

**HUBUNGAN ANTARA GANGGUAN *PREMENSTRUAL
DYSPHORIC DISORDER* DENGAN KECEMASAN
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 20 SURAKARTA**

NASKAH PUBLIKASI



Oleh :
Rahma Putri Ariyani
S20215

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

2024

**HUBUNGAN ANTARA GANGGUAN *PREMENSTRUAL
DYSPHORIC DISORDER* DENGAN KECEMASAN
REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 20 SURAKARTA**

Rahma Putri Ariyani ¹, Sigit Yulianto ², Sahuri Teguh Kurniawan ³

¹⁾Mahasiswa Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada
Surakarta

^{2) 3)}Dosen Program Studi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada
Surakarta

Email: rahmaariyani78@gmail.com

ABSTRAK

Premenstrual Dysphoric Disorder merupakan gangguan emosi yang muncul sebelum kitaran haid bermula. Gejala dari (*Premenstrual Dysphoric Disorder*) yang biasanya sangat mengganggu kegiatan sehari-hari perempuan, bahkan terkadang membuat mereka tidak dapat melakukan apapun. Gangguan menstruasi atau bisa disebut dengan *Premenstrual Dysphoric Disorder* dapat menyebabkan kecemasan pada remaja terutama pada remaja putri usia awal. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan antara gangguan *premenstrual dysphoric disorder* dengan kecemasan remaja putri. Penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross sectional*. Pengambilan sample menggunakan Teknik *non-probability* sampling dan didapatkan responden sebesar 55 responden. Menggunakan Analisa data uji *Rank Spearman*. *Premenstrual dysphoric disorder* paling tinggi gejala berat sebanyak 22 responden (40,0%), Kecemasan paling tinggi adalah kecemasan berat dengan 26 responden (47,3%). Berdasarkan uji rank spearman mendapatkan hasil nilai sig. 0.028 yang artinya <0.005. Nilai korelasi diperoleh angka koefisien korelasi sebesar -0.297* artinya tingkat kekuatan korelasi/hubungan adalah hubungan yang cukup atau cukup kuat. Terdapat hubungan antara gangguan *premenstrual dysphoric disorder* dengan kecemasan remaja putri. Saran dari penelitian ini adalah sebagai informasi tentang *premenstrual dysphoric disorder* dengan kecemasan remaja putri.

Kata kunci : *Premenstrual Dysphoric disorder, kecemasan, remaja*

THE RELATIONSHIP BETWEEN PREMENSTRUAL DYSPHORIC DISORDER AND ADOLESCENT GIRLS' ANXIETY IN SMPN 20 SURAKARTA

Rahma Putri Ariyani ¹, Sigit Yulianto ², Sahuri Teguh Kurniawan ³

¹⁾ *Student of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta*

^{2,3)} *Lecturer of Nursing Study Program of Undergraduate Programs, University of Kusuma Husada Surakarta*

Email: rahmaariyani78@gmail.com

ABSTRACT

Premenstrual dysphoric disorder is an emotional condition that occurs before the menstrual cycle begins. Symptoms of premenstrual dysphoric disorder often severely disrupt women's daily activities, sometimes even making them unable to perform anything. This menstrual disorder can cause anxiety in adolescents, especially early adolescent girls. The study aimed to determine the relationship between premenstrual dysphoric disorder and anxiety in adolescent girls. The study employed a quantitative with a cross-sectional approach. The sampling technique used a non-probability sampling with 55 respondents. Data analysis was performed by using the Spearman Rank test. The results indicated that premenstrual dysphoric disorder symptoms with the highest severity were experienced by 22 respondents (40.0%). The highest anxiety level was severe anxiety, experienced by 26 respondents (47.3%). Based on the Spearman Rank test, a significance value of 0.028 was obtained, which meant <0.05 . The correlation coefficient value was -0.297^ , indicating a moderately strong relationship between premenstrual dysphoric disorder and anxiety in adolescent girls. There was a correlation between premenstrual dysphoric disorder and anxiety in adolescent girls. This study provided necessary information about the relationship between premenstrual dysphoric disorder and anxiety in adolescent girls.*

Keywords: *Adolescent, Anxiety, Premenstrual Dysphoric Disorder*

Translated by Unit Pusat Bahasa UKH

Bambang A Syukur, M.Pd.

