

**PENGALAMAN REMAJA PUTRI SAAT MASA
PRAMENSTRUAL SYNDROME (PMS)**

KARYA TULIS ILMIAH

(STUDI KASUS)



Oleh:

NAZWA NABILLA

NIM : 202210300511013

PROGRAM STUDI DIPLOMA III KEPERAWATAN

FAKULTAS VOKASI

UNIVERSITAS MUHAMMADYAH MALANG

TAHUN 2024

Pengalaman Remaja putri saat masa Pramenstrual syndrome (PMS)

Karya Tulis Ilmiah

(Studi Kasus)

Diajukan kepada Universitas Muhammadiyah Malang untuk memenuhi salah satu persyaratan dalam menyelesaikan program Ahli Madya Keperawatan



Oleh

Nama : Nazwa Nabilla

Nim : 202210300511013

Program Studi Diploma III Keperawatan

Fakultas Vokasi

Universitas Muhammadiyah Malang

Tahun 2024

LEMBAR PENGESAHAN

TUGAS AKHIR


PENGALAMAN REMAJA PUTRI SAAT MASA PRAMENSTRUAL SYNDROME (PMS)

oleh :

Nazwa Nabilla
202210300511013

Diterima dan disetujui
Pada tanggal 20 Desember 2024

Pembimbing I,


Nurul Aini S.Kep.,Ns.M.Kep

Ketua Program Studi,



Prof. Dr. Tulus Winarsunu, M.Si


Indah Dwi Pratiwi, S.Kep., Ns., M.Ng

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

“Pengalaman Remaja Putri Dalam Menhadapi Pramenstrual Syndrome
(PMS): Studi Kasus”


Karya Tulis Ilmiah

Disusun Oleh

NAZWA NABILLA
NIM : 202210300511013


Menyetujui
Malang, 14 Desember 2024

Dosen Pembimbing



(Nurul Aini, s.Kep., Ns., M.Kep.)
NIDN. 0705067605

Ketua Program Studi DIII Keperawatan
Fakultas Vokasi
Universitas Muhammadiyah Malang



(Indah Dwi Purwati, S. Kep., Ns., M.Kep.)
NIDN. 0711038301

LEMBAR PENGESAHAN

LEMBAR PENGESAHAN TUGAS AKHIR

PENGALAMAN REMAJA PUTRI SAAT MASA PRAMENSTRUAL SYNDROME (PMS)

Yang disiapkan dan disusun oleh :

Nama : Nazwa Nabilla
NIM : 202210300511013
Jurusan : D3 Keperawatan

Telah dipertahankan di depan penguji pada tanggal 20 Desember 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima sebagai kelengkapan guna memperoleh gelar Ahli Madya Keperawatan pada Universitas Muhammadiyah Malang.

Susunan Tim Penguji :

Penguji I : Reni Ilmiasih M.Kep Sp.Kep An
Penguji II : Ika Rizki Anggraini S.Kep.Ns.,M.Kep
Penguji III : Nurul Aini S.Kep.,Ns.M.Kep

1. 
2. 
3. 



Prof. Dr. Tulus Winarsunu, M.Si

Ketua Program Studi,

Indah Dwi Pratiwi, S.Kep., Ns., M.Ng

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Nazwa Nabilla

NIM : 202210300511013

Program Studi : DIII Keperawatan Fakultas Vokasi UMM

Judul Skripsi : PENGALAMAN REMAJA PUTRI SAAT MASA PRAMESTRUAL SYNDROME (PMS):STUDI KASUS

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa tugas akhir yang saya tulis ini benar – benar hasil karya saya sendiri. Bukam merupakan pengambilan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa tugas akhir ini adalah hasil jiplakan maka, Saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 2024

Yang membuat pernyataan



Nazwa Nabilla

202210300511013

DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	v
DAFTAR ISI	vi
DAFTAR TABEL	ix
DAFTAR LAMPIRAN	x
ABSTRAK	xi
ABSTRACT	xii
KATA PENGATAR	xiii
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian	4
1.3.1 Tujuan umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian	5
1.4.1. Bagi Partisipan	5
1.4.2 Bagi pelayanan kesehatan	5
1.4.3 Bagi Institusi	5
BAB II	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1. Konsep premenstrual syndrome (PMS)	6
2.1.1. Defenisi premenstrual syndrome	6
2.1.2 Etiologi/penyebab pramenstruak syndrome (PMS)	7
2.1.3 Faktor resiko pramesntrual syndrome (PMS)	9
2.1.4 Tanda Gejala pramenstrual syndrome (PMS)	10
2.1.5. `Klasifikasi premenstrual syndrome (PMS)	12
2.1.6 Komplikasi Pramenstrual syndrome (PMS)	13
2.1.7 Penatalaksana medis	13

