

PROGRAM STUDI KEPERAWATAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2022

**MASALAH PSIKOSOSIAL REMAJA PUTRI
PADA MASA MENSTRUASI DI SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO**

Wafiq Faneisya Winingsih ¹⁾, Yunita Wulandari ²⁾

- 1) Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Kusuma Husada Surakarta
- 2) Program Studi Keperawatan Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan,
Universitas Kusuma Husada Surakarta
faneswafiq@gmail.com

ABSTRAK

Masa remaja merupakan masa transisi menuju masa dewasa yang sangat kompleks dan ditandai dengan perubahan fisik. Perubahan lain yang dialami remaja adalah perkembangan kognitif dan perkembangan psikososial. Remaja putri yang mengalami menstruasi juga akan mengalami perubahan pada tubuhnya salah satunya adalah timbulnya masalah psikososial. Psikososial merupakan salah satu aspek penting dalam terjadinya perubahan dalam diri remaja. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui masalah psikososial remaja putri pada masa menstruasi di SMA Negeri 1 Slogohimo.

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling* yang berjumlah 82 responden. Instrumen penelitian menggunakan lembar *informed consent* dan Kuesioner *Pediatric Symptom Checklist (PSC)-17*.

Hasil penelitian karakteristik responden menunjukkan mayoritas responden berusia 16 tahun dengan jumlah 48 siswi (58,5%), dan lamanya menstruasi sebagian besar ≤ 7 hari sebanyak 74 siswi (90,2%). Masalah psikososial remaja putri pada masa menstruasi menunjukkan hasil bahwa sebanyak 67 siswi (81,7%) mempunyai masalah psikososial, dan sebanyak 15 siswi (1,3%) tidak mempunyai masalah psikososial. Berdasarkan hasil penelitian dapat diketahui responden dengan masalah psikososial aspek internalisasi sebanyak 61 siswi (74,4%), aspek eksternalisasi sebanyak 15 siswi (18,3 %), dan aspek perhatian sebanyak 24 siswi (29,3%).

Kata Kunci : Masalah Psikososial, Remaja Putri, Menstruasi, PSC-17
Daftar Pustaka : 29 (2010-2021)

NURSING STUDI PROGRAM OF UNDERGRADUATE PROGRAMS
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF KUSUMA HUSADA SURAKARTA
2022

**THE PSYCHOSOCIAL PROBLEMS ON ADOLESCENT WOMEN
DURING MENSTRUATION AT SMA NEGERI 1 SLOGOHIMO**

Wafiq Faneisya Winingsih¹⁾, Yunita Wulandari²⁾

- 1) Bachelor of Nursing, Faculty of Health Sciences, Universitas Kusuma Husada
Surakarta
- 2) Bachelor of Nursing, Faculty of Health Sciences, Universitas Kusuma Husada
Surakarta
faneswafiq@gmail.com

ABSTRACT

Adolescence is a complex transition to adulthood which is characterized by physical changes. Another change experienced by adolescents is cognitive development and psychosocial development. Adolescent women with menstruation will also experience changes in their bodies, for example, the emergence of psychosocial problems. Psychosocial is one of the significant aspects of adolescent self-change. This study aimed to determine the psychosocial cases of adolescent women during menstruation at SMA Negeri 1 Slogohimo.

The type of research adopted quantitative descriptive. The sampling technique used purposive sampling with 82 female respondents. The research instruments used an informed consent sheet and a Pediatric Symptom Checklist Questionnaire (PSC)-17.

The research results on the respondents' characteristics presented forty-eight (58.5%) students with 16 years old. The menstruation period was ≤ 7 days with seventy-four (90.2%) students. Psychosocial problems of female adolescents during the menstruation period revealed 67 (81.7%) students with psychosocial matters and 15 (1.3%) students without psychosocial concerns. Based on the results of the study, it concluded that respondents' psychosocial problems were in the aspect of internalization with 61 (74.4%) students, externalization with 15 (18.3%) students, and attention with 24 (29.3%) students

Keywords: Psychosocial Problems, Adolescence Women, Menstruation, PSC-17.
Bibliography: 55 (2009-2021).

PENDAHULUAN

Remaja merupakan periode usia hingga 19 tahun. Masa remaja adalah masa transisi antara masa kanak-kanak menuju dewasa. Ciri-ciri seseorang yang memasuki masa remaja diantaranya terjadi perubahan tubuh (*growth spurt*), timbul ciri-ciri seks sekunder, dan terjadinya perubahan-perubahan psikologi serta kognitif (Setyaningrum dan Zulfa, 2014).

