

ABSTRAK

Sidroma pra menstruasi merupakan sekumpulan gejala fisik maupun psikologis yang terjadi menjelang siklus menstruasi. Gejala tersebut biasanya berupa payudara kencang dan nyeri, perubahan perasaan, merasa depresi, menginginkan makanan tertentu, sakit kepala ringan, sulit berkonsentrasi, timbul jerawat, mudah lelah dan sulit tidur. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di Sambiroto RT 25 RW 04 Desa Sambibulu Taman, Sidoarjo menunjukkan bahwa 80% remaja putri mengalami sindroma pra menstruasi. Tujuan dari penelitian ini untuk mengetahui pengetahuan remaja putri tentang sindroma pra menstruasi di Sambiroto RT 25 RW 04 Desa Sambibulu Taman Sidoarjo.

Jenis penelitian yang digunakan adalah deskriptif. Populasi dalam penelitian ini seluruh remaja putri yang berusia 11-20 tahun yang telah menstruasi sejumlah 22 responden. Besar sampel sejumlah 22 responden, diambil secara *non probability sampling* dengan teknik *total sampling*. Variabel dalam penelitian ini adalah pengetahuan remaja putri tentang sindroma pra menstruasi. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner dan analisis data menggunakan distribusi frekuensi dan tabulasi silang.

Hasil penelitian menunjukkan setengah responden (50,00%) memiliki pengetahuan kurang, hampir setengah responden (27,27%) memiliki pengetahuan cukup dan sebagian kecil responden (22,73%) memiliki pengetahuan baik.

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa setengah remaja putri di Sambiroto RT 25 RW 04 Desa Sambibulu Taman Sidoarjo memiliki pengetahuan kurang tentang sindroma pra menstruasi. Untuk itu, diharapkan bagi responden agar meningkatkan pengetahuan tentang sindroma pra menstruasi dengan cara membaca buku atau mencari informasi dari berbagai media masa tentang sindroma pra menstruasi.

Kata kunci : Pengetahuan tentang sindroma pra menstruasi