HPI-01-20-3697

PENDAHULUAN

Kecemasan adalah kondisi perasaan yang terjadi dan didefinisikan oleh perasaan takut atau khawatir, serta perilaku yang dalam batas normal. Kecemasan juga dapat terjadi karena kurangnya informasi tentang perubahan ini (Novitarum *et al.*, 2022).

Masyarakat Indonesia biasanya menyebut *pobhia*, *fear*, dan *anxiety* sebagai satu kata, "takut", meskipun setiap kata memiliki arti yang berbeda Menurut (Nugraha 2020). *World Health Organization* (WHO, 2018) menyatakan bahwa 3,6 persen dari 264 juta orang di seluruh dunia mengalami gangguan kecemasan. Ini terjadi pada 3,6% anak usia 10-14 tahun dan 4,6% anak usia 15-19 tahun.

Sejumlah penelitian epidemiologi telah menunjukkan bahwa gangguan *premenstruasi dysphoric disorder* sering terjadi di usia muda. Sebuah penelitian (Yen *et al.*, 2020) menemukan bahwa wanita yang mengalami kecemasan memiliki kemungkinan lebih besar untuk mengalami *premenstruasi dysphoric disorder*. Data RISKESDAS 2018 menunjukkan bahwa sekitar 37 ribu remaja Indonesia yang berusia kurang lebih 15 tahun mengalami prevalensi gangguan kecemasan di seluruh negeri, dengan 4,7% kasus prevalensi di Jawa Tengah. Remaja sebagian besar mengalami gejala *premenstruasi* tingkat sedang hingga berat (Wimala and Hadiati 2021).

Gangguan kecemasan paling sering dialami oleh remaja, terutama remaja perempuan. Kecemasan salah satu alasan mengapa remaja perempuan mengalami gangguan menstruasi, Gejala *Premenstrual Dysphoric Disorder* yang biasanya sangat mengganggu wanita dalam menjalani kehidupan sehari-hari mereka, bahkan terkadang membuat mereka tidak dapat melakukan apa pun (Kesehatan, 2023). Wanita bisa mengalami *premenstrual dysphoric disorder* karena jumlah serotonin yang berlebihan (Jelani, Research, and Gunaan 2021).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti melalui Wawancara langsung terhadap 5 siswi SMP 20 Surakarta pada tanggal 23 Januari 2024 mendapatkan hasil bahwa 5 siswi tersebut mengalami gangguan *Premenstrual dysphoric disorder*. Beberapa siswi tersebut sering merasakan Gangguan Suasana hati. Saat haid sering merasakan gangguan tidur dan merasa cemas saat tidur karena merasakan perutnya yang sakit karena haid. Siswi tersebut mengatakan bahwa

sering mengalami emosi yang berlebih saat haid.

Gangguan *Premenstrual Dysphoric disorder* adalah gangguan yang terjadi pada remaja pada periode menstruasi. Gangguan ini menyebabkan terganggunya kegiatan harian bahkan dapat menurunkan kualitas hidup remaja. Rumusan masalah pada penelitian ini berdasarkan uraian latar belakang masalah diatas adakah hubungan antara gangguan *premenstrual dysphoric disorder* dengan kecemasan remaja putri di SMP Negeri 20 Surakarta.