Masa remaja adalah masa transisi yang sangat kompleks. Masa remaja ketika akan menuju dewasa mengalami berbagai perubahan yang ditandai dengan perubahan fisik. Selain itu remaja juga mengalami perubahan perkembangan kognitif dan perkembangan psikososial. Psikososial adalah salah satu aspek penting dalam terjadinya perubahan dalam diri remaja (Ali dan Asrori, 2018).

Masa pubertas akan dialami oleh remaja, baik remaja laki-laki maupun remaja perempuan. Masa pubertas terjadi karena peningkatan produksi hormon yang mempengaruhi perilaku remaja dan respon emosional yang kurang stabil seperti perubahan suasana hati dan emosional (Stuart, 2016). Remaja putri yang mengalami menstruasi juga akan mengalami perubahan pada tubuhnya. Remaja akan merasa terganggu bila hidupnya mengalami perubahan, terutama bila menstruasi menjadi lebih lama atau tidak haid sama sekali (Lestari, 2011).

Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding rahim (endometrium) yang disertai dengan perdarahan dan terjadi secara berulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan (Haryono, 2016). Respon akibat terjadinya menstruasi pada setiap perempuan berbeda-beda. Gangguan pada siklus menstruasi dipengaruhi oleh gangguan pada fungsi hormon, kelainan sistemik, stress, kelenjar gondok, dan hormon *prolactin* yang berlebihan (Muniroh, 2017). Gangguan tersebut muncul

beberapa hari menjelang menstruasi atau saat menstruasi berlangsung. Gangguan tersebut salah satunya yaitu nyeri pada saat menstruasi yang disebabkan oleh kejang otot uterus atau biasa disebut dengan istilah *dismenore* (Mitayani dalam Siagian, 2015).

Remaja yang tidak bisa mengatasi perubahan-perubahan yang terjadi akan mengalami krisis identitas. Faktor yang berperan penting dalam mencari identitas diri seseorang adalah perkembangan psikososial. Hal tersebut terjadi karena penilaian orang lain mengenai dirinya sebagai suatu kesatuan yang utuh meliputi peran, tujuan pribadi, dan ciri khas (Fajariyah, 2015). Terjadinya krisis identitas disebabkan karena remaja merasa dirinya sudah dewasa, sehingga remaja seringkali kebingungan peran terhadap identitas dirinya. Krisis identitas yang dialami remaja juga dipengaruhi oleh pola asuh orang tua, lingkungan, teman sebaya, pengalaman hidup, dan salah paham antar remaja (Sumiati & Lailan, 2012).

Menurut WHO (2015), disebutkan bahwa permasalahan remaja di dunia adalah seputar permasalahan mengenai gangguan menstruasi (38,45%), masalah gizi yang berhubungan dengan anemia (20,3%), gangguan belajar (19,7%), gangguan psikososial (0,7%), serta masalah kegemukan (0,5%). Berdasarkan data tersebut gangguan psikososial remaja termasuk dalam permasalahan yang dialami remaja. Hal ini menunjukkan bahwa psikososial remaja harus diperhatikan agar mereka dapat mencapai identitas diri serta peran yang sesuai dengan usianya.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMA Negeri 1 Slogohimo didapatkan hasil jumlah siswi yang sudah mengalami menstruasi sebanyak 464 siswi. Terdapat 3 siswi yang mengalami kendala pada saat menstruasi seperti susah berkonsentrasi ketika sedang belajar, dan merasakan gelisah. Beberapa siswa juga

mengatakan bahwa mereka sering mengalami perubahan suasana hati serta tidak bersemangat melakukan aktifitas ketika mengalami menstruasi. Berdasarkan uraian di atas, peneliti tertarik untuk melakukan penelitian yang berjudul “Masalah Psikososial Remaja Putri pada Masa Menstruasi di SMA Negeri 1 Slogohimo.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah penelitian deskriptif kuantitatif. Penelitian deskriptif merupakan suatu desain penelitian yang menggunakan fenomena yang diteliti dengan menggambarkan besarnya suatu masalah yang akan diteliti (Swarjana, 2015). Penelitian deskriptif merupakan metode yang bekerja untuk mendeskripsikan atau memberikan gambaran terhadap obyek yang menunjukkan melalui data atau sampel yang telah terkumpul, tanpa melakukan analisis dan membuat kesimpulan yang berlaku umum (Sugiyono, 2019). Penelitian ini akan mendeskripsikan tentang masalah psikososial remaja putri pada masa menstruasi di SMA Negeri 1 Slogohimo.

Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *purposive sampling*. Setelah dilakukan penghitungan didapatkan hasil total sampel sebanyak 82 responden. Penelitian ini juga menerapkan kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria inklusi dalam penelitian ini adalah :

- a. Remaja putri kelas X-XII yang berusia 16-18 tahun dan sedang mengalami menstruasi
 - b. Remaja putri yang bersedia mengikuti rangkaian penelitian hingga selesai
- Kriteria eksklusi dalam penelitian ini adalah :
- a. Remaja putri yang mengalami sakit.
 - b. Remaja putri yang tidak hadir dalam penelitian.

Alat pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah

lembar *informed consent* untuk persetujuan menjadi responden, dan kuesioner. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini adalah *Pediatric Symptom Checklist (PSC)-17*. PSC-17 merupakan kuesioner yang sudah baku dan digunakan untuk mengukur masalah psikososial yang terdiri atas 17 pertanyaan yang dibagi menjadi subskala internalisasi yang terdiri atas 5 pertanyaan, subskala eksternalisasi 7 pertanyaan, dan subskala perhatian 5 pertanyaan.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Hasil yang didapatkan dalam penelitian ini meliputi :

Tabel 1. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan usia

No	Usia	Frekuensi	Presentase (%)
1.	16 tahun	45	54,9
2.	17 tahun	22	26,8
3.	18 tahun	15	18,3
Total		82	100

Sumber : Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa mayoritas responden berusia 16 tahun dengan jumlah 45 siswi (54,9%). Siswi dengan usia 17 tahun sebanyak 22 siswi (26,8%), sedangkan siswi dengan usia 18 tahun sebanyak 15 siswi (18,3%).

Menstruasi pada perempuan teratur ketika memasuki usia 16-18 tahun (Manuaba, 2009 dalam Hazanah, dkk, 2013). Masa remaja merupakan masa dimana terjadi perubahan baik perubahan hormon, fisik, psikologis maupun sosial sehingga sering menyebabkan pergolakan emosi. Dampak pergolakan emosi akan mengakibatkan minimnya kemampuan remaja untuk mengontrol emosi sehingga berisiko mengalami stress (Hastuti & Baiti, 2019).

Masa remaja terdapat fase pubertas yaitu terjadinya perubahan dalam sistem kerja hormon pada tubuhnya dan hal ini memberi dampak

pada bentuk fisik terutama organ-organ seksual dan psikis terutama emosi (Mu'tadin, 2010). Meningginya emosi remaja sangat tergantung dengan dampak perubahan fisik dan kehidupan psikologis, jadi jika semakin banyak terjadi perubahannya maka semakin tinggi pula masalah psikososialnya (Hastuti & Baiti, 2019).

Tabel 2. Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan lamanya menstruasi

No	Lamanya Menstruasi	Frekuensi	Presentase (%)
1.	≤ 7 hari	81	98,8
2.	> 7 hari	1	1,2
	Total	82	100

Sumber : Data Primer (2022)

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa lamanya lamanya menstruasi siswi dengan kriteria ≤ 7 hari sebanyak 81 siswi (98,8%) dan > 7 hari sebanyak 1 siswi (1,2%). Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suhandi & Suyantini (2016) menunjukkan hasil bahwa rerata lamanya menstruasi perempuan adalah 6 hari dengan rentang lamanya menstruasi 3 hari sampai 8 hari.

Menstruasi merupakan luruhnya dinding dalam rahim yang banyak mengandung pembuluh darah. Peristiwa ini terjadi setiap bulan yang berlangsung selama kurang lebih 3-7 hari. Jarak dengan haid berikutnya berlangsung kurang lebih 28 hari (antara 21-35), tetapi pada masa remaja biasanya siklus menstruasi ini belum teratur (BKKBN, 2017). Siklus menstruasi normal secara fisiologis menggambarkan organ reproduksi cenderung sehat dan tidak bermasalah.

