

JURNAL SKRIPSI
DETERMINAN YANG BERHUBUNGAN DENGAN JENIS ABORTUS DI
RSUD RA BASOENI MOJOKERTO
TAHUN 2023



DWI RAHAYUNINGSIH
NIM : 2325201009

PROGRAM STUDI S1 KEBIDANAN
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN MAJAPAHIT
MOJOKERTO
2025

**PENGESAHAN
JURNAL SKRIPSI**

**HUBUNGAN TINGKAT *PREMENSTRUAL SYNDROME* DENGAN
KEJADIAN *EXCESSIVE DAYTIME SLEEPINESS* PADA PEGAWAI
DI RSUD RA. BASOENI MOJOKERTO**



**DWI RAHAYUNINGSIH
NIM : 2325201009**

Pembimbing 1



Bdn. Sari Priyanti, S.Si.T., S.KM., M.Kes
NIK. 220 250 066

Pembimbing 2



Bdn. Ferilia Adiesti, M.Keb
NIK. 220 250 131

PERNYATAAN

Dengan ini kami selaku Mahasiswa Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Majapahit

Nama : Dwi Rahayuningsih

NIM : 2325201009

Program Studi : S1 Kebidanan

(Setuju / ~~Tidak Setuju~~) naskah jurnal ilmiah yang disusun oleh yang bersangkutan setelah mendapat arahan dari Pembimbing, dipublikasikan **(dengan ~~atau tanpa~~)** mencantumkan nama tim pembimbing sebagai co-author.

Demikian harap maklum.

Mojokerto, 20 Februari 2025

Dwi Rahayuningsih

NIM : 2325201009

Mengetahui,

Pembimbing 1



Bdn. Sari Priyanti, S.SiT., S.KM., M.Kes
NIK 220 250 066

Pembimbing 2



Bdn. Ferilia Adiesti, M.Keb
NIK 220 250 131

HUBUNGAN TINGKAT *PREMENSTRUAL SYNDROME* DENGAN KEJADIAN *EXCESSIVE DAYTIME SLEEPINESS* PADA PEGAWAI DI RSUD RA. BASOENI MOJOKERTO

DWI RAHAYUNINGSIH

Program Studi S1 Kebidanan STIKES Majapahit Mojokerto

dwirahayuningsih2202@gmail.com

Sari Priyanti

Program Studi S1 Kebidanan STIKES Majapahit Mojokerto

achazillasari@gmail.com

Ferilia Adiesti

Program Studi S1 Kebidanan STIKES Majapahit Mojokerto

feriliaadiesti@gmail.com

ABSTRAK

Premenstrual Syndrome (PMS) menjadi permasalahan yang sering terjadi pada perempuan sebagai tanda gejala menstruasi. Secara global kejadian PMS mencapai 48.8% di seluruh dunia dan EDS 43% pada orang dewasa. Banyak teori yang menyebutkan penyebab PMS, akan tetapi yang diduga menyebabkan PMS salah satunya faktor hormonal. Ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron memungkinkan seseorang mengalami *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan *premenstrual syndrome* dengan *excessive daytime sleepiness*.

Desain penelitian yang digunakan adalah *corelational* dengan pendekatan *cross Sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dan didapatkan sampel 41 responden serta menggunakan instrumen kuesioner baik pada variabel independent *premenstrual syndrome* maupun variabel dependen *excessive daytime sleepiness*, selanjutnya data dianalisis menggunakan uji *spearman rho ranks* dengan tingkat signifikansi 0,05. Penelitian dilakukan pada bulan februari 2025 di RSUD Ra. Basoeni Mojokerto

Data penelitian menunjukkan hasil (63.4%) pegawai mengalami PMS dalam kriteria sedang dan (68.3%) pegawai mengalami EDS. Hasil uji analisis didapatkan *p-value* (0.000) ($\alpha < 0,05$) yang bermakna, ada hubungan Tingkat *Premenstrual Syndrome (PMS)* Dengan Kejadian *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)*.

