

**MEKANISME KOPING REMAJA DALAM MENGHADAPI SINDROM
PREMENSTRUASI DI SMA N 1 SOKARAJA**



SKRIPSI

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat
Mencapai Derajat Sarjana

Oleh :
DIAN SETYANINGSIH
0711020015

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH PURWOKERTO
2012**

HALAMAN PERSETUJUAN

**MEKANISME KOPING REMAJA DALAM MENGHADAPI SINDROM
PREMENSTRUASI DI SMA N 1 SOKARAJA**

DIAN SETYANINGSIH

0711020015

Diperiksa dan disetujui:

Pembimbing I

Pembimbing II

Kris Linggardini, S.Kp. M.Kep
NIK.2160195

Ns. Endiyono, S.Kep
NIK.2160385

HALAMAN PENGESAHAN

**MEKANISME KOPING REMAJA DALAM MENGHADAPI SINDROM
PREMENSTRUASI DI SMA N 1 SOKARAJA**

DIAN SETYANINGSIH

0711020015

Telah dipertahankan di depan Panitia Ujian Skripsi
pada hari Kamis tanggal 23 Februari 2012

SUSUNAN PANITIA UJIAN

Ketua

Kris Linggardini, S.Kp. M.Kep

NIK.2160195

Sekretaris

Ns. Endiyono, S.Kep

NIK.2160385

Penguji I

Ns. Dedy Purwito, S.Kep, M.Sc

NIK.2160153

Penguji II

Ns. Jebul Suroso, S.Kep. M.Kep

NIP. 197703052005011001

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Purwokerto

Ns. Dedy Purwito, S.Kep, M.Sc

NIK.2160153

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama : Dian Setyaningsih

NIM : 0711020015

Program Studi : Sarjana Keperawatan

Fakultas/Universitas : Ilmu kesehatan/Universitas Muhammadiyah Purwokerto.

Menyatakan dengan sebenar-benarnya bahwa skripsi ini adalah hasil karya saya dan bukan hasil penjiplakan hasil karya orang lain.

Demikian pernyataan ini, dan apabila kelak di kemudian hari terbukti ada unsur penjiplakan, maka saya bersedia mempertanggungjawabkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Purwokerto, 23 Februari 2012

Yang menyatakan,

Dian Setyaningsih

NIM. 0711020015

PERSEMBAHAN

Skripsi ini saya persembahkan kepada:

1. Bapak, Ibu, dan kakak saya tercinta yang selalu memberikan do'a, kasih sayang dan dukungan untuk selalu bersemangat dalam mengerjakan skripsi ini.
2. Mas Herman, terimakasih atas dukungan, do'a dan semangatnya.
3. Teman-teman : Wiwi, Mba Emi, Pipit, Ainis, Ida, Amii, Lina, Yeni, Ririn, Oca, Suci, Laras, dan Kiky. Terimakasih atas dukungan dan semangatnya.
4. Untuk semua temen-teman seperjuanganku, sahabat-sahabatku terimakasih atas kerjasama dan semangatnya.

MOTTO

**Bersikaplah kokoh seperti batu karang yang tidak putus-putus-nya
dipukul ombak.**

**Ia tidak saja berdiri kokoh, bahkan ia mampu menentramkan amarah
ombak dan gelombang.**

**Sesali masa lalu karena ada kekecewaan dan kesalahan-kesalahan, tetapi
jadikan penyesalan itu sebagai senjata untuk masa depan agar
tidak terjadi kesalahan lagi.**

**Dalam hidup, berikanlah yang terbaik yang kita bisa.
Tak perlu jadi sempurna, karena apa yang membuat kita berbeda,
Itu yang membuat kita istimewa.**

ABSTRAK

Latar Belakang: Sindrom premenstruasi umumnya akan mempengaruhi perubahan tingkah laku yang sangat parah sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari bagi remaja. Oleh karena itu diperlukan mekanisme koping yang tepat dalam menghadapi sindrom premenstruasi. Di Indonesia angka kejadian sindrom premenstruasi sekitar 80-90%, sementara di Eropa angka kejadian sindrom premenstruasi sekitar 35%, hal tersebut juga mempengaruhi aktifitas sehari-hari karena ketidaknyamanan akibat dari sindrom premenstruasi tersebut.