Siklus haid yang tidak teratur tidak memiliki pola tertentu seperti siklus menstruasi yang memanjang atau lebih dari 35 hari (*oligomenore*), siklus menstruasi yang pendek kurang dari 21 hari atau dalam sebulan mengalami

menstruasi lebih dari sekali (*polimenore*), bahkan tidak menstruasi selama 3 bulan (*amenore*).

Beberapa data membuktikan bahwa siswi dengan lama menstruasi normal ataupun tidak normal bisa mengalami masalah psikososial. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pusparini (2017) menunjukkan bahwa lamanya menstruasi dan siklus haid tidak dipengaruhi oleh tingkat stress. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widyowati (2014), bahwa tidak ada hubungan antara tingkat stres dengan siklus menstruasi remaja putri kelas XI di SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan Shita & Purnawati (2016) juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara tingkat stress dengan gangguan menstruasi.

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa lamanya menstruasi tidak disebabkan oleh masalah psikososial diantaranya stress. Sejalan dengan penelitian Andayani dan Gunahariati (2013), menyatakan bahwa status gizi sangat mempengaruhi siklus menstruasi pada remaja. Didukung oleh Penelitian lain yang dilakukan Dwi Sogi (2011), menunjukkan bahwa siklus menstruasi dipengaruhi oleh pola hidup seseorang. Hal ini karena pola hidup remaja yang tidak memperhatikan kandungan gizi dalam makanan.

Tabel 3. Masalah Psikososial Remaja Putri pada Masa Menstruasi

No	Masalah Psikososial	Frekuensi	Presentase (%)
1.	Ya	68	82,9
2.	Tidak	14	17,1
	Total	82	100

Sumber : Data Primer (2022)

Tabel 4. Aspek Masalah Psikososial Remaja Putri pada Masa Menstruasi

Aspek Masalah Psikososial	Frekuensi	Presentase (%)
Internalisasi		
Ya	64	78,0
Tidak	18	22,0
Eksternalisasi		
Ya	31	37,8
Tidak	51	62,2
Atensi		
Ya	25	30,5
Tidak	57	69,5

Sumber : Data Primer (2022)

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3 dan 4 menunjukkan bahwa sebanyak 68 siswi (82,9%) mempunyai masalah psikososial, dan sebanyak 14 siswi (17,1%) tidak mempunyai masalah psikososial dengan rincian masalah psikososial aspek internalisasi sebanyak 64 siswi (78,0%), aspek eksternalisasi sebanyak 31 siswi (37,8 %), dan aspek atensi sebanyak 25 siswi (30,5%).

Menstruasi merupakan proses pelepasan dinding rahim (Endometrium) yang disertai dengan pendarahan dan terjadi secara berulang-ulang setiap bulan kecuali pada saat kehamilan (BKKBN, 2017). Menstruasi merupakan hal yang biasa terjadi dan merupakan fase peralihan dari masa anak-anak menuju masa remaja. Pada fase ini beberapa remaja mengeluhkan terhadap perubahan pada dirinya. Perubahan tersebut menimbulkan kecemasan serta masalah psikososial pada remaja. Perubahan tersebut diantaranya adalah keluhan-keluhan pada saat menstruasi berlangsung seperti gejala gatal disekitar vulva, iritasi pada area genital serta adanya rasa perih, vaginitis, vulpovaginitis, flour albus, dan bau yang tidak menyenangkan (Solehati dkk, 2018).

Masalah psikososial menjadi hal yang penting untuk diperhatikan, karena masalah psikososial dapat

mempengaruhi kondisi kejiwaan dan kondisi sosial seseorang. Menurut Lubis (2016) contoh masalah psikososial pada remaja adalah kecemasan, depresi, dan gangguan kognitif. Pendapat lain dikemukakan oleh Munith (2015), gangguan citra tubuh juga termasuk masalah psikososial. Hal yang menyebabkan timbulnya masalah psikososial remaja pada masa menstruasi adalah interaksi antara manusia dengan lingkungannya yang menimbulkan persepsi adanya jarak antara tuntutan situasi dengan sumber daya biologis, psikologis, dan sistem sosial (Wahyuni, 2016). Remaja yang mengalami gangguan psikis berat seperti stress hebat atau depresi, biasanya akan mengalami gangguan hormonal siklus menstruasi karena hal tersebut dapat mempengaruhi fungsi dari kelenjar - kelenjar di dalam tubuh (Nathalia, 2019).