Terdapat banyak faktor yang mempengaruhi kondisi dan PMS dan EDS, dimana dalam penelitian ini. Faktor psikologis atau stress baik dari dalam diri maupun stressor lingkungan berperan mempengaruhi keduanya. Hormon yang tidak seimbang mempengaruhi produksi serotonin yang berperan dalam perubahan mood, nafsu makan dan kebutuhan tidur, peningkatan hormon. Dari hal tersebut diharapkan responden dapat melakukan manajemen stress agar kondisi PMS dan EDS tidak mempengaruhi produktivitas responden sebagai pegawai di rumah sakit.

Kata kunci : *premenstrual syndrome, excessive daytime sleepiness, pegawai rumah sakit.*

ABSTRACT

Premenstrual Syndrome (PMS) was a collection of symptoms or complaints, whether physical, emotional or behavioral, that occur before and during menstruation. There are many theories that mention the cause of PMS, but one of the suspected causes of PMS is hormonal factors. The imbalance of estrogen and progesterone hormones that occurs allows someone to experience Excessive Daytime Sleepiness (EDS).

The method chosen was correlational with a cross-sectional approach. The sampling technique used purposive sampling and obtained a sample of 41 respondents and used a questionnaire instrument for both the independent variable premenstrual syndrome and the dependent variable excessive daytime sleepiness, then the data was analyzed using the Spearman rho ranks test with a significance level of 0.05.

The research data shows the results (63.4%) of employees experience PMS in moderate criteria and (68.3%) employees experience EDS

The results of the analysis test obtained a significant p-value (0.000) ($\alpha < 0.05$), there is a relationship between the Level of Premenstrual Syndrome (PMS) and the Incidence of Excessive Daytime Sleepiness (EDS).

There are many factors that influence the condition of PMS and EDS, where in this study psychological factors or stress both from within and environmental stressors are factors that play a role in influencing both. Unbalanced hormones affect the production of serotonin which plays a role in changes in mood, appetite and sleep needs, increased hormones. From this, it is hoped that respondents can carry out stress management so that PMS and EDS conditions do not affect the productivity of respondents as employees in hospitals.

Keywords: *premenstrual syndrome, excessive daytime sleepiness, hospital employees*

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan salah satu perubahan yang terjadi sebagai akibat dari kematangan sistem reproduksi wanita. Pada awal periode menstruasi, wanita mengalami gangguan atau ketidaknyamanan fisik. Gangguan ini dikenal sebagai sindrom premenstruasi atau *premenstrual syndrome (PMS)*. Beberapa orang dengan *premenstrual syndrome (PMS)* kemungkinan mengalami kesulitan tidur. Insomnia dan hipersomnia adalah beberapa gejala yang dapat dialami penderita PMS, diantaranya yakni perubahan mood, nafsu makan, *dismenorea* dan hipersomnia yang kemungkinan dapat dialami yaitu *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)*. *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)* merupakan suatu kondisi dimana terdapat kecenderungan seseorang merasakan kantuk berlebihan terutama di siang hari atau kondisi dimana seseorang harusnya terjaga malah tertidur atau merasakan kantuk (Triamiyono, 2014).

Kondisi *Excessive daytime sleepiness* termasuk kedalam hipersomnia dimana ini membuat penderitanya kesulitan dalam mengendalikan keadaan sadar penuh dan tidak sadar atau jatuh tertidur (Triamiyono, 2014). Kondisi *excessive daytime sleepiness (EDS)* hampir sama dengan kelelahan ditandai dengan kekurangan energi dan muncul dalam keadaan yang sama. Akan tetapi yang membedakan *excessive daytime sleepiness (EDS)* bisa muncul akibat kelelahan dan rasa mengantuk secara bersamaan (Slepp Foundation, 2021). Hal tersebut akan sangat dikhawatirkan apabila terjadi kepada tenaga kesehatan, terutama apabila kejadian *excessive daytime sleepiness* terjadi ketika tenaga kesehatan proses pemberian intervensi kepada klien, yang mana hal tersebut akan menimbulkan resiko kecelakaan kerja. Selain itu, kondisi *Excessive daytime sleepiness* memiliki dampak terhadap kekuatan memori, kesulitan fokus dan perilaku beresiko lainnya. Selain itu, dapat meningkatkan resiko kecelakaan, menurunnya produktivitas sehari-hari.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian observasional analitik dengan pendekatan desain penelitian *cross sectional* yaitu penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran atau observasi data dalam satu kali pada satu waktu yang dilakukan pada variabel terikat dan variabel bebas. Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui *Premenstual Syndrome (PMS)* dengan Kejadian *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)* pada Pegawai di Rumah Sakit Umum Daerah RA. Basoeni Mojokerto.

