

**HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN KECEMASAN DALAM
MENGHADAPI *PREMENSTRUAL SYNDROME* PADA REMAJA PUTRI
DI SMPN 1 KECAMATAN TAJINAN KABUPATEN MALANG**

SKRIPSI



**DISUSUN OLEH:
YUSTIN BILI
2020610040**

**PROGRAM STUDI KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS TRIBHUWANA TUNGGADEWI
MALANG
2024**

RINGKASAN

Wanita sering kali mengalami *Premenstrual syndrome*, dan ketika pertama kali muncul, mereka sering mengalami kecemasan. Karena kecemasan dapat berdampak negatif pada remaja putri, artikel ini membahas implikasi kesehatan dari *Premenstrual syndrome*. Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui tingkat kesadaran dan kekhawatiran remaja putri di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang terhadap *Premenstrual syndrome*. Metodologi penelitian cross-sectional digunakan dalam desain. Populasi penelitian berjumlah 162 remaja putri, sedangkan sampel secara keseluruhan berjumlah 115 remaja putri. Metode sampling insidental digunakan untuk mendapatkan sampel. Kecemasan terhadap *Premenstrual syndrome* merupakan variabel terikat, sedangkan pengetahuan mengenai *Premenstrual syndrome* merupakan variabel bebas. Kuesioner pengetahuan dan kecemasan mengenai *Premenstrual syndrome* merupakan alat yang digunakan. Uji eksak Fisher digunakan dalam analisis data. Berdasarkan temuan penelitian, sebagian besar remaja putri di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang (52,5%) memiliki pengetahuan yang baik tentang *Premenstrual syndrome*. Kecemasan ringan dialami sebagian besar remaja putri (53,9%) di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang. Pada remaja putri di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang terdapat hubungan antara pengetahuan dengan kecemasan terhadap *Premenstrual syndrome* dengan nilai ($p=0,000$) dan nilai OR sebesar 27,5. Informasi dan pertimbangan untuk penelitian selanjutnya mengenai pengetahuan dan kecemasan *Premenstrual syndrome* dapat diperoleh dari sini.

Kata Kunci : *Kecemasan Premenstrual Syndrome, Pengetahuan Premenstrual Syndrome Dan Remaja Putri.*

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Premenstrual syndrome adalah penyakit umum yang sebagian besar menyerang wanita; ini lebih umum terjadi pada remaja perempuan atau wanita pada umumnya. Nyeri pra menstruasi yang parah bahkan mungkin mengharuskan seorang wanita menghentikan semua aktivitas rutinnnya dan berbaring selama berjam-jam atau sehari-hari (Islamiati et al., 2020). Ketidaknyamanan pramenstruasi mungkin begitu parah sehingga seorang wanita harus mengunjungi klinik atau dokter untuk memeriksakan dirinya. Wanita remaja mungkin mengalami masalah jika mereka tidak segera mendapatkan pengobatan untuk *Premenstrual syndrome*. Hal ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari mereka atau menyulitkan mereka untuk berangkat kerja atau sekolah (Salamah, 2019). Pada wanita, *Premenstrual syndrome* masih banyak terjadi.

Premenstrual syndrome akan mempengaruhi lebih dari 50% wanita secara global pada tahun 2020, menurut perkiraan WHO. Menurut Kementerian Kesehatan (2019), *Premenstrual syndrome* mempengaruhi 60–70% perempuan Indonesia, atau total populasi perempuan di negara ini. Tingkat kejadiannya sangat tinggi. Di Jawa Timur, *Premenstrual syndrome* menyerang 64,25 persen remaja perempuan (Rattu et al., 2021). Di Kabupaten Malang juga diamati bahwa 54,8% remaja putri mengalami *Premenstrual syndrome* ringan dan 45,2% diantaranya mengalami *Premenstrual syndrome* signifikan (Purnama, 2014). *Premenstrual syndrome* mempengaruhi 71,3% wanita di Jawa Timur, menurut Saputra dkk. (2021).