Aspek internalisasi adalah perilaku individu yang mengarah ke dalam diri sendiri dan pengendalian oleh individu dalam dirinya yang dilakukan secara berlebihan dan menyebabkan keadaan psikologis individu dalam keadaan tidak stabil sebagai contoh adalah penarikan diri dari lingkungan sosial, merasa bersalah dan tidak berharga, keluhan somatik, kesepian, kecemasan, ketakutan, putus asa, sering mengeluh gejala fisik yang tidak jelas penyebabnya. Apabila tidak segera ditangani perasaan tersebut dapat mengarah pada depresi (Madigan, dkk, 2012).

Berdasarkan hasil penelitian masalah pada aspek internalisasi lebih dominan terjadi, yaitu merasa sedih, putus asa, memandang rendah diri sendiri, tampak murung, dan mencemaskan banyak hal. Masalah internalisasi lebih banyak dialami oleh perempuan karena perempuan cenderung memiliki sifat tertutup. Masalah internalisasi disebabkan oleh perkembangan remaja, perkembangan fisik, dan sosial. Perubahan fisik yang

cepat dan terjadi secara berkelanjutan pada remaja menyebabkan para lebih sensitif terhadap bentuk tubuhnya dan mencoba membandingkan dengan sebayanya (Bunyamin, 2015) .

Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pujiastuti, dkk (2013) juga menunjukkan masalah internalisasi lebih dominan terjadi, yaitu merasa sedih, tidak bahagia, mudah putus asa, cemas, khawatir, cenderung menyalahkan diri sendiri, dan kurang gembira. Hal ini sesuai dengan teori dimana faktor lingkungan merupakan keseluruhan fenomena fisik atau sosial yang mempengaruhi atau dipengaruhi perkembangan remaja, yaitu lingkungan keluarga , sekolah , teman sebaya dan masyarakat.

Penelitian lain yang dilakukan oleh Astutik & Arnami (2021) menyatakan bahwa munculnya masalah psikososial aspek internalisasi remaja putri ketika memasuki masa pubertas adalah karena perubahan pada tubuhnya sehingga remaja putri menjadi lebih sensitif. Remaja akan membandingkan bentuk tubuhnya sendiri dengan teman-teman disekitarnya, jika remaja mengalami hambatan dan perkembangannya tidak lancar hal ini dapat berpengaruh kepada psikis dan emosi remaja. Sejalan dengan penelitian Diananta, dkk (2020) didapatkan hasil bahwa mayoritas responden mengalami masalah psikososial internalisasi yaitu memiliki tingkat kepercayaan diri yang rendah dan depresi.

Aspek eksternalisasi adalah perilaku negatif yang diarahkan kepada lingkungan luar atau eksternal. Orang dengan masalah eksternalisasi mengekspresikan emosi negatif dengan mengarahkan perasaannya kepada orang lain misalnya melakukan perilaku-perilaku agresif dan impulsif seperti berkelahi, mencuri, merusak properti, dan menolak untuk mematuhi peraturan.

Masalah pada aspek eksternalisasi diantaranya adalah menolak atau tidak suka berbagi, tidak memahami perasaan orang lain, bertengkar dengan anak lain, menyalahkan orang lain, tidak memahami peraturan, mengganggu anak lain dan mengambil barang orang lain. Gangguan eksternalisasi ditandai dengan perilaku yang diarahkan keluar diri remaja, seperti ketidakpatuhan dan agresivitas.

Penelitian yang dilakukan oleh Astutik & Arnami (2021) menyatakan bahwa remaja juga mengalami masalah psikososial aspek eksternalisasi. Remaja yang mengalami masalah eksternalisasi menunjukkan ciri-ciri negatif seperti timbulnya perilaku antisosial, mencuri, dan melanggar hak orang lain. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2021) menunjukkan hasil bahwa sebanyak 146 responden mengalami masalah psikososial aspek eksternalisasi.

Aspek atensi adalah pemusatan pikiran dalam bentuk yang jernih terhadap sejumlah objek simultan atau kelompok pemikiran. Salah satu permasalahan atensi adalah mengarah pada ADHD (*Attention deficit hyperactive disorder*). ADHD adalah gangguan perilaku yang ditandai dengan perilaku hiperaktif, sulit berkonsentrasi yang dialami oleh anak dan remaja (Motamedi, et al., 2016).

