

ABSTRAK

Stres yang sering dialami oleh remaja putri dapat berdampak pada kejadian Sindrom Pra menstruasi, dapat dilihat dari hasil survey pendahuluan dari 10 siswi yang mengalami menstruasi 7 siswi mengalami Sindrom Pra Menstruasi dan 3 siswi Tidak mengalami Sindrom Pra menstruasi. Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan tingkat stres dengan kejadian sindrom pra menstruasi (SPM) pada remaja putri di SMA Negeri 10 Surabaya.

Penelitian ini menggunakan desain analitik *cross sectional*. Populasi adalah seluruh siswi kelas XI IPA, sebesar 155 orang dan besar sampel 111 orang yang diambil secara *simple random sampling*. Tingkat stres remaja putri sebagai variabel independen dan kejadian sindrom pra menstruasi sebagai variabel dependen. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *korelasi Spearman* dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$.

Hasil penelitian menunjukkan dari 111 responden didapatkan , sebagian besar (68,47%) mengalami Sindrom Pra Menstruasi (SPM), terdapat 52 siswi mengalami stres ringan hampir seluruhnya (92,3%) mengalami Sindrom Pra Menstruasi (SPM). Hasil uji *korelasi Spearman* diperoleh hasil $\rho = (0,000) < \alpha = 0,05$, maka H_0 ditolak berarti ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian Sindrom Pra Menstruasi pada siswi SMA Negeri 10 Surabaya.

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah semakin banyak remaja putri yang mengalami stres, semakin besar pula kejadian Sindrom Pra Menstruasi. Untuk itu diharapkan remaja dapat meningkatkan pengetahuan tentang sindrom pra menstruasi dan mengendalikan stres yang berlebih.

Kata kunci : Tingkat stres, kejadian SPM