Premenstrual syndrome dikaitkan dengan prevalensi hampir 70% PMS di Indonesia, menurut Daiyah dkk. (2021). Tutdini dkk. (2022) menemukan bahwa 110 (62,1%) responden melaporkan mengalami gejala *Premenstrual syndrome* sedang hingga berat.

Remaja perempuan akan terkena dampak *Premenstrual syndrome* dengan cara yang berbeda-beda. Salamah (2019) mencantumkan penambahan berat badan, ketidaknyamanan payudara, sakit kepala, migrain, nyeri, masalah kulit, dan peningkatan nafsu makan sebagai tanda fisik *Premenstrual syndrome*. Hanya aktivitas sehari-hari, ketidakhadiran di sekolah, ketidakterlibatan sosial, dan kinerja akademis yang buruk yang terkena dampak *Premenstrual syndrome*, yang jarang terjadi pada perempuan muda (Azagew et al., 2020). Livana dkk. (2019) menyatakan bahwa kecemasan merupakan masalah bagi wanita yang mengalami *Premenstrual syndrome*.

Kecemasan sering terjadi pada wanita yang pertama kali mengalami kondisi pramenstruasi. Ketika seorang gadis mengalami *Premenstrual syndrome* untuk pertama kalinya, kecemasan menjadi tidak dapat ditoleransi, baik sebagai perasaan nyaman atau kegelisahan. Beberapa gadis bahkan percaya bahwa kekhawatiran wanita saat ini adalah hal yang wajar. Banyak faktor, seperti lingkungan eksternal, emosi yang tertekan, dan alasan fisik, yang mungkin berkontribusi terhadap kecemasan pada remaja putri (Nixson, 2016). Selain itu, variabel pemicu dan predisposisi (pendukung) juga dapat berkontribusi terhadap kecemasan pada remaja putri. Menurut Asri (2019), kesehatan perempuan muda akan memburuk jika mereka tidak memiliki akses terhadap sumber informasi yang dapat diandalkan dan tidak memiliki pengetahuan yang cukup mengenai *Premenstrual syndrome*. Selain

merasa khawatir, takut, bingung, atau cemas, penderita *Premenstrual syndrome* juga bisa merasa tidak nyaman dan cemas (Putri, 2020). Karena isu-isu ini mempengaruhi perempuan muda, maka penting untuk memahami kesehatan reproduksi.

Pemahaman mendasar tentang *Premenstrual syndrome* diperlukan untuk menangani gejala pramenstruasi dengan benar. Remaja perempuan yang tidak mengetahui kesehatan reproduksi dan cara mengatasi gejala *Premenstrual syndrome* akan kesulitan dalam merawat tubuhnya sendiri. Akibatnya, kapasitas anak perempuan untuk mengendalikan diri akan terganggu. Diperlukan konseling mendalam untuk meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja dan penatalaksanaan *Premenstrual syndrome* (Ore & Ogundeko, 2021). Agustindkk. (2021) melaporkan bahwa sekitar 17 siswi (34%) masih memiliki pengetahuan tentang *Premenstrual syndrome*. Menurut Puspitasari & Suryani (2020), 65 siswi (59,1%) di SMP PGRI Bantul yang berusia antara 12 dan 15 tahun memiliki tingkat pengetahuan tertinggi tentang *Premenstrual syndrome*, sehingga menempatkan mereka pada kategori rendah.

Prestasi akademik awal dua belas siswi SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang, 20 September 2023. Hasil wawancara mengungkapkan sebelas siswi tidak mengetahui tentang *Premenstrual syndrome*, kemungkinan dampaknya, dan strategi pengobatan yang sesuai. Di sisi lain, seorang siswi memanfaatkan internet untuk belajar tentang *Premenstrual syndrome*. Siswa juga melaporkan merasa tidak nyaman, tidak bahagia, cemas, dan ketakutan ketika mengalami gejala pramenstruasi. Berdasarkan latar belakang diatas peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan pengetahuan dengan kecemasan dalam

menghadapi *premenstrual syndrome* pada remaja putri di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang”

1.2 Rumusan Masalah

“Apakah remaja putri di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang menunjukkan adanya hubungan antara pengetahuan dan kecemasan dalam penanganan *Premenstrual syndrome* ?”