Tujuan: Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui mekanisme koping remaja dalam menghadapi sindrom premenstruasi di SMAN 1 Sokaraja

Metode: Dalam penelitian ini metode yang digunakan adalah deskriptif analitik. Dengan jumlah sampel sebanyak 179 responden yang diambil dengan teknik *cluster sampling* dan *simple random sampling*, analisa data menggunakan analisa univariat yaitu untuk mengetahui gambaran mekanisme koping yang digunakan remaja di SMA N 1 Sokaraja.

Hasil: Hasil penelitian menyebutkan bahwa 110 (61,5%) remaja memiliki mekanisme koping yang adaptif dan 69 (38,5%) remaja memiliki mekanisme koping yang maladaptif.

Kesimpulan: Mayoritas remaja di SMA N 1 Sokaraja menggunakan mekanisme koping adaptif, yaitu sebanyak 110 (61,5%) dan minoritas remaja yang menggunakan mekanisme koping yang maladaptif, yaitu sebanyak 69 (38,5%).

Kata kunci: Sindrom premenstruasi, Mekanisme koping.

ABSTRACT

Background: Premenstruation syndrome usually will be influence of change in seviror condition so that could annoy of daily activities for adult. Therefore need coping mechanism precisely in handling premenstruation syndrome. In Indonesia the log number premenstruation syndrome about 80-90%, in Europe log number premenstruation syndrome about 35%, that is influence daily activities because non comfortable what effect does premenstruation syndrome.

Objective: The purpose of this study is to determine adult coping mechanism in facing premenstruation syndrome in SMAN 1 Sokaraja.

Method: In this research used method analitic descriptive. The number of sample is 179 respondent that is taked with *cluster sampling* technique and *simple random sampling*, date analized used univariat analized to know coping mechanism figures that is used by adult at SMA N 1 Sokaraja.

Result: Univariat analism is conclude that 110 (61,5%) from adult have adaptive coping mechanism and 69 (38,5%) from adult have maladaptive coping mechanism.

Conclusion: Adult majority at SMA N 1 Sokaraja used adaptive coping mechanism at the rate 110 (61,5%) and adult minority used maladaptive coping mechanism at the rate 69 (38,5%).

Keywords: Prementruation syndrome, Coping mechanism.▪

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah penulis panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala limpahan nikmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi dengan judul “Mekanisme Koping Remaja Dalam Menghadapi Sindrom Premenstruasi di SMA N 1 Sokaraja”. Shalawat serta salam tetap tercurah kepada Nabi Muhammad SAW juga kepada keluarga, sahabat serta pengikutnya.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa skripsi ini tidak selesai tanpa adanya bantuan serta dorongan baik moril maupun materil dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis berkenan untuk menyampaikan terima kasih kepada Ibu Kris Linggardini, S.Kp.M.Kep selaku pembimbing I yang telah membimbing dan memberikan banyak masukan dalam penyelesaian skripsi ini dan kepada Bapak Ns. Endiyono, S.Kep selaku pembimbing II yang telah memberikan sumbangan pemikiran dan pengarahan dalam skripsi ini.

Ucapan terima kasih juga penulis sampaikan kepada :

1. Dr. H. Syamsuhadi Irsyad, M.H, rektor Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah membuat keputusan dalam penulisan skripsi ini.
2. Ns. Dedy Purwito, S.Kep., M.Sc, dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah menyetujui penulisan skripsi ini dengan menerbitkan Surat Keputusan tentang Pembimbing Skripsi
3. Kepala sekolah SMA N 1 Sokaraja, yang telah memberikan ijin penelitian. Beserta bapak/ibu guru yang telah membantu dalam pelaksanaan penelitian ini sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
4. Ns. Siti Nurjanah, S.Kep, M.Kep selaku Kepala Program Studi Keperawatan SI Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah menerbitkan Surat Keputusan tentang Permohonan Izin Penelitian Penyusunan Skripsi.
5. dr. Eko Prpto Widodo, selaku dosen Pembimbing Akademik (PA) yang telah memberi pengarahan dan bimbingan dalam bidang akademik selama penulis menjalani perkuliahan sampai menyelesaikan skripsi ini.

