

**HUBUNGAN *PREMENSTRUAL SYNDROME* DENGAN
KESTABILAN EMOSIONAL REMAJA PUTRI
DI SMPN 09 JEMBER**

SKRIPSI



Oleh:

**Ilmi Nur Romadhoni
NIM 21104027**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

**HUBUNGAN *PREMENSTRUAL SYNDROME* DENGAN
KESTABILAN EMOSIONAL REMAJA PUTRI
DI SMPN 09 JEMBER**

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan Penelitian Skripsi Dalam Rangka
Memperoleh Gelar Sarjana Ilmu Kebidanan (S.Keb)



Oleh :

**Ilmi Nur Romadhoni
NIM 21104027**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Hubungan *Premenstrual Syndrome* Dengan Kestabilan Emosional Remaja Putri Di SMPN 09 Jember telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Ilmi Nur Romadhoni
NIM : 21104027
Hari, Tanggal : Selasa, 8 Juli 2025
Program Studi : Kebidanan Program Sarjana Universitas dr. Soebandi

Tim Penguji
Ketua Penguji



Trisna Pangestuningtyas, S.ST., M.Keb
NIDN. 0704078804

Anggota Penguji ,



Dinar Perbawati, S.ST., M.Kes
NIDN. 0709059105

Pembimbing,



Ririn Handayani, S.ST., M.Keb
NIDN. 0723088901

Mengesahkan,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi



Ai Nur Zannah, S.ST., M.Keb
NIDN. 0719128902

HUBUNGAN *PREMENSTRUAL SYNDROME* DENGAN KESTABILAN EMOSIONAL REMAJA PUTRI DI SMPN 09 JEMBER

THE RELATIONSHIP BETWEEN PREMENSTRUAL SYNDROME AND EMOSIONAL STABILITY OF FEMALE ADOLESCENTS AT JUNIOR HIGH SCHOOL 09 JEMBER

Ilmi Nur Romadhoni^{1*}, Ririn Handayani²

¹Ilmu Kebidanan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi, email: ilmiilminurromadhoni1121@gmail.com

²Ilmu Kebidanan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr.Soebandi, email: ririnhandayani89@uds.ac.id

Korespondensi Penulis: ilminurromadhoni1121@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Masa remaja merupakan periode transisi ditandai perubahan fisik, sosial dan mental yang mempengaruhi kondisi emosional. Sebagian remaja di hadapkan ketidaknyamanan menjelang menstruasi yang di sebut *Premenstrual Syndrome* (PMS), yaitu sekumpulan gejala atau keluhan berupa fisik, psikologi dan emosi yang muncul 7-10 hari sebelum menstruasi dan hilang ketika menstruasi berlangsung. Gejala PMS meliputi nyeri payudara, sakit kepala, nyeri sendi atau otot, sakit punggung, pembengkakan ekstremitas, pegal, tidak enak badan, nyeri di bagian perut dan penambahan berat badan. Prevalensi PMS di Indonesia mencapai 85% dengan 60-70% penderitanya remaja. Penelitian ini dilakukan di SMP Negeri 09 Jember wilayah semi-urban dengan latar belakang sosial siswi dan juga gaya hidup yang beragam. Studi pendahuluan pada 15 siswi didapatkan seluruh responden mengalami PMS, dan belum pernah ada penelitian sebelumnya. Kondisi ini penting diteliti karena dapat mengganggu hubungan dengan keluarga dan juga kualitas hidup, serta pada kestabilan emosional remaja putri.

Tujuan: Menganalisis hubungan *Premenstrual Syndrome* dengan kestabilan emosional remaja putri di SMPN 09 Jember

Metode: Penelitian kuantitatif korelasional dengan desain *cross-sectional*. Populasi 110 responden, teknik sampling *simple random sampling* didapatkan sampel 58 responden. Instrumen menggunakan kuesioner *Shortened Premenstrual Assessment Form* (SPAF), dan kuesioner kestabilan emosional, uji statistik menggunakan uji *sperman rank*.

Hasil: Diperoleh nilai p value = 0,004, ($< \alpha$ 0,05). Menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara PMS dan kestabilan emosional.

Kesimpulan: H_0 ditolak dan H_1 diterima sehingga ada hubungan *Premenstrual Syndrome* dengan kestabilan emosional remaja putri di SMPN 09 jember.

Saran: Siswi dapat menjaga pola hidup agar dapat mengelola emosi mereka dengan baik.

Kata Kunci: remaja ; *Premenstual Syndrome*; kestabilan emosional