1.3. Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui bagaimana hubungan remaja putri di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang dengan pengetahuan dan kecemasan seputar *Premenstrual syndrome* menjadi tujuan utama penelitian ini.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Menentukan remaja putri di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang yang mewaspadaai *Premenstrual syndrome*
2. Mengenali Kekhawatiran Remaja Putri Saat Menangani Kondisi Pramenstruasi di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang
3. Di SMPN 1 Kecamatan Tajinan Kabupaten Malang mengkaji hubungan antara kekhawatiran remaja putri dengan pengetahuan terhadap *Premenstrual syndrome* .

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Teoritis

Tujuan dari penelitian ini adalah untuk memberikan informasi dan pemahaman mengenai penanganan *Premenstrual syndrome* pada remaja putri.

1.4.2 Manfaat Praktis

1. Sekolah

Untuk mengetahui lebih jauh mengenai kekhawatiran remaja putri dalam menangani *Premenstrual syndrome* sehingga sekolah dapat mengedukasi siswa tentang *Premenstrual syndrome*

2. Responden

Untuk memungkinkan responden mengelola *Premenstrual syndrome* secara mandiri, masukan pengetahuan diberikan. Cendekiawan

Menerapkan informasi di ruang kelas pada situasi dunia nyata dan memperluas pengetahuan dan pemahaman seseorang merupakan pengalaman berharga, terutama ketika menyangkut kesehatan reproduksi dan mengelola kecemasan terkait *Premenstrual syndrome* pada remaja putri.

3. Institusi

Temuan penelitian ini harus menjadi sumber dan panduan ketika kursus bersalin dan KMB diperkenalkan.

1.5. Keaslian Penelitian

Table. 1.1. Keaslian Penelitian

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil
1	Sri Wulan 1, Basyariah Lubis2, Novita Br	Hubungan Antara Kecemasan Dalam Mengatasi	Metode cross-sectional digunakan untuk melakukan penelitian. Penelitian ini menggunakan	Temuan penelitian menunjukkan, dengan nilai p 0,000, ada hubungan antara kecemasan terkait

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil
	Ginting Muthe3 , Iskandar Markus Sembiring 4 , Rahmad Gurusinga 5 Tahun 2021	Premenstrual Syndrome Dengan Pengetahuan Remaja Putri Terhadap Kesehatan Reproduksi	sampel sebanyak 67 siswi remaja, dipilih secara acak menggunakan basic random sampling, kemudian dikategorikan berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Penelitian ini menggunakan kuesioner yang terdiri dari dua bagian: pengetahuan tentang kesehatan reproduksi dan kecemasan terkait penanganan kondisi pramenstruasi. Dengan menggunakan uji statistik Chi Square dan tabel distribusi frekuensi, data dianalisis	penanganan <i>Premenstrual syndrome</i> dan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Untuk meningkatkan kesadaran dan menurunkan tingkat kecemasan pada remaja, penyedia layanan kesehatan harus mendidik pasien tentang <i>Premenstrual syndrome</i> .
2	Heny Puspasari Tahun 2020	Pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi dan pengalaman mereka menghadapi <i>Premenstrual syndrome</i> saling berkaitan.	Dinamika keterkaitan antara variabel risiko dan dampak yang dikaji dalam penelitian ini menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan menggunakan penelitian cross-sectional, baik dengan menggunakan metode observasional maupun dengan mengumpulkan data sekaligus (teknik point in time).	Ada hubungan antara frekuensi <i>Premenstrual syndrome</i> dan kesadaran tentang kesehatan reproduksi wanita. Dari responden, 12 (85,7%) melaporkan merasa tidak nyaman karena kurangnya pemahaman mereka tentang PMS. karena remaja tidak diberikan informasi yang cukup mengenai pendidikan kesehatan reproduksi, dan tenaga medis profesional tidak memberikan konseling yang cukup. 14 responden atau 87,5% mengetahui adanya PMS namun tidak mengungkapkan kekhawatirannya.