Tujuan umum dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara gangguan *premenstrual dysphoric disorder* dengan kecemasan remaja putri. Tujuan khusus dari penelitian ini adalah mengidentifikasi karakteristik Responden (Usia, *premenstrual dysphoric disorder*, dan kecemasan), Mengidentifikasi Gangguan *Premenstrual Dysphoric disorder* dengan remaja putri SMP Negeri 20 Surakarta, Mengidentifikasi Kecemasan pada remaja putri di SMP Negeri 20 Surakarta, dan Menganalisis hubungan antara gangguan *Premenstrual Dysphoric Disorder* dengan kecemasan remaja putri.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode korelasional untuk mengetahui hubungan antara variable bebas (*Premenstrual dysphoric disorder*) dengan variable terikat (Kecemasan). Penelitian ini menggunakan pendekatan *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 20 Surakarta pada bulan Februari-Maret 2024 dengan responden siswa putri kelas 8 dengan jumlah 121 siswa. Pengambilan sampel dilakukan menggunakan metode *purposive sampling* dengan rumus *Slovin* dengan jumlah 55 responden. Pemilihan responden dalam penelitian ini berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi sebagai berikut Kriteria Inklusi Siswa Putri Kelas 8 SMP Negeri 20 Surakarta dan Siswa putri yang sudah mengalami Menstruasi. Kriteria Eksklusi yaitu Siswa yang tidak masuk dalam rentang usia remaja, Siswa yang tidak berkenan mengikuti penelitian, dan Siswa yang belum mengalami *menarche*.

Dalam penelitian ini menggunakan 2 kuisioner yaitu kuisioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) untuk kecemasan dan

Shortened Premenstrual Assesment Form (SPAF) untuk gangguan *premenstrual Dysphoric Disorder* yang telah dilakukan uji validitas oleh peneliti sebelumnya.

Adapun langkah-langkah pengumpulan data pada penelitian ini yaitu menggunakan 3 tahap yaitu pada tahap persiapan yang dilakukan oleh peneliti dengan mengurus studi pendahuluan penelitian di Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Kusuma Husada Surakarta untuk dilanjutkan ke SMP Negeri 20 Surakarta dalam rangka untuk memperoleh ijin studi pendahuluan, kemudian peneliti melakukan studi pendahuluan pada tanggal 23 januari 2024. Setelah melakukan studi pendahuluan peneliti melakukan penyusunan proposal skripsi dan dilanjutkan seminar proposal. Pada tahap selanjutnya peneliti mengajukan *Ethical clearance* di RSUD Dr. Moerwardi dan dinyatakan layak etik dengan nomor 528 / II / HREC / 2024. Tahap selanjutnya peneliti mengajukan ijin untuk penelitian. Peneliti melakukan penelitian di SMP Negeri 20 dengan pengisian *Informed Consent* dan dilanjutkan pengisian kuisioner *Hamilton Anxiety Rating Scale* (HARS) untuk kecemasan dan *Shortened Premenstrual Assesment Form* (SPAF) untuk gangguan *premenstrual Dysphoric Disorder*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Analisa Univariat

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan Usia (n=55)

	<i>Mean</i>	<i>Median</i>	<i>Max</i>	<i>Min</i>	<i>Mode</i>
Usia	13,71	14,00	15	13	14

Berdasarkan tabel 4.1 distribusi karakteristik responden berdasarkan usia kategori rata-rata (*mean*) usia responden adalah 14 tahun. Kategori usia paling rendah (*min*) 13 tahun sebanyak 18 responden (32.7%) dan paling tinggi (*max*) adalah 14 tahun sebanyak 35 responden (63.6%). Sementara kategori usia paling banyak (*mode*) adalah 14 tahun sebanyak 35 responden (63.6%).

Pada masa ini seseorang dapat dikategorikan sebagai remaja yang akan mengalami transisi dari masa anak-anak menuju dewasa, di mana pada masa itu terjadi pertumbuhan yang pesat sehingga mempengaruhi terjadinya perubahan perkembangan fisik, mental, maupun peran sosial (Adila, Rinjani, and Cinderela 2020).