2.2.1	Konsep Remaja	17
2.2.1.1	Defenisi Remaja.....	17
2.2.1.2	Tahap perkembangan remaja.....	18
BAB III.....		20
METODE PENELITIAN		20
3.1.	Desain penelitian	20
3.2.	Tempat dan Waktu penelitian.....	20
3.3.	Setting Penelitian.....	20
3.4.	Subjek penelitian.....	21
3.5	Metode pengumpulan data.....	21
3.6.	Metode Analisa Data.....	22
3.7	Metode Uji Keabsahan	22
3.8	Etika Penelitian	22
BAB IV.....		25
HASIL DAN PEMBAHASAN		25
4.1	Informasi Umum partisipan	25
Tabel. 4.1	informasi umum partisipan.....	25
4.1.1	Partisipan pertama	25
4.1.2	Partisipan kedua	26
4.1.3	Partisipan ketiga	26
4.1.4	Partisipan keempat	27
4.1.5	Partisipan Ke-Lima.....	27
4.2	Hasil Penelitian.....	28
Tabel 4.2	Hasil Analisa Data Penelitian.....	28
4.3	Pembahasan	29
4.3.1.	Dampak Emosional.....	29
4.3.2.	Peran dan dukungan keluarga	32
4.3.3.	Dampak fisik.....	33
BAB V.....		38
PENUTUP.....		38
5.1	Kesimpulan	38
5.2	Saran	38
DAFTAR PUSTAKA.....		40
LAMPIRAN -LAMPIRAN.....		45

Lampiran 1 Pertanyaan Wawancara	45
Lampiran 2 Transkrip Wawancara Partisipan 1	46
Lampiran 3 Transkrip Wawancara Partisipan 2.....	50
Lampiran 4 Transkrip Wawancara Partisipan 3.....	53
Lampiran 5 Transkrip Wawancara Partisipan 4.....	57
Lampiran 6 Transkrip Wawancara Partisipan 5.....	60
Lampiran 7 Hasil Analisa Data	63
Lampiran 8 Lembar ACC Judul KTI	68
Lampiran 9 Surat Tugas Pembimbing.....	69
Lampiran 10 Logbook Konsultasi.....	70
Lampiran 11 Lembar Informed Consent Partisipan 1	71
Lampiran 12 Lembar Informed Consent Partisipan 2	72
Lampiran 13 Lembar Informed Consent Partisipan 3.....	73
Lampiran 14 Lembar Informed Consent Partisipan 4.....	74
Lampiran 15 Lembar Informed Consent Partisipan 5.....	75
Lampiran 16 Dokumentasi.....	66
Lampiran 17 Dokumentasi	67