No	Peneliti	Judul	Metode	Hasil
3	Susanti*, Nyimas Aziza	Pengetahuan remaja putri tentang kesehatan reproduksi dan sikapnya terhadap <i>Premenstrual syndrome</i>	Jenis penelitian ini adalah penelitian analitik cross-sectional yang melibatkan remaja putri SMA N 12 kelas X tahun 2014, dengan jumlah sampel sebanyak 140 orang. Simple random sampling adalah metode yang digunakan untuk pengambilan sampel. Metode kuesioner dan alat pengukuran kuesioner digunakan dalam prosedur pengumpulan data. Dengan menggunakan uji chi square, analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat.	Responden yang memberikan hasil penelitian berjumlah 140 orang; 66 orang (47,1%) tidak mendukung temuan tersebut, sementara 71 orang (50,7%) tidak mempunyai cukup keahlian. Terdapat hubungan antara sikap remaja putri dalam menangani <i>Premenstrual syndrome</i> dengan pemahaman mereka terhadap kesehatan reproduksi yang ditunjukkan dengan nilai p value uji chi square sebesar 0,001.
4	Fitri Zahrotul Hayati1 Russiska2 Siti Nunung Nurjannah 3	Penjelasan tentang pengetahuan yang dimiliki remaja putri berdasarkan karakteristik kelas <i>Premenstrual syndrome</i>	Jenis penelitian ini memadukan strategi observasional dengan metode deskriptif. Semua peserta penelitian adalah siswi. 71 remaja putri di SMA Negeri 1 Kadugede diberikan kuesioner sebagai bagian dari pendekatan sampel acak yang digunakan untuk mengumpulkan data tahun ajaran 2020–2021.	Temuan menunjukkan bahwa tingkat stres sedang (78,9%), usia menarche yang khas (60,9%), kesadaran yang sangat baik terhadap <i>Premenstrual syndrome</i> (69,0%), dan informasi yang diperoleh melalui media elektronik (81,7%) semuanya ada.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiyanti, Y & Pratiwi, A. (2016). “*Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Perempuan*”. PT. Raja Grafindo Persada : Jakarta.
- Andarmoyo, S. (2013). *Konsep dan Proses Keperawatan Nyeri*, Ar- Ruzz, Yogyakarta.
- Anugroho, W. (2014). *Cara Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta. CV Andi Offset.
- Arikunto, S. (2010). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Arikunto, S. (2012). *Prosedur Penelitian*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Azagew, A. W., Kassie, D. G. and Walle, T. A. (2020) ‘Prevalence Of Primary Dysmenorrhea, Its Intensity, Impact And Associated Factors Among Female Students’ At Gondar Town Preparatory School, Northwest Ethiopia’, *BMC Women’s Health*, 20(1), pp. 1–7. DOI: 10.1186/s12905-019-0873-4
- Aziz H. (2011). *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta: Salemba Medika
- Black C.D, Herring M.P, Hurley D.J, O’Connor P.J. (2010). *Ginger (Zinger Officinale) Reduces Muscle Pain Caused By Eccetric Exercise*. *The Journal of Pain*
- Cahyono, J.B. Suharjo B. (2008). *Perubahan Gaya hidup dan Penyakit Kronis*
- Celik, H., Gurates, B., Parmaksiz, C., Polat, A., Fethi Hanay, Kavak B., Yavuz, A. And Artas, z.D. (2009). “*Serevity of pai and Circadian Changes in Uterine Artery Blood Flow in Primary Dsymenorrhea*”. *Aroh Gynecol Obstet*, 280: 589-592.
- Dahlan, S.M. (2013). *Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel*. Jakarta: Salemba Medika.
- Daiyah, dkk (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik Dan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Kejadian Pre-Menstrual Syndrome Pada Remaja Putri. *Jurnal Inovasi Penelitian*. Vol.2 No.7 Desember 2021. <https://stp-mataram.ejournal.id/JIP/article/download/1108/831#:~:text=Kejadian%20premenstrual%20syndrome%20dilaporkan%20terjadi,mengalami%20PMS%20sedang%20dan%20berat>.
- Damayanti, dkk (2023) The Effect of Health Education with Pop – Up Book Media on Increasing Adolecent Knowledge Related to Premenstrual Syndrome. *Jurnal Kesehatan Pasak Bumi Kalimantan*, Vol 5 No 1, Juni 2022 pISSN : 2654-5241 eISSN : 2722-7537. <https://e-journals.unmul.ac.id/index.php/JKPBK>