Masalah pada aspek atensi meliputi gelisah, banyak melamun, susah berkonsentrasi, bertindak tanpa berpikir, dan mudah teralihkan. Sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wulandari (2021) menunjukkan hasil bahwa sebanyak 50 responden mengalami masalah psikososial aspek atensi.

Menurut Keliat dan Akemat (2015), remaja harus mengembangkan kemampuan psikososial berupa pencapaian identitas diri sehingga dapat menemukan ciri khas mereka masing-

masing dan mencegah terjadinya kebingungan peran yang akan berdampak pada gangguan konsep diri. Dampak dari kebingungan peran ini dapat menyebabkan beberapa masalah kejiwaan seperti kecemasan dan depresi, sehingga remaja tersebut cenderung melakukan perilaku-perilaku yang berisiko (Keliat, dkk, 2020).

Berbagai permasalahan baik mental ataupun emosional bisa muncul ketika remaja melakukan penyesuaian dalam dirinya dengan lingkungan sekitar dan pengalaman-pengalaman pribadinya. Munculnya masalah psikososial pada remaja disebabkan karena timbul konflik dari sisi biologis, kognitif, moral, hingga psikologis (Dharmayanti, 2011).

Berdasarkan uraian di atas peneliti dapat menyimpulkan bahwa masalah internalisasi lebih dominan terjadi pada remaja karena terjadi perubahan fisik dan perkembangan sosial, emosi, moral, dan kepribadian. Remaja banyak melakukan penyesuaian baru, yaitu penyesuaian diri dengan meningkatnya perubahan pada diri, pengaruh kelompok sebaya, dan perubahan dalam perilaku sosial. Fase menstruasi pada remaja putri menyebabkan terjadinya beberapa perubahan dalam tubuh salah satunya perubahan hormon. Perubahan tersebut menyebabkan remaja putri cenderung lebih sensitif dan membandingkan dirinya dengan remaja lainnya.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa :

1. Karakteristik responden berdasarkan usia didapatkan hasil mayoritas usia responden adalah 16 tahun dengan jumlah 45 siswi. Karakteristik responden berdasarkan lamanya menstruasi didapatkan hasil mayoritas lamanya menstruasi siswi adalah 7 hari.
2. Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 68

siswi (82,9%) mempunyai masalah psikososial dengan aspek internalisasi sebanyak 64 siswi (78,0%), aspek eksternalisasi sebanyak 31 siswi (37,8 %), dan aspek atensi sebanyak 25 siswi (30,5%).

SARAN

1. Responden
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah wawasan dan ilmu pengetahuan bagi responden mengenai masalah psikososial remaja putri pada masa menstruasi.
2. Keperawatan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi bagi ilmu keperawatan serta menambah wawasan dan pengetahuan.
3. Tempat Penelitian
Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai sumber informasi atau acuan untuk dikembangkan dalam penelitian selanjutnya.
4. Institusi Pendidikan
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah referensi bacaan dan memperluas wawasan mengenai masalah psikososial remaja putri pada masa menstruasi.
5. Peneliti Lain
Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi masukan dan acuan untuk mengembangkan penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ali, M., & Asrori, M. 2018. *Psikologi Remaja Perkembangan Peserta Didik*. Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Astutik W, Arnami K.2021. Masalah Psikososial Pada Remaja. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keris Husada* : Vol. 5 No. 2
- BKKBN: Reproductive Health (ARH)., 2017 *Remaja Memerlukan Informasi Kesehatan Reproduksi*.