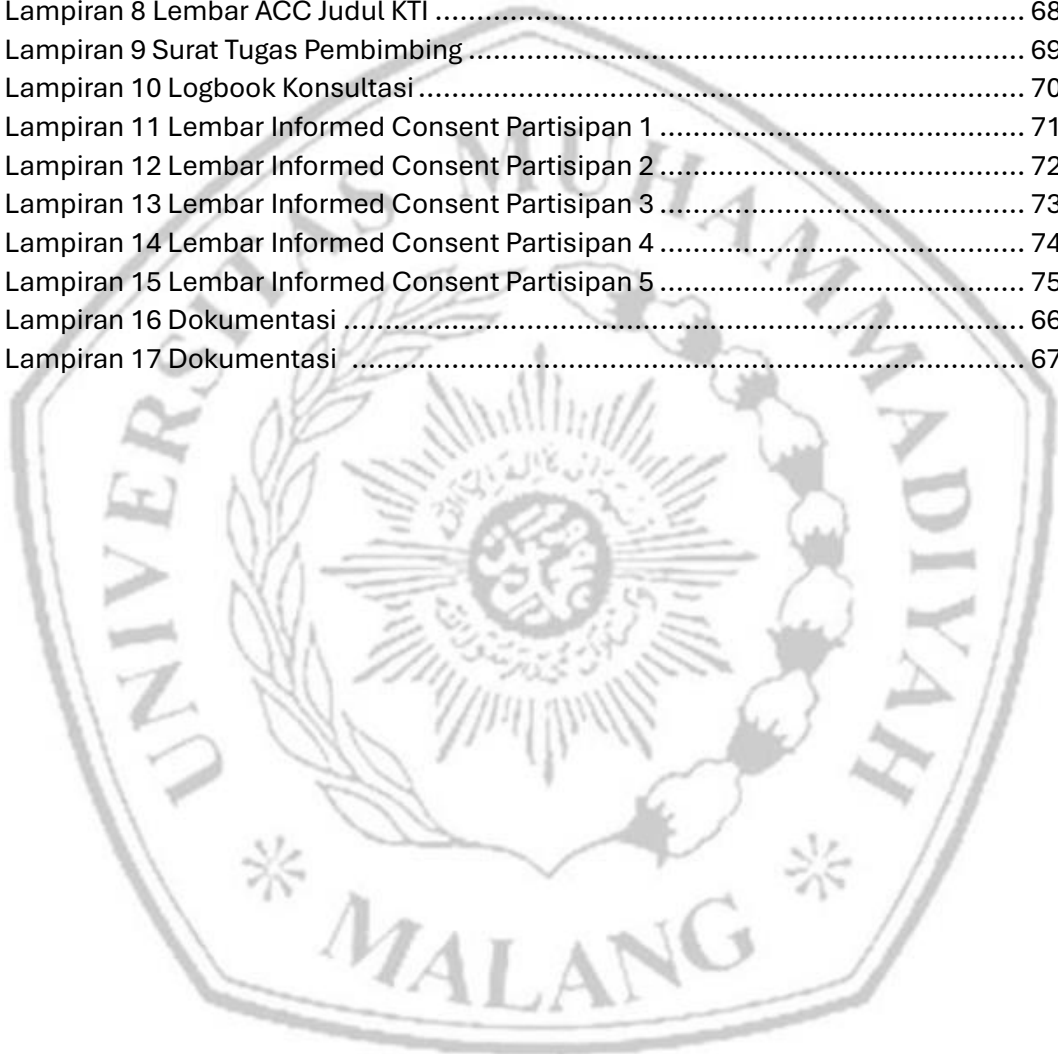
DAFTAR TABEL

tabel 4.1 Informasi Umum Partisipan.....	25
tabel 4. 2 Hasil Analisa Data.....	28



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Pertanyaan Wawancara.....	45
Lampiran 2 Transkrip Wawancara Partisipan 1.....	46
Lampiran 3 Transkrip Wawancara Partisipan 2.....	50
Lampiran 4 Transkrip Wawancara Partisipan 3.....	53
Lampiran 5 Transkrip Wawancara Partisipan 4.....	57
Lampiran 6 Transkrip Wawancara Partisipan 5.....	60
Lampiran 7 Hasil Analisa Data.....	63
Lampiran 8 Lembar ACC Judul KTI.....	68
Lampiran 9 Surat Tugas Pembimbing.....	69
Lampiran 10 Logbook Konsultasi.....	70
Lampiran 11 Lembar Informed Consent Partisipan 1.....	71
Lampiran 12 Lembar Informed Consent Partisipan 2.....	72
Lampiran 13 Lembar Informed Consent Partisipan 3.....	73
Lampiran 14 Lembar Informed Consent Partisipan 4.....	74
Lampiran 15 Lembar Informed Consent Partisipan 5.....	75
Lampiran 16 Dokumentasi.....	66
Lampiran 17 Dokumentasi.....	67



ABSTRAK

Pengalaman Remaja Putri Dalam Menghadapi Pramesntrual syndrome(PMS)

Nazwa Nabilla¹, Nurul Ain S. Kep. M., Kep²

Mahasiswa Prodi DIII Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang¹, Dosen Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Malang²

Latar belakang: Premenstrual Syndrome (PMS) adalah kumpulan gejala fisik dan emosional yang dialami remaja putri 7-10 hari sebelum menstruasi, yang dipengaruhi oleh factor usia, stress dan diet tidak sehat. Yang dapat memengaruhi aktivitas dan kesejahteraan remaja putri. **Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk memahami pengalaman remaja putri dalam menghadapi PMS, dampaknya, serta strategi koping yang digunakan. **Metode:** Penelitian ini menggunakan pendekatan kualitatif dengan desain studi kasus. Data dikumpulkan melalui wawancara mendalam dan dianalisis secara tematik terhadap lima remaja putri di Kota Malang. **Hasil:** Hasil analisis didapatkan tiga tema yaitu: 1). Dampak emosional seperti kecemasan, ketakutan, perubahan suasana hati, dan mudah marah, 2). Peran dan dukunga keluarga, 3). Dampak fisik, seperti nyeri perut, nyeri pinggang, nyeri payudara, jerawat, mual-muntah. Partisipan menggunakan strategi koping dan dukungan sosial untuk beradaptasi menghdapi PMS. **Kesimpulan:** Eduksi berbasis keluarga penting untuk meningkatkan pemahaman dan pengelolaan PMS. Strategi koping dan dukungan keluarga memainkan peran penting dalam membantu remaja menghadapi PMS.