- Darsini, dkk (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. Jurnal Keperawatan, Vol 12, No 1, Januari 2019. <https://e-journal.lppmdianhusada.ac.id/index.php/jk/article/view/96>
- Habibah (2016) Hubungan Pengetahuan PMS (Premenstrual Syndrome) Dalam Mengatasi Kecemasan Saat PMS Di SMPN 1 Kasihan Bantul. <http://repository.umy.ac.id/bitstream/handle/123456789/2433/LAMPIRAN.pdf?sequence=11&isAllowed=y>
- Hamilton, M. (1959). The Assesment of Anxiety states by Rating. Br J Med Psychol. 50-55. <https://dcf.psychiatry.ufl.edu/files/2011/05/HAMILTON-ANXIETY.pdf>
- Herdman, T. H., & Kamitsuru, S. (2018). NANDA-1 Diagnosis Keperawatan Definisi dan Klasifikasi. (M. Ester & Wuri Praptiani, Eds.) (2018-2020th ed). Penerbit Buku Kedokteran EGC.
- Hidayat.(2012). Riset Keperawatan dan Teknik Penulisan Ilmiah.Jakarta : Salemba Medika
- Khasanah (2021). Hubungan Pengetahuan kesehatan reproduksi Dan Sikap Remaja Putri Dengan Perilaku Penanganan Pre Premenstrual syndrome Primer
- Kusmiran, Eny. (2011). Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita. Jakarta : Salemba Medika.
- Lestari, L., Nurul, M., & Admini. (2018). Peningkatan Pengeluaran ASI Dengan Kombinasi Pijat Oksitosin Dan Teknik Marmet Pada Ibu Post Partum. Kebidanan, 8(2)
- Nani, Desiyani. (2018). “Fisiologi Manusia Siklus Reproduksi Wanita”. Penebar Swadaya Grup : Jakarta.
- Notoatmodjo. (2015). Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka cipta.
- Nursalam. (2013). Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan: Pendekatan Praktis. Edisi 3. Jakarta. Salemba Medika.
- Pigome (2022) Hubungan Persepsi Pengetahuan Kesehatan Reproduksi Dan Sikap Menghadapi Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri Kelas X Dan Xi Sma Adhi Luhur, Nabire Papua. igilib.uns.ac.id/dokumen/abstrak/91963/hubungan-persepsi-pengetahuan-kesehatan-reproduksi-dan-sikap-menghadapi-premenstrual-
- Potter, Patricia. A & Perry, Anne G. (2010). “Fundamental of Nursing Buku 2 Edisi 7”. Salemba Medika : Jakarta.
- Prawirohardjo. (2009). Ilmu Kandungan. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Proverawati, A. & Misaroh, S. (2009). “Menarche Premenstrual syndrome Pertama Penuh Makna”. Nuha Medika : Yogyakarta.