- Bunyamin.2015. Perbandingan Masalah Psikososial Antara Remaja Status Gizi Obesitas Dan Remaja Status Gizi Normal Menggunakan PSC-17 Di SMP Xaverius 1 Palembang.Universitas Muhammadiyah Palembang
- Dhamayanti M. 2011.Masalah mental emosional pada remaja: deteksi dan intervensi. Dalam: Majalah Sari Pediatri 2011; 13(Supll): 45-51.
- Diananta, dkk.2020. Perbedaan Gangguan Psikososial dan Fungsi Kognitif antara Remaja Pendek dengan Indeks Massa Tubuh Rendah dan Normal di Sekolah Menengah Pertama Kota Surakarta.Sari Pediatri : Vol. 22, No. 3
- Fajariyah, N. 2015. *Asuhan Keperawatan dengan Gangguan Harga Diri Rendah*. Jakarta: CV. Trans Info Media
- Haryono R. (2016). *Siap Menghadapi Menstruasi dan Monopause*. Yogyakarta: Goysen Publishing
- Hastuti, RY, Baiti, EN.2019. Hubungan Kecerdasan Emosional Dengan Tingkat Stress Pada Remaja. Jurnal Kesehatan: Vol 8 (2) : 84-93
- Hazanah, dkk (2013). Hubungan Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Usia 18-21 Tahun. Jurnal Husada Mahakam: Volume 3 (7) : 319 - 387
- Keliat, Budi Anna dan Akemat. (2015). *Keperawatan Jiwa: Terapi Aktifitas Kelompok* (edisi 2). Jakarta: EGC.
- Lestari, “Stres Dengan Siklus Menstruasi Mahasiswi Angkatan Empat Stikes Wira Medika Ppni Bali,” Kesehatan. 2011
- Madigan S, Atkinson L, Laurin K, Benoit D. Attachment and internalizing behavior in early childhood: a meta-analysis. *Dev Psychol.* 2013 Apr;49(4):672-89. doi: 10.1037/a0028793. Epub 2012 Jun 11. PMID: 22686171.
- Motamedi M, Xu L, Elahi S. Correlation of transferrin receptor (CD71) with Ki67 expression on stimulated human and mouse T cells: The kinetics of expression of T cell activation markers. *J Immunol Methods.* 2016 Oct;437:43-52. doi: 10.1016/j.jim.2016.08.002. Epub 2016 Aug 20. PMID: 27555239.
- Muniroh, Siti, “Hubungan Tingkat Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Remaja Putri (Studi di Asrama Iii Nusantara Pondok Pesantren Darul Ulum Jombang),” Vol.08, Pp 1-10, 2017
- Mu’tadin, Zainun. 2010. Mengenal Kecerdasan Emosional Remaja. Tersedia dalam: <http://wartawarga.gunadarma.ac.id/2010/01/mengenal-kecerdasan-emosional-remaja/>
- Nathalia, V. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Stit Diniyyah Puteri Kota Padang Panjang. Jurnal Penelitian Dan Kajian Ilmu, XIII(5), 193–201
- Pujiastuti, E, Fadlyana, E, Garna, H.2013. Perbandingan Masalah Psikososial pada Remaja Obes dan Gizi Normal Menggunakan *Pediatric Symptom Checklist* (PSC) 17.Sari Pediatri : 15(4) : 201-206
- Pusparini, C.2016. Tingkat Stres Mempengaruhi Gangguan Siklus Menstruasi. Jurnal Ilmiah Kesehatan : Volume 6 No 2

- Setyaningsrum, E. & Zulfa. (2014). *Pelayanan Keluarga Berencana & Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Trans Info Media.
- Siagian D. (2015). *Perbedaan Tingkat Nteri Haid (Dismenore) Sebelum dan Sesudah Senam Dismenore*. Jurnal. Poltekkes Tanjungkarang. Vol. 11. No. 1 pp 123-126
- Solehati, T. Ermiami, Trisyani, M. & Hermayanti, Y. 2017. Hubungan Sumber Informasi dan Usia Remaja Puteri dengan Perilaku Perawatan Diri saat Menstruasi. *Jurnal Keperawatan Padjajaran*. 5(2): 145-154.
- Sugiyono. (2019). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.
- Suhanda, P, Suyatini.2016. Hubungan Lamanya Menstruasi Dengan Kadar Haemoglobin Pada Mahasiswi Politeknik Kesehatan Kemenkes Banten *Jurnal Medikes : Volume 3, Edisi 2*
- Sumiati , E., & Lailan, M. 2012. *Pengetahuan dan Sikap Remaja Tentang Identitas Diri Remaja pada Siswa Sma Kartika I-2 Medan*. *Jurnal Keperawatan Holistik*, 1(1), 30-34.
- Swarjana, I. K (2015). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta : Andi Offset.
- Wahyuni, S. (2016). Hubungan Stres Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Tingkat 2 Prodi DIII Kebidanan STIKES Muhammadiyah Klaten. *Jurnal Involusi Kebidanan*, 7(12), 64–74
- Wulandari, DR.2021. Skrining Masalah Psikososial Menggunakan Pediatric Symptom Checklist- 35/Youth Pada Remaja Di Pondok Pesantren Modern Muhammadiyah Kwala Madu Langkat Sumatera Utara. Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan