

## **BAB 5**

### **HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN**

#### 5.1 Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini menguraikan tentang gambaran persepsi dan perilaku remaja putri dalam mengatasi kecemasan saat PMS di SMA Negeri 5 Bogor. Pengumpulan data dilakukan pada tanggal 15 April 2020. Pengumpulan data menggunakan teknik simple random sampling dengan kuesioner berisi 15 pernyataan mengenai persepsi dan 10 pernyataan mengenai perilaku serta 14 pernyataan mengenai tingkat kecemasan yang diberikan kepada 85 responden yang dipilih sesuai ketentuan inklusi. Hasil dari pengumpulan data yang diperoleh kemudian ditabulasi dan dianalisa. Hasil data ditampilkan dalam bentuk tabel kemudian diinterpretasikan dalam bentuk narasi atau tekstular.

##### 5.1.1. Gambaran Umum

SMA Negeri 5 Bogor adalah salah satu sekolah di Kabupaten Bogor yang termasuk ke dalam sekolah berakreditasi A berdiri pada tahun 1981 dengan nomor SK Pendirian 0219/O/1981. SMA Negeri 5 Bogor berlokasi di Jalan Manunggal No. 22 RW 01/03, Menteng, Bogor Barat 16111. Sekolah ini difasilitasi 7 ruang utama diantaranya ruang kelas berjumlah 27 ruang, 7 laboratorium, 1 perpustakaan dengan 2 pilihan jurusan yang bisa diambil yaitu jurusan MIPA dan IPS. Dan terdapat ekstrakurikuler yang dapat menunjang

kegiatan di luar kelas seperti PASKIBRAKA, PRAMUKA, PMR, SENI, dan ekstrakurikuler lainnya.

### 5.1.2. Karakteristik dan Variabel Penelitian

Tabel 5.1  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik dan Variabel  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

No.	Karakteristik	Jumlah	Presentase (%)
<b>1.</b>	<b>Usia</b>		
	15 Tahun	31	36
	16 Tahun	43	51
	17 Tahun	10	12
	18 Tahun	1	1
<b>2.</b>	<b>Usia Menarche</b>		
	10-13 Tahun	69	81
	14-16 Tahun	16	19
<b>3.</b>	<b>Sumber Informasi</b>		
	Media	29	34
	Petugas kesehatan	9	11
	Sumber lain	28	33
	Belum tahu informasi PMS	19	22
<b>4.</b>	<b>Persepsi</b>		
	Positif	70	82
	Negatif	15	18
<b>5.</b>	<b>Perilaku</b>		
	Positif	61	72
	Negatif	24	28
<b>6.</b>	<b>Tingkat Kecemasan</b>		
	Tidak ada kecemasan	27	32
	Cemas ringan	17	20
	Cemas sedang	25	29
	Cemas berat	14	16
	Cemas sangat berat/panik	2	2

### Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.1 di atas menunjukkan bahwa kurang dari setengahnya 43 responden (51%) berusia 16 tahun dan sebagian kecil 1 responden (1%) berusia 18 tahun. Sebagian besar 69 responden (81%) usia pertama menstruasi 10-13 tahun dan sebagian kecil 16 responden (19%) usia pertama menstruasi yaitu 14-16 tahun. Kurang dari setengahnya 29 responden (34%) mendapatkan informasi dari media (cetak dan elektronik) dan sebagian kecil 9 responden (11%) mendapat informasi dari petugas kesehatan (dokter, perawat dan bidan).

Sebagian besar 70 responden (82%) memiliki persepsi positif mengenai PMS dan sebagian kecil 15 responden (18%) memiliki persepsi negatif mengenai PMS. Lebih dari setengahnya 61 responden (72%) berperilaku positif saat PMS dan kurang dari setengahnya 24 responden (28%) berperilaku negatif saat PMS. Kurang dari setengahnya 27 responden (32%) tidak mengalami kecemasan saat PMS dan sebagian kecil 2 responden (2%) mengalami cemas sangat berat/panik saat PMS.