- Puji. (2011). Efektivitas senam pre Premenstrual syndrome Dalam mengurangi pre Premenstrual syndrome pada remaja putri di SMUN 5 Semarang. Tersedia di [http:// eprints.undip.ac.id](http://eprints.undip.ac.id).
- Purnama, Avief Destian (2014) *Hubungan Antara Tingkat Keperahan PreMenstrual Syndrome Dengan Tingkat Kecemasan Dan Kualitas Tidur Pada Remaja Putri di SMP Negeri 03 Ampelgading Kecamatan Ampelgading Kabupaten Malang*. Sarjana thesis, Universitas Brawijaya
- Puspitasari & Suryani (2020). Tingkat Pengetahuan tentang Sindrom Premenstruasi dan Penanganan Sindrom Premenstruasi. <https://ejournal.akbidyo.ac.id/index.php/JIK/article/view/99/91>
- Putrisari (2020) Hubungan Tingkat Pengetahuan kesehatan reproduksi Tentang Pre pre menstruasia Dengan Penanganan Pre pre menstruasia Pada Remaja Putri. http://digilib.unisayogya.ac.id/5242/1/ardia%20eka%20putrisari_1910104138_sartep%20kebidanan_naspub%20-%20ardia%20eka%20putrisari.pdf
- Ramadhan, Ahmad J. (2012). *Aneka Manfaat Ampuh Rimpang Jahe Untuk Pengobatan*. Yogyakarta: Diandra Pustaka Indonesia. Setiawan. 2015. "Budidaya Jahu". Pustaka Baru Press : Yogyakarta.
- Rumini, Sri dan Sundari, Siti. (2009). *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Salamah (2019). Hubungan Pengetahuan kesehatan reproduksi dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Pre pre menstruasi. Vol 9 No 03 (2019): *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia (Indonesian Midwifery Scientific Journal) Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju* terbitan September 2019 2019. <https://journals.stikim.ac.id/index.php/jiki/issue/view/132>
- Saputra, Y. A., Kurnia, A. D. and Aini, N. (2021) 'Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Premenstrual syndrome (Pre Premenstrual syndrome Primer)', *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(3), p. 177. doi: 10.22146/jkr.55433.
- Sari, H. and Hayati, E. (2020) 'Gambaran Tingkat Nyeri Pre pre menstruasia Pada Remaja Putri', *BEST Journal (Biology Education, Sains and Technology)*, 3(2), pp. 226–230. doi: 10.30743/best.v3i2.3284\
- Sartiwi, dkk (2019). Analisis Pengetahuan kesehatan reproduksi Siswi Terhadap Penatalaksanaan Pre Premenstrual syndrome Di Smp Negeri 12 Padang. *Jurnal Kesehatan Lentera 'Aisyiyah* Vol 2., No. 1, Juni 2019. <https://jurnal.politasumbar.ac.id/index.php/jl/article/view/30/17>
- Sugiyono. (2014). *Metode Penelitian Pendidikan Pendekatan Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta.

- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung : Alfabeta, CV.
<https://massugiyantojambi.wordpress.com/2011/04/15/teori-motivasi/>
- Tetty, S. (2015). *Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri*. Jakarta: EGC. Smeltzer, Suzanne C. dan Bare, Brenda G, 2002, *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner dan Suddarth* (Ed.8, Vol. 1,2), Alih bahasa oleh AgungWaluyo...(dkk), EGC, Jakarta.
- Timiyatun, dkk (2021). Hubungan Pengetahuan Premenstrual Syndrome Dengan Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Di Sd Negeri Kauman Dan Sd Negeri Pungkuran Pleret Bantul Yogyakarta. *ournal of Advanced Nursing and Health Science s* 2021;2(1):8-14
- Tutdini, dkk (2022). Tingkat Stress Dan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi Rumpun Kesehatan. *JIM FKep VolumeVI Nomor 4 Tahun 2022*. <https://jim.usk.ac.id/FKep/article/viewFile/23754/11136>
- Zung, William W.K. (1971) “*Self-Rating Anxiety Scale (SAS)*”, dalam *journal of The Academy of Psychomatic Medicine* vol. 12 no. 6 (1971):371-379.
<https://loricalabreemd.com/wp-content/uploads/2017/12/zung-anxiety-scale.pdf>