Kata Kunci : Pengalaman, Premesntrual syndrome (PMS)

ABSTRACT

Experiences of Adolescent Girls in Dealing with Premenstrual Syndrome (PMS)

Nazwa Nabilla¹, Nurul Aini²

¹Student of DIII Nursing Study Program, University of Muhammadiyah Malang,

²Lecturer of Nursing, University of Muhammadiyah Malang

Background: Premenstrual Syndrome (PMS) is a collection of physical and emotional symptoms experienced by adolescent girls 7-10 days before menstruation, which is influenced by age, stress and unhealthy diet factors. Which can affect the activities and well-being of adolescent girls. **Objective:** This study aims to understand the experiences of adolescent girls in dealing with PMS, its impacts, and the coping strategies used. **Method:** This study uses a qualitative approach with a case study design. Data were collected through in-depth interviews and analyzed thematically with five adolescent girls in Malang City. **Results:** The results of the analysis obtained three themes, namely: 1). Emotional impacts such as anxiety, fear, mood swings, and irritability, 2). Family roles and support, 3). Physical effects, such as abdominal pain, back pain, breast tenderness, acne, nausea-vomiting. Participants used coping strategies and social support to adapt to PMS. **Conclusion:** Family-based education is important to improve understanding and management of PMS. Coping strategies and family support play an important role in helping adolescents deal with PMS.

Keywords: Experience, Premenstrual syndrome (PMS)

KATA PENGANTAR

Puji syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT. Sebab, atas rahmat dan karunianya, penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah berjudul “Pengalaman Remaja putri dalam menghadapi PMS ”. Karya ini dibuat sebagai salah satu syarat untuk mendapatkan gelar Ahli Madya Keperawatan pada Direktorat Pendidikan Vokasi Universitas Muhammadiyah Malang. Penulis menyadari bahwa penyusunan karya tulis ilmiah ini tidak akan berjalan lancar tanpa kerjasama dan dukungan dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis ingin mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Bapak Dr.Tulus Winarsunu, MSI selaku Direktur Direktorat Pendidikan Vokasi Universitas Muhammadiyah Malang
2. Ibu Indah Dwi Partiw, M.Ng, Selaku Kaprodi DIII Keperawatan Direktorat Pendidikan Vokasi Universitas Muhammadiyah Malang.
3. Ibu Nurul Aini, S.Kep.,M.Kep selaku dosen pembimbing yang telah memberikan saran dan masukan.
4. Bapak dan Mama tercinta, Muhammad Ali Abu Bakar, dan Siti Hajar, dua orang tercinta yang sangat berjasa dalam hidup penulis, Terimakasih atas doa, cinta, kepercayaan,dan segala bentuk cinta yang telah diberikan,sehingga penulis merasa di dukung di segala pilihan dan Keputusan yang diambil oleh penulis,serta tanpa Lelah mendengar keluh kesah penulis hingga di titik ini.semoga Allah SWT memberikan keberkahan di dunia serta tempat terbaik di akhirat kelak,karena telah menjadi figur orangtua terbaik bagi penulis.
5. Panutan saya,kakak saya Lulul Mar`af Sartiaka Putri S.AK, Terimakasih banyak atas dukunganya secara moril dan materiil,terimakasih juga atas motivasi dan

dukungannya yang diberikan kepada penulis sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai selesai.

6. Kepada abang dan adik saya, Andika Gufran dan Baiq Nurul Hudaini, Terimakasih banyak atas dukungan dan semangat yang diberikan kepada penulis meskipun melalui coletahannya, tetapi penulis yakin dan percaya itu adalah sebuah bentuk dukungan dan motivasi.
7. Terimakasih Teman-Teman seperjuangan saya D3 Keperawatan 2022 yang selalu siap membantu, baik dalam bentuk diskusi ilmiah maupaun Dengan moral. terimakasih telah menjadi sumber inspirasi dan motivasi bagi penulis.

Semoga bantu dan budi baik yang diberikan kepada penulis, mendapatkan balasan kepada Allah SWT. Penulis berharap semoga karya ilmiah ini dapat bermanfaat bagi semua pembaca.