Jumlah populasi yaitu sebanyak 102 responden, dan besar sampel sebanyak 41 responden yang diambil dengan teknik *simple random sampling*. Data yang diperoleh kemudian dianalisa secara univariat dan bivariat, analisis statistik menggunakan uji *spearman rho rank* dengan nilai $\rho - \text{value} = 0,001 < \alpha 0,05$.

HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Data Umum

a. Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Tabel 4.1 Distribusi frekuensi berdasarkan usia di RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025

Karakteristik Responden	Frekuensi	Presentase (%)
Usia		
20-28 Tahun	13	31.7
29-35 Tahun	28	68.3
Total	41	100.0

Berdasarkan tabel 4.1 didapatkan sebagian besar (68.3%) berusia 29-35 tahun atau sebanyak 28 orang.

b. Karakteristik Responden Berdasarkan Paritas

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan paritas atau jumlah anak di RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025.

No	Paritas	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1	1 Anak	16	39.0
2	2-3 Anak	18	43.9
3	>3 Anak	7	17.1
	Total	41	100.0

Berdasarkan tabel 4.2 di atas didapatkan hampir setengah (43.9%) memiliki 2-3 anak sebanyak 18 orang.

c. Karakteristik Berdasarkan Konsumsi Kopi

Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan konsumsi kopi di RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025.

No	Konsumsi Kopi	Frekuensi (f)	Prosentase (%)
1	Ya	11	26.8
2	Tidak	30	73.2
	Total	41	100.0

Berdasarkan tabel 4.3 di atas didapatkan sebagian besar (73.2%) tidak mengkonsumsi kopi atau sebanyak 30 responden.

d. Karakteristik Berdasarkan Usia Menarche

Tabel 4.4 Distribusi frekuensi berdasarkan usia menarche di RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025

Usia Menarche	Frekuensi	Presentase
10-12 Tahun	14	34.1
13-15 Tahun	19	46.3
>16 Tahun	8	19.5
Total	41	100.0

Berdasarkan tabel 4.4 didapatkan hampir setengah (46.3%) mengalami menarche pada saat berusia 13-15 tahun sebanyak 19 orang

e. Karakteristik Berdasarkan Gejala PMS

Tabel 4.5 Distribusi frekuensi berdasarkan gejala PMS di RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025

Mengalami Gejala Pms	Frekuensi	Presentase
Ya	41	100.0
Tidak	0	0
Total	41	100.0

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan seluruhnya (100%) mengalami gejala PMS atau sebanyak 41 orang.

f. Karakteristik Berdasarkan Penghasilan Setiap Bulan

Tabel 4.6 Distribusi frekuensi berdasarkan penghasilan setiap bulan di RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025

Penghasilan Tiap Bulan	Frekuensi	Presentase
<UMR	27	65.9
>UMR	14	34.1
Total	41	100.0

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan sebagian besar (65.9%) memiliki penghasilan di bawah UMR.

g. Karakteristik Berdasarkan KB

Tabel 4.6 Distribusi frekuensi berdasarkan penggunaan KB di RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025

KB yang di pakai	Frekuensi	Presentase
Suntik	10	24.4
Implan	3	7.3
Oral	2	4.9
Iud	12	29.3
Tidak Memakai	14	34.1
Total	41	100.0

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan hampir setengah (34.1%) tidak memakai KB sebanyak 14 orang

h. Karakteristik Berdasarkan Lama Tidur

Tabel 4.7 Distribusi frekuensi berdasarkan Durasi Jam Tidur Dalam Sehari di RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025

