HUBUNGAN KONSUMSI KAFEIN (KOPI DAN TEH) DENGAN KEJADIAN PREMENSTRUASI SINDROME PADA REMAJA PUTRI KELAS X1 DI SMAN 1 SINGGAHAN TUBAN

Erna Rismayanti*, Amirul Amalia**, Farida Juanita***

ABSTRAK

Premenstrual sindrome adalah sekumpulan keluhan fisik, emosional, prilaku yang terjadi pada saat menstruasi. Hasil survei awal didapatkan 46,6% siswi di SMAN 1 Singgahan Tuban diantaranya mengalami PMS. Masalah penelitian adalah tingginya PMS di SMAN 1 Singgahan Tuban. Tujuan penelitian adalah mengetahui hubungan konsumsi kafein (kopi dan teh) dengan PMS.

Desain penelitian analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Populasi adalah Seluruh Siswi Kelas X1 di SMAN 1 Singgahan Tuban, besar sampel 58. Sampling dengan cara *Simple Random Sampling*. Pengumpulan data menggunakan wawancara dan kuesioner dilakukan analisis dengan uji *koefisien phi* dengan tingkat kemaknaan α=0,05.

Hasil penelitian adalah Sebagian besar atau 56,6% remaja putri mengkonsumsi kafein (kopi dan teh). Sebagian besar atau 51,7% Remaja Putri mengalami Premenstrual sindrom, terdapat Hubungan Konsumsi Kafein (Kopi dan Teh) dengan Kejadian Premenstrual Sindrome Pada Remaja Putri Kelas X1 Di SMAN 1 Singgahan Tuban Tahun 2015 dengan Z= 0.413 dan P= 0,002.

Menilik hasil yang cukup bermakna pada relasi konsumsi kafein (kopi dan teh) pada cukup untuk membuktikan hipotesis dengan hasil temuan ini perlu dipertimbangkan kembali bagi untuk para remaja putri untuk mengkonsumsi kafein terutama kopi dan teh yng memiliki resiko yang cukup tinggi dengan kejadian premenstrual sindrom.

Kata kunci : ***Konsumsi kafein (kopi dan teh), Remaja putri, Kejadian premenstrual sindrom.***