Usia dapat mempengaruhi daya tangkap dan pola pikir seseorang. Semakin matang usia maka daya tangkap dan pola pikir seseorang akan semakin berkembang serta pengetahuan yang diperoleh semakin membaik (Sulistyowati, Putra, and Umami 2018). Usia mempengaruhi seorang dalam berpikir. Pada rentang usia 10-13 tahun remaja mulai ada perubahan fisik pubertas. (Wa Ode Nova Noviyanti Rachman *et al.* 2023).

Tabel 4.2 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan *Premenstrual dysphoric disorder* (n=55)

<i>Premenstrual dysphoric disorder</i>	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tidak ada gejala	8	14,5%
Gejala ringan	10	18,2%
Gejala sedang	15	27,3%
Gejala berat	22	40,0%
Total	55	100

Berdasarkan tabel 4.2 distribusi karakteristik responden berdasarkan *premenstrual dysphoric disorder* menunjukkan jumlah responden tidak ada gejala sebanyak 8 responden (14,5%), gejala ringan 10 responden dengan (18,2%), Gejala sedang 15 responden dengan (27,3%) dan paling tinggi adalah gejala berat sebanyak 22 responden (40,0%).

Premenstrual dysphoric disorder merupakan gangguan emosi yang muncul sebelum terjadinya haid pada Wanita (Jelani *et al.* 2021). Gangguan *premenstrual dysphoric disorder* adalah kondisi yang menyerang wanita usia reproduksi. Sebelum menstruasi, wanita dengan *premenstrual dysphoric disorder* mengalami berbagai gejala kognitif, psikologis, dan somatik yang terjadi secara siklus sebagai respon terhadap perubahan hormonal (Osborn *et al.* 2020). *Premenstrual dysphoric disorder* berdampak pada kualitas hidup wanita, karena adanya emosi yang tidak terkontrol (Wimala and Hadiati 2021).

Wanita yang mengalami *premenstrual dysphoric disorder* akan mengganggu aktivitas sehari-hari dan mengganggu hubungan sosial (Dewi and Utami 2022). *Premenstrual dysphoric disorder* umumnya dialami seminggu sebelum haid, namun simtom *premenstrual dysphoric disorder*

dapat pula muncul hingga 3 minggu sebelum haid (Ediati *and* Diponegoro 2023). Remaja putri dengan *premenstrual dysphoric disorder* sering mengalami kesulitan untuk memahami pelajaran di sekolah karena kesulitan dalam berkonsentrasi (Osborn *et al.* 2020).

Berdasarkan kajian peneliti, dapat disimpulkan bahwa banyak remaja putri yang mengalami gejala *premenstrual dysphoric disorder* yang parah dapat disimpulkan bahwa wanita yang menderita gangguan *premenstrual dysphoric disorder* mungkin mengalami perubahan suasana hati emosional yang tidak terkendali sehingga mengganggu kehidupan sehari-hari dan menurunkan kualitas hidup. Remaja putri penderita *premenstrual dysphoric disorder* seringkali kesulitan memahami pelajaran di sekolah karena sulit berkonsentrasi saat belajar.

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan kecemasan (n=55)

Kecemasan	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tidak ada gejala	8	14,5%
Gejala ringan	8	14,5%
Gejala sedang	13	23,6%
Gejala berat	26	47,3%
Gejala berat sekali	0	0
Total	55	100

Berdasarkan tabel 4.4 distribusi karakteristik responden berdasarkan kecemasan menunjukkan jumlah responden Tidak ada gejala 8 responden dengan(14,5%), gejala ringan 8 responden dengan (14,5%), gejala sedang 13 responden dengan(23,6%), dan paling tinggi adalah dengan gejala berat 26 responden (47,3%).

Kecemasan adalah sinyal yang membangunkan, memperingatkan bahaya yang akan segera terjadi dan memberikan tindakan untuk mengatasi ancaman yang ditimbulkan oleh pertumbuhan, perubahan dan pengalaman baru dan belum dicoba serta penemuan identitas dan tujuan hidup seseorang (Nurmaularni *and* Rahmi 2023).