Malang, 6 Agustus 2024

Penulis

DAFTAR PUSTAKA

- AbdelQadir, Y. H., Assar, A., Abdelghafar, Y. A., Kamal, M. A., Zaazouee, M. S., Elsayed, S. M., Ragab, K. M., Nabhan, A. E., Gamaleldin, N. A., Moris, M. S., AL-Masri, B. E., El-Sherif, D. M., Mohamed Goudy, Y., Khaled Alsiouty, A., Mahmoud, M. M., Faragalla, H. M., Abdelazim, E. A., Mohamed, N. A. H., Elsayed, S. I., ... Hamoud, H. M. M. (2022). Prevalence and patterns of premenstrual disorders and possible association with sexual harassment: a cross-sectional study of young Arab women. *BMC Women's Health*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-022-02130-0>
- Abhijeet Shirkande, A., Pawar, M., Sarjerao Shirkande, A., & Yeola, G. (2024). Green gram soup and barley porridge as dietary interventions for management of premenstrual syndrome in adolescent girl: A case report. *Journal of Ayurveda and Integrative Medicine*, 15(4). <https://doi.org/10.1016/j.jaim.2024.100912>
- Andiarna, K., & Tingkat Stres Dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi, . (2018). Korelasi Tingkat Stres dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi pada Mahasiswi The Correlation Between Stress Level and Premenstrual Syndrom Among College Students Funsu Andiarna. In *Journal of Health Science and Prevention* (Vol. 2, Issue 1).
- Annisa Barus, V., Fuad, M., & Siregar, Z. (n.d.). *Peran Antara Pola Makan, Aktivitas Fisik, Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (Pms) Pada Remaja Putri The Role Of Diet, Physical Activity, And Level Of Stress With The Incident Of Premenstrual Syndrome (Pms) In Adolescent Women*. <https://jicnusantara.com/index.php/jiic>
- Astikasari, N. D., & Kofi, J. (2022). Analisis Tingkat Pengetahuan tentang Kesehatan Reproduksi terhadap perilaku menghadapi Premenstruasi Sindrom pada Remaja. *Journal for Quality in Women's Health*, 5(1), 8–16. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v5i1.127>
- Augina, A., Program, M., Ilmu, S., Masyarakat, K., Kedokteran, F., Kesehatan, I., Jambi, U., Letjend, J., No, S., 33, T., & Pura, J. (n.d.). Teknik Pemeriksaan Keabsahan Data pada Penelitian Kualitatif di Bidang Kesehatan Masyarakat. In *Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat* (Vol. 12).
- Aulya, Y., Hady, T. A., Kebidanan, P. S., & Kesehatan, I. (2019). *Analisis Sikap Remaja Dalam Menghadapi Sindrom Premenstruasi di SMN 1 Mauk ANALISIS SIKAP REMAJA DALAM MENGHADAPI SINDROM PREMENSTRUASI DI SMPN 1 MAUK TANGERANG TAHUN 2019*.
- Bäckström, T. , & N. M. (2020). *Premenstrual syndrome and its relationship with menstrual symptoms: A study of Swedish adolescents. Journal of Adolescent Health*.
- Ciri, M., Tugas, D., Masa, P., Khamim, R., & Putro, Z. (2017). *APLIKASIA: Jurnal Aplikasi Ilmu-ilmu Agama*. 17(1).
- Daniyati Kusuma, P., & Indriasari, F. N. (2023). EDUTAINMENT FLASHCARDS SEBAGAI MEDIA PENINGKATAN KETERAMPILAN PRE MENSTRUASI PADA REMAJA BERKEBUTUHAN KHUSUS. *Jurnal Pengabdian Masyarakat*, 3(2). <https://ojs.unhaj.ac.id/index.php/jukeshum/index>
- Decelita Wahyuni, S., & Dody Izhar, M. (2018). DETERMINAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 7 KOTA JAMBI Determinants which correlate with