### 5.1.3. Persepsi

#### 1. Persepsi berdasarkan usia

Tabel 5.2  
Distribusi Frekuensi Persepsi Responden Berdasarkan Usia  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

Usia	$\Sigma$ Persepsi Positif	$\Sigma$ Persepsi Negatif	Jumlah	Presentase (%)
15 Tahun	26	5	31	100
16 Tahun	36	7	43	100
17 Tahun	8	2	10	100
18 Tahun	1	0	1	100
<b>Total</b>	<b>71</b>	<b>14</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

#### Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.2 menunjukkan bahwa pada usia 15 tahun memiliki persepsi positif sebanyak 26 responden, pada usia 16 tahun yang memiliki persepsi positif yaitu sebanyak 36 responden. Pada usia 17 tahun yang memiliki persepsi positif yaitu sebanyak 8 responden dan pada usia 18 tahun yang memiliki persepsi positif yaitu sebanyak 1 responden.

#### 2. Persepsi berdasarkan usia *menarche*

Tabel 5.3  
Distribusi Frekuensi Persepsi Responden Berdasarkan Usia  
*Menarche*  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

Usia <i>Menarche</i>	$\Sigma$ Persepsi Positif	$\Sigma$ Persepsi Negatif	Jumlah	Presentase (%)
10-13 Tahun	59	11	70	100
14-16 Tahun	11	4	15	100
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>15</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

### Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.3 di atas menunjukkan bahwa pada usia 10-13 tahun yang memiliki persepsi positif yaitu sebanyak 59 responden dan pada usia 14-16 tahun yang memiliki persepsi positif yaitu sebanyak 11 responden.

### 3. Persepsi berdasarkan sumber informasi

Tabel 5.4  
Distribusi Frekuensi Persepsi Berdasarkan Sumber Informasi  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

Sumber Informasi	$\Sigma$ Persepsi Positif	$\Sigma$ Persepsi Negatif	Jumlah	Presentase (%)
Media	24	5	29	100
Petugas Kesehatan	6	3	9	100
Sumber lain	25	4	29	100
Belum tahu tentang PMS	15	3	18	100
<b>Total</b>	<b>70</b>	<b>15</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

### Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.4 di atas menunjukkan bahwa sumber informasi yang berasal dari media (cetak dan elektronik) berpersepsi positif yaitu sebanyak 24 responden. Sumber informasi yang berasal dari petugas kesehatan berpersepsi positif yaitu sebanyak 6 responden. Sumber informasi yang berasal dari sumber lain (orang tua dan guru) berpersepsi positif yaitu sebanyak 25 responden dan yang belum tahu informasi tentang PMS berpersepsi positif sebanyak 15 responden.

#### 5.1.4. Perilaku

##### 1. Perilaku berdasarkan usia

Tabel 5.5  
Distribusi Frekuensi Perilaku Responden Berdasarkan Usia  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

Usia	$\Sigma$ Perilaku Positif	$\Sigma$ Perilaku Negatif	Jumlah	Presentase (%)
15 Tahun	25	6	31	100
16 Tahun	27	16	43	100
17 Tahun	8	2	10	100
18 Tahun	1	0	1	100
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>24</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

##### Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.5 di atas menunjukkan bahwa pada usia 15 tahun yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 25 responden, pada usia 16 tahun yang memiliki perilaku positif sebanyak 27 responden, usia 17 tahun yang memiliki perilaku positif sebanyak 8 responden dan pada usia 18 tahun yang memiliki perilaku positif sebanyak 1 responden.

##### 2. Perilaku berdasarkan Usia *Menarche*

Tabel 5.6  
Distribusi Frekuensi Perilaku Responden Berdasarkan Usia  
*Menarche*  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

Usia <i>Menarche</i>	$\Sigma$ Perilaku Positif	$\Sigma$ Perilaku Negatif	Jumlah	Presentase (%)
10-13 Tahun	49	21	70	100
14-16 Tahun	12	3	15	100
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>24</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

### Interpretasi data

Berdasarkan tabel 5.6 di atas menunjukkan bahwa pada usia 10-13 tahun yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 49 responden dan pada usia 14-16 tahun yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 12 responden.