Gangguan kecemasan ditandai dengan kekhawatiran yang berlebih dan terus-menerus (Yen *et al.* 2020). Kecemasan

menggambarkan keadaan emosional yang dikaitkan dengan ketakutan. Kecemasan berat merupakan emosi yang bercampur baur dan dialami oleh individu sebagai suatu reaksi terhadap ancaman, tekanan, kekhawatiran yang mempengaruhi fisik dan psikis (Mukholil 2018).

Mengalami kecemasan berat dikarenakan kesiapan yang rendah sehingga menimbulkan reaksi kecemasan yang tinggi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Septiani *and* Rahmi 2022) tentang Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Gangguan Menstruasi Pada Remaja Putri di MTsS Darusa'adah Cot Tarom Kabupaten Bireuen dengan hasil tingkat kecemasan berat sebanyak 55 responden (78.6%). Tingkat kecemasan yang cenderung berat akan mengakibatkan ketidakstabilan dalam mekanisme hormon pada tubuh (Sholihah 2020)

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti dapat disimpulkan yaitu banyak remaja putri yang mengalami kecemasan berat. Kecemasan menggambarkan keadaan emosional yang terkait dengan rasa takut. kecemasan berat dikarenakan kesiapan yang rendah sehingga menimbulkan reaksi kecemasan yang tinggi.

B. Analisa Bivariat

Tabel 4.3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan uji rank spearman (n=55)

<i>Premenstrual Dysphoric Disorder dengan kecemasan</i>	R	p-value
	-0.297	0.028

Berdasarkan tabel 4.6 diketahui bahwa uji Korelasi *rank spearman* diketahui nilai Sig. (2-tailed) sebesar 0.028, karena nilai Sig. (2-tailed)<0.05 maka artinya ada hubungan yang signifikan antara variabel *Premenstrual Dysphoric Disorder* dengan kecemasan. Dari output spss, diperoleh angka koefisien korelasi sebesar -0.297* maka artinya tingkat kekuatan korelasi/hubungan adalah hubungan yang cukup atau cukup kuat. Angka koefisiensi korelasi diatas bernilai negatif, yaitu sebesar -0.297* maka arah hubungan variabelnya yaitu negatif.

Premenstrual dysphoric disorder merupakan gangguan premenstruasi yang

ditandai dengan gejala fisik dan psikologis yang terjadi pada fase luteal dari siklus menstruasi nyeri payudara, jerawat, perubahan nafsu makan. (Khalida Itriyeva 2022). Gejala psikologis yang sering terjadi adalah adanya tingkat emosional, keadaan emosional yang dikaitkan dengan ketakutan. Hal ini bisa menyebabkan terjadinya Kecemasan. (Mukholil 2018).

Gangguan kecemasan umum ditandai dengan kekhawatiran yang berlebihan dan terus-menerus. Kecemasan yang terus menerus dapat mengganggu kesehatan seperti mengganggu imunitas tubuh, karena hormon akan mencegah proses pelepasan zat yang dapat menyebabkan peradangan serta mematikan sistem kekebalan tubuh untuk melawan infeksi. (Ani and Purwati 2020).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian (Yen *et al.* 2020) mengidentifikasi 2.833 publikasi tentang penelitian PMS dan *premenstrual dysphoric disorder* dari tahun 1945 hingga 2018, dan jumlah publikasi tahunan meningkat seiring waktu, dengan fluktuasi. Wanita dengan *premenstrual dysphoric disorder* lebih mungkin terkena kecemasan. Oleh karena itu, kecemasan harus dinilai pada wanita dengan *premenstrual dysphoric disorder*.