6. Ns. Dedy Purwito, S.Kep, M.Sc, sebagai penguji I yang karena kebijakannya memberikan kritikan dan saran-saran yang membangun sehingga skripsi ini lebih baik.
7. Ns. Jebul Suroso, S.Kep, M.Kep selaku penguji II yang banyak memberikan sumbangan pemikiran dan kritik yang membangun sehingga skripsi ini lebih baik.
8. Seluruh staf pengajar Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah berkenan memberikan ilmunya yang sangat bermanfaat bagi penulis.
9. Seluruh staf karyawan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Purwokerto yang telah membantu penulis dalam urusan teknis dan surat menyurat.
10. Bapak,Ibu dan kakakku tercinta, saudara-saudaraku, dan mas herman yang telah memberikan dukungan moril dan materiil kepada penulis sehingga skripsi ini dapat terselesaikan.
11. Teman-temanku seperjuangan yang telah memberikan semangat. Berjuanglah dan raihlah impian kalian.

✱ Semoga segala kebaikan yang diberikan mendapat balasan dari Allah SWT. Penulis menyadari dalam penulisan skripsi ini jauh dari sempurna, penulis berharap hasilnya dapat memberikan kontribusi bagi Fakultas, SMA N 1 Sokaraja, dan instansi kesehatan lain dan siapa pun yang membacanya.

Purwokerto, 23 febuari 2012

Dian Setyaningsih
NIM 0711020015

DAFTAR ISI

| | |
|-----------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL | i |
| HALAMAN PERSETUJUAN | ii |
| HALAMAN PENGESAHAN | iii |
| HALAMAN PERNYATAAN | iv |
| HALAMAN PERSEMBAHAN | v |
| MOTO | vi |
| ABSTRAK | vii |
| ABSTRACT | viii |
| KATA PENGANTAR | ix |
| DAFTAR ISI | xi |
| DAFTAR TABEL | xiv |
| DAFTAR GAMBAR | xv |
| DAFTAR LAMPIRAN | xvi |
| BAB I PENDAHULUAN | |
| A. Latar Belakang | 1 |
| B. Rumusan Masalah | 4 |
| C. Tujuan Penelitian | 4 |
| D. Manfaat Penelitian | 5 |
| E. Penelitian Terkait | 5 |

BAB II TINJAUAN PUSTAKA

| | |
|--------------------------------|----|
| A. Mekanisme Koping | 9 |
| B. Remaja | 17 |
| C. Sindrom Premenstruasi | 24 |
| D. Kerangka Teori | 34 |
| E. Kerangka Konsep | 34 |

BAB III METODOLOGI PENELITIAN

| | |
|---|----|
| A. Desain Penelitian | 35 |
| B. Populasi, Sampel dan Teknik Sampling | 35 |
| C. Waktu dan Tempat Penelitian | 37 |
| D. Variabel penelitian | 38 |
| E. Definisi Operasional | 38 |
| F. Etika Penelitian | 39 |
| G. Pengumpulan Data | 39 |
| H. Prosedur Pengumpulan Data | 43 |
| I. Prosedur Penelitian | 44 |
| J. Metode Pengumpulan Data | 45 |

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN

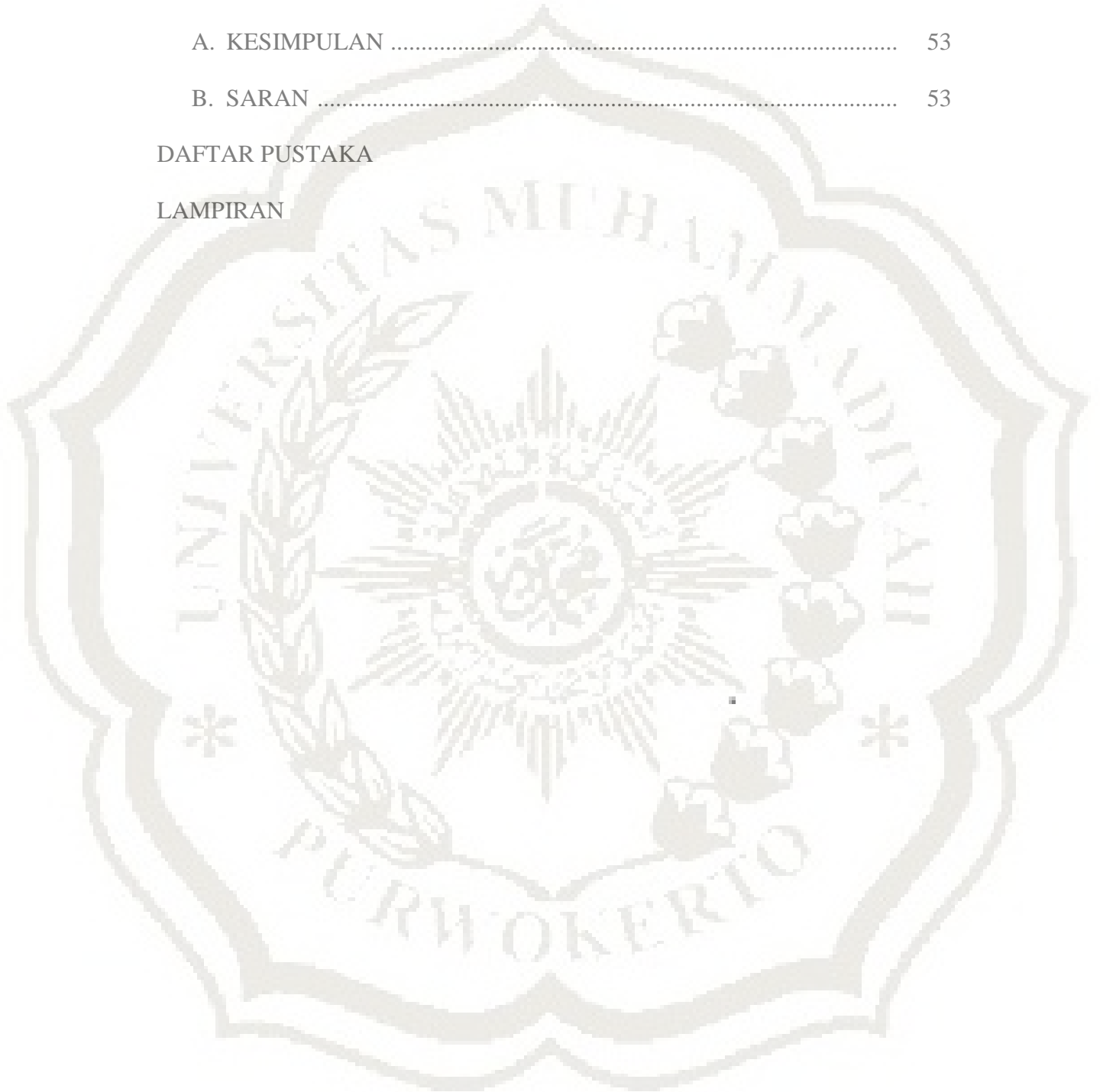
| | |
|---------------------------|----|
| A. HASIL PENELITIAN | 47 |
| B. PEMBAHASAN | 48 |

BAB V KESIMPULAN DAN SARAN

| | |
|---------------------|----|
| A. KESIMPULAN | 53 |
| B. SARAN | 53 |

DAFTAR PUSTAKA

LAMPIRAN



DAFTAR TABEL

| | |
|---|----|
| 2.1 Gejala-Gejala Sindrom Premenstruasi | 33 |
| 3.1 Definisi Operasional | 38 |
| 3.2 Tabel Sebaran <i>Favourable</i> dan <i>Unfavourable</i> | 40 |
| 3.3 Tabel uji validitas kuesioner mekanisme koping adaptif dan maladaptif .. | 42 |
| 4.1 Tabel karakteristik responden | 47 |
| 4.2 Tabel mekanisme koping remaja dalam menghadapi sindrom Premenstruasi | 47 |
| 4.3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Usia terhadap mekanisme koping remaja | 48 |

DAFTAR GAMBAR

| | |
|---|----|
| Gambar 2.1 Kerangka Teori Penelitian | 34 |
| Gambar 2.2 Kerangka Konsep Penelitian | 34 |



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Pernyataan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Kuesioner Mekanisme Koping Adaptif dan Maladaptif
- Lampiran 3 Validitas Mekanisme Koping Adaptif dan Maladaptif
- Lampiran 4 Reliabilitas Kuesioner Mekanisme Koping Adaptif dan Maladaptif
- Lampiran 5 Hasil Uji Univariat
- Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian dari BAKESBANGPOLLINMAS
- Lampiran 7 Surat Ijin Penelitian dari BAPPEDA
- Lampiran 8 Surat Ijin Penelitian dari DEPDIKNAS
- Lampiran 9 Input Data
- Lampiran 10 Data Umur Responden