### 3. Perilaku berdasarkan sumber informasi

Tabel 5.7  
Distribusi Frekuensi Perilaku Berdasarkan Sumber Informasi  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

Sumber Informasi	$\Sigma$ Perilaku Positif	$\Sigma$ Perilaku Negatif	Jumlah	Presentase (%)
Media	22	7	29	100
Petugas Kesehatan	6	3	9	100
Sumber lain	22	7	29	100
Belum tahu tentang PMS	11	7	18	100
<b>Total</b>	<b>61</b>	<b>24</b>	<b>85</b>	<b>100</b>

### Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.7 di atas menunjukkan bahwa sumber informasi yang berasal dari media (cetak dan elektronik) yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 22 responden, sumber informasi yang berasal dari petugas kesehatan yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 6 responden, sumber informasi yang berasal dari sumber lain (orang tua dan guru) yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 22 responden dan yang belum tahu informasi tentang PMS yang memiliki perilaku positif yaitu sebanyak 11 responden.

### 5.1.5. Tingkat Kecemasan

#### 1. Tingkat kecemasan berdasarkan usia

Tabel 5.8  
Distribusi Frekuensi Tingkat Cemas Responden Berdasarkan Usia  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

Usia	Tidak ada cemas	Cemas ringan	Cemas sedang	Cemas Berat	Panik	$\Sigma$	Presentase (%)
15 Tahun	8	10	8	5	0	31	100
16 Tahun	16	6	10	9	2	43	100
17 Tahun	3	1	6	0	0	10	100
18 Tahun	0	0	1	0	0	1	100
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>17</b>	<b>25</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>85</b>	100

#### Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.8 di atas menunjukkan bahwa pada usia 15 tahun, yang memiliki cemas ringan yaitu sebanyak 10 responden, pada usia 16 tahun yang memiliki tidak cemas yaitu sebanyak 16 responden, pada usia 17 tahun yang memiliki cemas sedang yaitu sebanyak 6 responden dan pada usia 18 tahun yang memiliki cemas sedang yaitu sebanyak 1 responden.

#### 2. Tingkat kecemasan berdasarkan Usia *Menarche*

Tabel 5.9  
Distribusi Frekuensi Tingkat Cemas Berdasarkan Usia *Menarche*  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

Usia <i>Menarche</i>	Tidak ada cemas	Cemas ringan	Cemas sedang	Cemas Berat	Panik	$\Sigma$	Presentase (%)
10-13 Tahun	22	16	18	12	2	70	100
14-16 Tahun	5	1	7	2	0	15	100
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>17</b>	<b>25</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>85</b>	100



### Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.9 di atas menunjukkan bahwa pada usia 10-13 tahun, yang memiliki tidak ada cemas yaitu sebanyak 22 responden dan pada usia 14-16 tahun yang memiliki cemas sedang yaitu sebanyak 7 responden.

### 3. Tingkat kecemasan berdasarkan sumber informasi

Tabel 5.10  
Distribusi Frekuensi Tingkat Cemas Berdasarkan Sumber  
Informasi  
Di SMA Negeri 5 Bogor Tahun 2020  
(n = 85)

Sumber Informasi	Tidak ada cemas	Cemas ringan	Cemas sedang	Cemas berat	Panik	$\Sigma$	Presentase (%)
Media	9	4	10	5	1	29	100
Petugas kesehatan	4	2	1	2	0	9	100
Sumber lain	7	9	8	5	0	29	100
Belum tahu PMS	7	2	6	2	1	18	100
<b>Total</b>	<b>27</b>	<b>17</b>	<b>25</b>	<b>14</b>	<b>2</b>	<b>85</b>	100

### Interpretasi Data

Berdasarkan tabel 5.10 di atas menunjukkan bahwa pada sumber informasi dari media (cetak, elektronik) yang memiliki cemas sedang yaitu sebanyak 10 responden, Sumber informasi dari petugas kesehatan (dokter, perawat dan bidan) yang memiliki tidak ada cemas yaitu sebanyak 4 responden, Sumber lain (orang tua, guru) yang memiliki cemas ringan yaitu sebanyak 9 responden dan yang belum tahu informasi tentang PMS, yang memiliki tidak ada cemas yaitu sebanyak 7 responden.

