tahun, merupakan kelompok rentan yang berpotensi mengalami gejala PMS. Kurangnya pengetahuan tentang PMS dapat memengaruhi kemampuan remaja mengenali dan mengelola gejala, berdampak pada aktivitas sehari-hari, prestasi akademik, dan kesehatan mental. **Tujuan:** Menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri tentang PMS di SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang. **Metode:** Penelitian deskriptif kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional. Sebanyak 266 responden dipilih menggunakan multistage sampling. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner pengetahuan 30 item yang telah dimodifikasi (Cronbach's Alpha = 0,743) mencakup enam domain: pengertian, faktor penyebab, gejala fisik, gejala emosional, penanganan, dan pencegahan PMS. Data dianalisis secara univariat dan tabulasi silang. **Hasil:** Mayoritas responden memiliki pengetahuan baik (71,1%), diikuti cukup (27,1%), dan kurang (1,9%). Jawaban benar tertinggi terdapat pada domain gejala fisik (rata-rata 232 per item), sementara domain gejala emosional dan faktor penyebab menunjukkan kinerja terendah. Analisis chi-square menunjukkan tidak terdapat hubungan signifikan antara usia, kelas, paparan informasi, dan penghasilan orangtua dengan tingkat pengetahuan ($p > 0,05$). **Kesimpulan:** Sebagian besar siswi SMA Mardisiswa dan SMAN 9 Semarang memiliki tingkat pengetahuan baik tentang PMS, meskipun masih terdapat kesenjangan pada pemahaman gejala emosional dan faktor genetik. Edukasi kesehatan reproduksi yang lebih komprehensif direkomendasikan untuk meningkatkan pemahaman pada aspek tersebut.

Kata Kunci: pengetahuan; premenstrual syndrome; remaja; kesehatan reproduksi

*Departement of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
June, 2026*

ABSTRACT

Eviana Rahma

Description of Adolescents' Knowledge Level Regarding Premenstrual Syndrome (PMS) at SMA Mardisiswa and SMAN 9 Semarang

Xvii + 78 Pages + 11 Tables + 2 Figures + 16 Appendices

Background: Premenstrual Syndrome (PMS) is a complex disorder characterized by physical and emotional symptoms occurring cyclically during the luteal phase of the menstrual cycle. The prevalence of PMS in Indonesia is very high, reaching 70–90% of women of reproductive age. Adolescents, especially senior high school students aged 15–18 years, are a vulnerable group at risk of experiencing PMS-related symptoms. Lack of knowledge about PMS can affect adolescents' ability to recognize and manage symptoms, impacting their daily activities, academic performance, and mental health. **Objective:** To describe the level of knowledge about PMS among female students at SMA Mardisiswa and SMAN 9 Semarang. **Methods:** This study used a descriptive quantitative design with cross-sectional approach. A total of 266 respondents were selected using multistage sampling. Data were collected using a modified 30-item knowledge questionnaire (Cronbach's Alpha = 0.743) covering six domains: definition, causative factors, physical symptoms, emotional symptoms, management, and prevention of PMS. Data were analyzed using univariate analysis and cross-tabulation. **Results:** The majority of respondents had good knowledge (71.1%), followed by sufficient (27.1%), and poor (1.9%). The highest correct responses were in the physical symptoms domain (average 232 correct answers per item), while emotional symptoms and causative factors domains showed the lowest performance. Chi-square analysis showed no significant relationship between age, class, information exposure, and parental income with knowledge level ($p > 0.05$). **Conclusion:** Most female students at SMA Mardisiswa and SMAN 9 Semarang had a good level of knowledge about PMS, although gaps remain in understanding emotional symptoms and genetic factors. Comprehensive reproductive health education is recommended to improve these specific areas.

Keywords: adolescents; knowledge; premenstrual syndrome; reproductive health