Penelitian yang dilakukan oleh (Eldeeb SM, Eladl AM 2021) Gangguan *disforik pramenstruasi* ditemukan pada 159 dari 755 siswa (21,1%). Prevalensi *premenstrual dysphoric disorder* tinggi di kalangan mahasiswa, khususnya mahasiswa kedokteran, dan hal ini dapat berdampak buruk pada kehidupan akademis dan prestasi pendidikan, kualitas hidup dan aktivitas hidup sehari-hari.

Dari hasil analisis di atas dapat disimpulkan bahwa *Premenstrual dysphoric disorder* bisa terjadi bukan hanya karena adanya hubungan antara *premenstrual dysphoric disorder* dengan kecemasan. Keadaan emosional yang dikaitkan dengan ketakutan. Hal ini bisa menyebabkan terjadinya Kecemasan. Wanita dengan *premenstrual dysphoric disorder* lebih sering terkena kecemasan.

KESIMPULAN

1. Karakteristik responden berdasarkan usia kategori rata-rata (*mean*) usia responden adalah 13,71 tahun. Kategori usia paling rendah (*min*) 13 tahun sebanyak 18 responden (32,7%) dan paling tinggi (*max*) adalah 14 tahun sebanyak 35 responden (63,6%). Sementara kategori usia paling

banyak (*mode*) adalah 14 tahun sebanyak 35 responden (63,6%).

2. *Premenstrual dysphoric disorder* jumlah responden paling tinggi adalah gejala berat sebanyak 22 responden (40,0%).
3. Kecemasan jumlah responden paling tinggi adalah dengan gejala berat 26 responden (47,3%).
4. Hasil penelitian Hubungan antara *premenstrual dysphoric disorder* dengan kecemasan remaja putri di SMP Negeri 20 Surakarta. Berdasarkan hasil analisis uji korelasi rank spearman pada *premenstrual dysphoric disorder* dan kecemasan remaja putri dengan nilai sig. $0.028 < 0.005$ dengan nilai korelasi diperoleh angka koefisien korelasi sebesar -0.297^* artinya tingkat kekuatan korelasi/hubungan adalah hubungan yang cukup. Maka H_0 ditolak dan H_a diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara kecemasan dan *premenstrual dysphoric disorder*.

SARAN

1. Bagi Sekolah
Diharapkan penelitian ini dapat menambah bahan ajar tentang *Premenstrual Dysphoric Disorder*. Pihak sekolah diharapkan mampu memfasilitasi tenaga kesehatan untuk mengedukasi ataupun menangani siswa perempuan yang sedang mengalami sakit saat menstruasi.
2. Bagi Institusi Pendidikan
Untuk institusi Pendidikan hasil penelitian ini bisa digunakan untuk belajar maupun menambah wawasan mahasiswa tentang *Premenstrual Dysphoric Disorder* maupun kecemasan pada remaja perempuan.
3. Bagi Peneliti Selanjutnya
Untuk peneliti selanjutnya diharapkan untuk meneliti bagaimana cara mengatasi *Premenstrual Dysphoric Disorder* pada remaja putri di SMP.
4. Bagi Siswa
Diharapkan siswa dapat menambah pengetahuan tentang *Premenstrual Dysphoric Disorder*.

DAFTAR PUSTAKA

Adila, Wazni, Margareta Rinjani, and Prala Cinderela. 2020. "Tingkat Pengetahuan Remaja Tentang Personal Hygiene."