## 5.2 Pembahasan

Pada bagian ini akan dibahas hasil penelitian “Gambaran Persepsi dan Perilaku Remaja Putri Dalam Mengatasi Kecemasan Saat PMS di SMA Negeri 5 Bogor” tentang kesesuaian antara konsep teoritik dengan hasil penelitian di lapangan.

### 1. Persepsi

Penelitian yang dilakukan di SMA Negeri 5 Bogor menunjukkan sebagian besar responden usia pertama menstruasi yaitu 10-13 tahun dan sebagian kecil responden usia pertama menstruasi yaitu 14-16 tahun. Usia menarche akan menjadi awal mula terjadinya PMS. Menurut Nurmala, 2012 PMS dipengaruhi oleh faktor hormonal yaitu hormon estrogen dan progesteron, faktor genetik, faktor psikologis dan gaya hidup.

Hasil penelitian dari 85 responden menunjukkan sebagian besar responden pernah mendapat riwayat informasi tentang PMS dan sebagian kecil tidak pernah mendapat riwayat informasi mengenai PMS. Sumber informasi yang diperoleh juga bermacam-macam yaitu kurang dari setengahnya mendapatkan informasi dari media seperti media cetak/elektronik, guru/orangtua, dan sebagian kecil mendapat informasi dari petugas kesehatan seperti dokter/perawat/bidan serta responden yang belum tahu riwayat informasi mengenai PMS. Menurut peneliti, tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh riwayat informasi yang dimiliki sebelumnya, khususnya informasi mengenai PMS dari mulai pengertian, gejala, penyebab dan cara mengatasi PMS. Hal ini sesuai dengan teori

Notoatmodjo (2010), faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah tingkat pendidikan, informasi, budaya, pengalaman dan usia.

Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki persepsi positif dan sebagian kecil memiliki persepsi negatif mengenai PMS. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Badriyah (2012) di SMA Negeri 3 Sragen dengan hasil penelitian bahwa lebih dari setengahnya responden memiliki tingkat pengetahuan baik, kurang dari setengahnya kategori cukup dan sebagian kecil termasuk kategori kurang pengetahuan mengenai PMS. Dari kedua penelitian tersebut terdapat kesamaan yaitu pada hasil penelitian bahwa sebagian besar responden memiliki persepsi atau pengetahuan yang positif. Hal ini didasari oleh pemahaman yang sudah dimiliki responden sebelumnya dari berbagai sumber yang diperoleh. Adapula perbedaannya yaitu pada cara skala ukur dimana peneliti menggunakan skala likert dalam hasil penelitian dan menggunakan variabel persepsi, sedangkan penelitian Badriyah menggunakan kategori berdasarkan Arikunto (2010) dan menggunakan variabel pengetahuan mengenai PMS.

## 2. Perilaku

Hasil penelitian dari 85 responden menunjukkan hasil bahwa lebih dari setengahnya memiliki perilaku positif saat PMS dan kurang dari setengahnya memiliki perilaku negatif saat PMS. Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Nurmilasari (2016) menunjukkan bahwa sebagian besar responden berperilaku baik dan buruk

saat PMS. Dari kedua hasil penelitian tersebut didapat bahwa lebih dari setengahnya perilaku remaja dalam mengatasi PMS adalah positif atau perilaku baik.

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Wahyuningsih (2018) mengenai hubungan antara usia menarche, sikap tentang Pre-Menstruasi Sindrom terhadap perilaku dalam mengatasi Pre-Menstruasi Syndrom di SMPN 1 Mlati Yogyakarta, menyatakan bahwa lebih dari setengahnya remaja putri memiliki perilaku cukup baik dan baik terhadap penanganan PMS. Perilaku cukup baik yang artinya siswa tersebut belum optimal dalam penanganan PMS.