- Premenstrual Syndrome (PMS) for Adolescent Girls in SMPN 7 Jambi City. In *Jurnal Kesmas Jambi* (Vol. 2, Issue 1). JK MJ.
- Dini Ristya Lestari, Siti Haniyah, & Ikit Netra Wirakhmi. (2024). Hubungan Premenstrual Syndrome (PMS) Dengan Kualitas Tidur Mahasiswi Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Harapan Bangsa. *Journal Innovation In Education*, 2(1), 215–226. <https://doi.org/10.59841/inoved.v2i1.895>
- Duncan, J. D. , & H. C. (2022). *Social effects of premenstrual syndrome in young women: A qualitative analysis. Women's Health Issues*,.
- Dwi, A., Pratiwi, S., Yunariyah, B., Jannah, R., Sumiatin, T., D3, P. S., Tuban, K., & Kemenkes Surabaya, P. (n.d.). *Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri di SMAN 4 Tuban*.
- Dwi Susanti, H., Ilmiasih, R., Arvianti Program Studi Ilmu Keperawatan, A., Ilmu Kesehatan, F., Muhammadiyah Malang Jl Bendungan Sutami, U., & Malang Jawa Timur, A. (n.d.). *HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KEPARAHAN PMS DENGAN TINGKAT KECEMASAN DAN KUALITAS TIDUR PADA REMAJA PUTRI*.
- Faiqah, S., Sopiatur, R., Kebidanan Poltekkes Kemenkes Mataram, J., & Kesehatan, J. V. (2015). FAKTOR-FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN PRE MENSTRUAL SYNDROME PADA MAHASISWA TK II SEMESTER III JURUSAN KEBIDANAN POLTEKKES KEMENKES MATARAM. In *Jurnal Kesehatan Prima* (Vol. 9, Issue 2).
- Fajariani Fauzia, T., & Ratri Rahmiaji, L. (n.d.). *MEMAHAMI PENGALAMAN BODY SHAMING PADA REMAJA PEREMPUAN*.
- Farris, M. S. , & G. T. (2020). *The relationship between premenstrual syndrome and social interactions in adolescents: A qualitative study. Journal of Adolescence*.
- Fitriana Puteri Zebua, C., Suherry, K., Halijah, S., & Kesehatan Masyarakat UIN Sumatera Utara Medan, F. (n.d.). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Siklus Menstruasi Pada Remaja : Studi Literature Relationship of Stress Level with Menstrual Cycle in Adolescents: Literature Study*.
- FRANSISKA DEWI TMI Al-Amien Prenduan, T. (2023). PENGARUH PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) DENGAN TINGKAT KECEMASAN PADA REMAJA PUTRI. In *NIHAIYYAT: Journal of Islamic Interdisciplinary Studies* (Vol. 2, Issue 2). <https://ejournal.tmi-al-amien.sch.id/index.php/nihaiyyat/index>
- Hansen, S. (2023). Etika Penelitian: Kajian Rekraksi Artikel Ilmiah Teknik Sipil. *Jurnal Teknik Sipil*, 30(1). <https://doi.org/10.5614/jts.2023.30.1.15>
- hardin,+8.++Jauhari. (n.d.).
- Hidayah, W. F., & Sulistyorini, D. E. (n.d.). *Sikap Remaja Putri Terhadap Timbulnya Perubahan Fisik Premenstrual Syndrome Di SMP Negeri 5 Sragen Kelas VII (Wahyu Fajar Hidayah, Etik Sulistyorini) 79 SIKAP REMAJA PUTRI TERHADAP TIMBULNYA PERUBAHAN FISIK PREMENSTRUAL SYNDROME DI SMP NEGERI 5 SRAGEN KELAS VII TAHUN 2015*.
- Ito, K., Doi, S., Isumi, A., & Fujiwara, T. (2021). Association between childhood maltreatment history and premenstrual syndrome. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 18(2), 1–9. <https://doi.org/10.3390/ijerph18020781>