- Journal of Psychological Perspective* 1(2):59–66. doi: 10.47679/jopp.12492019.
- Ani, Monah Fitri, and Yuni Purwati. 2020. “Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Mahasiswi Semester VI Prodi Keperawatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta Tahun 2020.” *Jurnal Kebidanan Dan Keperawatan 'Aisyiyah* 15(1):4–15.
- Dewi, T. K., and I. T. Utami. 2022. “Determinants Of Premenstrual Syndrome And Premenstrual Dysphoric Disorder In Adolescent In Covid-19 Era.” *Jurnal Eduhealth* 13(02):977–82.
- Ediati, Annastasia, and Universitas Diponegoro. 2023. “Gangguan Suasana Hati Terkait Menstruasi.”
- Jelani, Siti Hajar, Pusat Pengajian, and Psikologi Gunaan. 2021. “DISFORIK PRAHAID (Experts Perception Toward Premenstrual Dysphoric Disorder) Azlizamani Zubir @ Salim Dasar Dan Kerja Sosial , Universiti Utara Malaysia Corresponding Author: Sitihajarjelani05@gmail.Com.” 24:75–107.
- Kesehatan, Jurnal Pendidikan. 2023. “HUBUNGAN STRESS AKADEMIK DAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DENGAN PREMENSTRUAL SYNDROME PADA SISWI KELAS 9 SMPN 1.” 12(2):149–61.
- Khalida Itriyeva. 2022. “Premenstrual Syndrome and Premenstrual Dysphoric Disorder in Adolescent, Current Problem in Pediatric and Adolescent Health Care.” 52(5). doi: <https://doi.org/10.1016/j.cppeds.2022.101187>
- Mukholil. 2018. “KECEMASAN DALAM PROSES BELAJAR Mukholil *).” *Kecemasan Dalam Proses Belajar* 8:1–8.
- Novitarum, Lilis, Maria Pujiastuti, Mestiana Br. Karo, and Quinta Geledis Sihotang. 2022. “Hub. Pengetahuan Tentang Mens Dgn Kecemasan Remaja Putri Kelas VIII Di SMPN 3 Pematang Siantar 2021.” *Jurnal Darma Agung Husada* 9(2):1–9.
- Nugraha, Aditya Dedy. 2020. “Memahami Kecemasan: Perspektif Psikologi Islam.” *IJIP: Indonesian Journal of Islamic Psychology* 2(1):1–22. doi: 10.18326/ijip.v2i1.1-22.
- Nurmaularni, Nadia, and Kus Hanna Rahmi. 2023. “Hubungan Antara Sex Education Dengan Kecemasan Bekasi.” 4(September):4186–93.
- Osborn, Elizabeth, Anja Wittkowski, Joanna Brooks, Paula E. Briggs, and P. M. Shaugh. O'Brien. 2020. “Women's Experiences of Receiving a Diagnosis of Premenstrual Dysphoric Disorder: A Qualitative Investigation.” *BMC Women's Health* 20(1):1–15. doi: 10.1186/s12905-020-01100-8.
- Sholihah, Andri Nur. 2020. “Hubungan Pola Aktivitas Dan Kecemasan Dengan Kejadian Leukorea Pada Remaja.” *Jurnal Kebidanan* 9(1):23. doi: 10.26714/jk.9.1.2020.23-30.
- Sulistyowati, Agus, Kusuma Wijaya Ridi Putra, and Riza Umami. 2017. “Hubungan Antara Usia Dan Tingkat Pendidikan Dengan Tingkat Pengetahuan Ibu Hamil Tentang Perawatan Payudara Selama Hamil Di Poli Kandungan Rsu Jasem, Sidoarjo.” *Nurse and Health: Jurnal Keperawatan* 6(2):40–43. doi: 10.36720/nhjk.v6i2.25.
- Wimala, Dina, and Titis Hadiati. 2021. “Perbedaan Skor BDI II (Beck Depression Inventori) Pada Siswi Dengan PMDD (Premenstrual Dysphoric Disorder) Dan Non PMDD.” *Medica Hospitalia : Journal of Clinical Medicine* 8(1):21–27. doi: 10.36408/mhjem.v8i1.486.
- Yen, Ju Yu, Pai Cheng Lin, Mei Feng Huang, Wei Po Chou, Cheng Yu Long, and Chih Hung Ko. 2020. “Association between Generalized Anxiety Disorder and Premenstrual Dysphoric Disorder in a Diagnostic Interviewing Study.” *International Journal of Environmental Research and Public Health* 17(3). doi: 10.3390/ijerph17030988.022.101187.