Hasil penelitian ini terdapat perbedaan dengan penelitian yang dilakukan Wahyuningsih. Pada penelitian ini peneliti melakukan penelitian kepada responden remaja putri SMA kelas X dan XI, sementara Wahyuningsih melakukan penelitian kepada responden remaja putri SMP kelas VII dan hasil penelitiannya menyatakan bahwa perilaku penanganan PMS yang sering dilakukan oleh siswi yaitu menggosok perut dengan minyak kayu putih dan dikompres hangat, minum air hangat, mandi air hangat, tarik nafas dalam, dan ada beberapa siswi yang hingga minum obat – obatan untuk mengurangi rasa nyeri sedangkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti mengenai perilaku remaja putri dalam mengatasi PMS adalah berperilaku marah-marah ketika PMS itu datang, memijat, mengompres bagian yang nyeri, sebagian ada yang tidak meminum obat, dan tidak nafsu makan. Adanya perbedaan dalam berperilaku ini

dipengaruhi oleh pengetahuan dan pengalaman yang dimiliki khususnya remaja putri, sehingga apa yang sudah dipahami dalam menangani PMS dapat diaplikasikan.

### 3. Tingkat kecemasan

Hasil penelitian dari 85 responden menunjukkan hasil bahwa kurang dari setengahnya tidak ada kecemasan dan mengalami cemas sedang saat PMS. Sebagian kecil mengalami cemas ringan, cemas berat dan cemas sangat berat/panik. Hasil penelitian ini tidak sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Maulidah (2016) menunjukkan bahwa sebagian kecil responden tidak ada cemas, mengalami cemas ringan, dan cemas sangat berat. Kurang dari setengahnya responden mengalami cemas sedang dan cemas berat saat PMS

Hal ini terdapat perbedaan antara penelitian yang dilakukan peneliti dan penelitian Maulidah. Bedanya ialah pada riwayat informasi yang diterima responden sebelumnya. Pada penelitian yang dilakukan oleh peneliti ini respondennya sudah banyak yang dapat informasi tentang PMS dengan sumber informasi yang bermacam-macam dengan karakteristik responden yang berbeda. Selain itu, peneliti mengambil sampel remaja putri SMA dengan jumlah sampel lebih besar dari penelitian yang dilakukan oleh Maulidah yaitu 85 responden sedangkan Maulidah mengambil sampel remaja putri SMP sebanyak 80 responden. Dan dari kedua penelitian tersebut didapat bahwa remaja putri ada yang tidak mengalami kecemasan

dan adapun yang mengalami kecemasan saat PMS dengan tingkat kecemasan yang berbeda-beda.

Menurut penelitian Delara (2013) 66,3% remaja Indonesia mengalami PMS ringan. Kurangnya pengetahuan, pengalaman, dan juga kurangnya informasi yang dimiliki oleh wanita terutama oleh remaja putri tentang PMA dapat memperberat gejala-gejala yang timbul terutama kecemasan. Terkadang remaja putri mencoba mengatasi gejala-gejala PMS dan bersifat coba-coba tanpa adanya pengetahuan yang cukup dan benar. Menurut Stuart & Sundeen (2010) semakin banyak sumber informasi yang diperoleh maka pengetahuan akan meningkat, sehingga dapat digunakan untuk mengatasi masalah kecemasan seseorang.

### 5.3 Keterbatasan Penelitian

Dalam proses penelitian ini terdapat berbagai hal yang menghambat penelitian ini, diantaranya pada saat penyusunan proposal, sidang proposal dan pengambilan data berhalangan dengan adanya kejadian pandemi Covid-19. Karena itu, peneliti harus melakukan 3 hal tersebut di rumah dan tidak bisa berinteraksi dengan responden secara langsung. Namun, peneliti mengantisipasinya dengan menggunakan google form yang telah dibuat oleh peneliti. Peneliti berupaya untuk melakukan hasil yang optimal dengan bekerja sama dengan pihak sekolah (tempat penelitian) untuk mengumpulkan responden. Karena itu peneliti harus menunggu 2-3 hari untuk pelaksanaan penelitian ini. Setelah itu, kuesioner melalui google form tersebut dapat langsung disebarkan sesuai dengan jumlah responden yang telah ditentukan.