- Jolyarni, N. D., Nadrah, N., Handayani, R., DIII Kebidanan, P., & Ilmu Kesehatan Institut Teknologi dan Kesehatan Ika Bina, F. (n.d.). Pendidikan Kesehatan Tentang Premenstruasi Sindrom Pada Siswa MTs N Rantauprapat. In *Jurnal Pemberdayaan Masyarakat, Mei* (Vol. 2024, Issue 2). <https://e-journalbattuta.ac.id/index.php/jpm>
- Kejadian Premenstrual Syndrome Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Putri Di SMPN, H., Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar Fauziah Fauziah, U., Putra, Y., Abulyatama Alamat, U., Blangbintang Lama No, J. K., Keude, L., & Kuta Baro, K. (2023). *Busratul Muazjinah*. 1(2), 2986–7886. <https://doi.org/10.55606/anestesi.v1i2.578>
- KEPERAWATAN MATERNITAS I MENSTRUASI. (2019).
- Khan, A. , & S. M. (2021). *The role of family support in managing premenstrual syndrome in adolescents. Journal of Adolescence*, 89, 23-30.
- Kuantitatif, P., Penelitian, D., Metode, P., & Pendidikan, P. (n.d.). *METODE PENELITIAN PENDIDIKAN*.
- Liu, Q., Lin, Y., & Zhang, W. (2024). Psychological stress dysfunction in women with premenstrual syndrome. In *Heliyon* (Vol. 10, Issue 22). Elsevier Ltd. <https://doi.org/10.1016/j.heliyon.2024.e40233>
- Lopes, V., Mesquita, S., Monika, H., Djogo, A., Paula, M., & Nahak, M. (2023). *HUBUNGAN DUKUNGAN KELUARGA DENGAN PERILAKU HYGIENE REMAJA SAAT MENGHADAPI MENSTRUASI DI SMP NEGERI 5 KOTA KUPANG*.
- Luqmanasari, E., & Kalimantan, N. A. (2022). *HUBUNGAN DIET DENGAN KEJADIAN PRE MENSTRUAL SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI DI PESANTREN KEDUNGLO KOTA KEDIRI* (Vol. 01, Issue 02). <https://spikesnas.khkediri.ac.id/SPIKESNas/index.php/MOO>
- Lutfiyati, A., Hutasoit, M., Nirmalasari, N., Studi, P., Fakultas, K., Universitas, K., Achmad, J., & Yogyakarta, Y. (2021). THE ASSOCIATION BETWEEN SLEEP QUALITY WITH PREMENSTRUAL SYNDROME IN SMAN 1 GODEAN, SLEMAN DISTRICT. *Jurnal Kesehatan Madani Medika*, 12(01), 8–13.
- Marlina, L., Program, D., D3, S., Stikes, K., & Kencana Tasikmalaya, M. (2018). *PENGARUH RELAKSASI PERNAFASAN TERHADAP PENURUNAN GEJALA PRE MENSTRUAL SYNDROME PADA MAHASISWA KEBIDANAN TINGKAT II STIKES MITRA KENCANA TASIKMALAYA* (Vol. 1, Issue 2).
- Martin, A. L. , & T. C. (2022). *Family communication and its impact on adolescent health: A focus on PMS. Journal of Family Psychology*, 36(1), 45-54.
- Muflihah Darwis, A., Nurul Fadilah Farid, F., Hanifa Asman, F., Rifkah Kifayah, A., Keselamatan dan Kesehatan Kerja, D., Kesehatan Masyarakat, F., & Hasanuddin, U. (2021). *The Indonesian Journal of Health Promotion MPPKI Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia*. 4(4), 500. <https://doi.org/10.31934/mppki.v2i3>
- Nisa', F., Keperawatan, F., & Kebidanan, D. (n.d.). *TIPE GABUNGAN MENDOMINASI JENIS PRE MENSTRUAL SYNDROME (PMS) PADA MAHASISWI TINGKAT I DAN II PRODI DIII KEBIDANANUNUSA*.

- Noviyanti, N. I., Gusriani, Ruqaiyah, Mappaware, N. A., & Ahmad, M. (2021). The effect of estrogen hormone on premenstrual syndrome (PMS) occurrences in teenage girls at Pesantren Darul Arqam Makassar. *Gaceta Sanitaria*, *35*, S571–S575. <https://doi.org/10.1016/j.gaceta.2021.10.103>
- Nuzul, R. Z., Swastika Renjani, R., Farrah Lisa, U., & Ilmu Kesehatan, F. (2019). PENYULUHAN KESEHATAN TENTANG PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) PADA REMAJA PUTRI UPAYA UNTUK MENINGKATKAN KESEHATAN REPRODUKSI DI SMK NEGERI 3 BANDA ACEH HEALTH EDUCATION ABOUT PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) IN ADOLESCENT ADOLESCENTS TO IMPROVE REPRODUCTIVE HEALTH IN VOCATIONAL SCHOOL 3 BANDA ACEH. In *Jurnal Pengabdian Masyarakat (Kesehatan)* (Vol. 1, Issue 2).
- Orr, A. , & G. S. (2020). *Understanding mastalgia: The impact of hormonal fluctuations. Clinical Obstetrics and Gynecology.*
- Pavone, V. , & P. L. . (2022). *Hormonal changes and their impact on acne in adolescents. Journal of Dermatological Treatment, Hormonal changes and their impact on acne in adolescents. Journal of Dermatological Treatment, .*
- Pratiwi, R., & Sjattar, H. (2021). Hubungan Stres dan Aktivitas Fisik dengan Derajat Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri Di Kelurahan Mangasa Kota Makassar. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Pencerah*, *10(2)*, 206–214. <https://doi.org/10.12345/jikp.v10i1.272>
- Puspasari, H., Tinggi, S., Kesehatan, I., Stikes, (, & Cirebon,). (2019). HUBUNGAN PENGETAHUAN KESEHATAN REPRODUKSI REMAJA PUTRI TERHADAP KEJADIAN MENGHADAPI PREMENSTRUAL SYNDROME (Vol. 1, Issue 1).
- Puthusserry, S. T., & Delariarte, C. F. (2023). Development and implementation of mindfulness-based psychological intervention program on premenstrual dysphoric symptoms and quality of life among late adolescents: A pilot study. *Journal of Affective Disorders Reports*, *11*. <https://doi.org/10.1016/j.jadr.2022.100461>
- Qamariah, N., Andaruni, R., Harahap, A. P., Amilia, R., Makmun, I., Program,), Kebidanan, S. S., & Kesehatan, I. (2020). PREMENSTRUAL GENTLE YOGA MELALUI MEDIA TERAPI MUSIK RELAKSASI SEBAGAI UPAYA MENGATASI GEJALA PREMENSTRUAL SYNDROM (PMS) DI DESA JEMPONG TIMUR WILAYAH KERJA PUSKESMAS KARANG PULE.
- Rijal Fadli, M. (2021). *Memahami desain metode penelitian kualitatif*. *21(1)*, 33–54. <https://doi.org/10.21831/hum.v21i1>
- Rini, N. A., Yesputra, R., & Sudarmin, S. (2022). Sistem Pakar Untuk Mendiagnosa Sindroma Permentruasi (PMS) Dengan Metode Dempster Shafer Berbasis Web. *Building of Informatics, Technology and Science (BITS)*, *4(2)*. <https://doi.org/10.47065/bits.v4i2.2169>
- Rohmah Prihatanti, N., & Sofia, N. (2022). Faktor Risiko Stress Meningkatkan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) pada Mahasiswa Kebidanan Poltekkes Kemenkes Banjarmasin (Stress Risk Factors Increase the Incidence of Premenstrual Syndrome (PMS) in Midwifery Students from Poltekkes Kemenkes Banjarmasin). *Jurnal Kebidanan Bestari*, *6(1)*, 2022. <http://www.ejurnalbidanbestari-poltekkesbjm.com>

LAMPIRAN -LAMPIRAN

Lampiran 1 Pertanyaan Wawancara

1. Sejak kapan Anda mulai mengalami PMS, dan bagaimana pengalaman awal Anda dengan kondisi seperti itu?
2. Adakah Riwayat keluarga yang memiliki gejala PMS? Seperti saudara Perempuan, kalau ada bisa di ceritakan Anda?
3. Bisa di ceritakan Gejala atau keluhan yang sering muncul pada saat PMS?
4. Bagaimana cara anda mengatasi saat gejala tersebut muncul? Bisa diceritakan?
5. Apakah tindakan tersebut menurut anda bisa menurunkan keluhan? Kalau bisa menurunkan keluhan, bisa anda ceritakan seperti apa menurunnya?
6. Apakah ada perubahan pola makan yang anda lakukan untuk membantu mengurangi gejala PMS?
7. Bisa diceritakan bagaimana gejala tersebut mempengaruhi aktivitas anda sehari – hari, seperti sekolah, berkerja, bermain, dan kegiatan sosial?
8. Apakah ada dukungan dari keluarga, teman dan orang terdekat anda dalam membantu anda dalam menghadapi PMS, Jika ada, dukungan seperti apa yang diberikan?



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



DIREKTORAT PENDIDIKAN VOKASI

DIII KEPERAWATAN

d3keperawatan.umm.ac.id | d3-akper@umm.ac.id

SURAT KETERANGAN HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro KTI Prodi D-3 Keperawatan Direktorat Pendidikan Vokasi Universitas Muhammadiyah Malang yang telah dilaksanakan pada hari 13 Desember 2024, pada karya tulis ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : NAZWA NABILLA
Nim : 202210300511013
Prodi : D-3 Keperawatan
Judul KTI : Pengalaman remaja putri dalam menghadapi pms
Bidang Minat : Anak
Jenis Naskah : Karya Tulis Ilmiah
Keperluan : Mengikuti ujian hasil KTI
Hasilnya dinyatakan : Lolos, dengan Rincian Sebagai Berikut :

No	Jenis KTI	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1.	Bab 1-V (pendahuluan – Kesimpulan dan Saran)	24	2

Keputusan : Lanjut Pemberkasan

Malang, 13 Desember 2024

Ns Nurilla Kholidah, S.Kep., M.Kep.

Ketua KTI D3 Keperawatan

Kampus I

Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 253 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II

Jl. Bendungan Sutami No.188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 149 (Hunting)
F: +62 341 582 060

Kampus III

Jl. Raya Tlogomas No.246 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 464 318 (Hunting)
F: +62 341 460 435
E: webmaster@umm.ac.id



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG

Kampus I

Jl. Bandung 1 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 253 (Hunting)
F: +62 341 460 435

Kampus II

Jl. Bendungan Sutami No.188 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 551 149 (Hunting)
F: +62 341 582 060

Kampus III

Jl. Raya Tlogomas No.246 Malang, Jawa Timur
P: +62 341 464 318 (Hunting)
F: +62 341 460 435
E: webmaster@umm.ac.id