Durasi Jam Tidur Dalam Sehari	Frekuensi	Presentase
4-6 Jam	9	22.0
6-9 Jam	24	58.5
>9 Jam	8	19.5
Total	41	100.0

Berdasarkan tabel 4.7 didapatkan sebagian besar (58.5%) tidur dengan durasi 6-9 jam dalam sehari atau sebanyak 24 orang

2. Data Khusus

a. Identifikasi *Premenstrual Syndrome* (PMS) pada Pegawai RSUD RA. Basoeni Mojokerto

Tabel 4.8 Distribusi frekuensi PMS pada pegawai RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025

No	PMS	F	%
1.	Ringan	13	31.7
2.	Sedang	26	63.4
3.	Berat	2	4.9
	Total	41	100.0

Berdasarkan table 4.8 dan hasil penelitian didapatkan data bahwa sebagian besar responden (63.4%) atau sebanyak 26 orang mengalami PMS dalam kriteria sedang.

b. Identifikasi *Excessive Daytime Sleepiness* (EDS) Pada Pegawai di RSUD RA. Basoeni Mojokerto

Tabel 4.9 Distribusi frekuensi EDS pada pegawai RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025

No	EDS	F	%
1.	Tidak Mengalami Eds	13	31.7
2.	Mengalami Eds	28	68.3
	Total	41	100.0

Berdasarkan table 4.9 dan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar (68.3%) atau sebanyak 28 orang responden mengalami *Excessive Daytime Sleepiness* (EDS).

c. Analisis Hubungan *Premenstrual Syndrome* (PMS) dengan *Excessive Daytime Sleepiness* (EDS) pada Pegawai RSUD RA. Basoeni Mojokerto.

Tabel 4.10 Tabulasi Silang PMS dengan EDS pada pegawai RSUD RA. Basoeni Mojokerto bulan Januari 2025

a s i l a n	HPMS	EDS				Total	
		Tidak EDS		Mengalami EDS			
		F	%	F	%	F	%
	Rendah	10	76.9	3	23.1	13	100
	Sedang	3	11.5	23	88.5	26	100
	Berat	0	0	2	100	2	100
	Total	13	31.7	28	68.3	41	100
Uji Spearman Rank		P value = 0.000		$\alpha = 0,05$		(r) = 0,648	

Berdasarkan tabel 4.10 hasil analisis bivariat dari 41 responden menunjukkan 23 responden yang merasakan PMS mengalami EDS, 10 responden yang PMS dengan kriteria rendah tidak mengalami EDS. Selanjutnya 3 responden yang PMS dalam kriteria rendah mengalami

EDS, 3 responden yang PMS dalam kriteria sedang tidak mengalami EDS dan 2 responden yang PMS berat mengalami EDS.

Dapat disimpulkan dari perhitungan data hasil uji analisis menggunakan SPSS dan uji *spearman rho ranks*, diketahui bahwa hasil *p-value* pada penelitian ini melalui tabel test-statistik *asymptotic sig 2 tailed* ditemukan *p-value* $0.000 < 0.05$, sehingga H_1 di terima maka ada Hubungan *Premenstrual Syndrome (PMS)* dengan *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)* pada Pegawai RSUD RA. Basoeni Mojokerto. Selain itu pada uji koefisiensi kontingensi diketahui nilai (r) 0.648, yang artinya variable dalam penelitian ini memiliki dan kekuatan yang kuat dan arah positif..

A. Pembahasan

1. *Premenstrual Syndrome (PMS)*

Hasil penelitian pada data khusus menunjukkan sebagian besar responden (63.4%) atau sebanyak 26 orang mengalami PMS dalam kriteria sedang. *Premenstrual syndrome (PMS)* kondisi yang menimbulkan beberapa gejala seperti perubahan mood secara tiba-tiba, menjadi lebih sensitif, mudah marah, iritabilitas (mudah tersinggung, mudah menangis, cemas, bingung, depresi, konsentrasi menurun, insomnia bahkan peningkatan tidur siang. Peneliti beropini bahwa terjadinya *premenstrual syndrom* tentu berpengaruh terhadap kenyamanan responden terutama secara fisik karena timbul beberapa gejala diantaranya nyeri tekan dan pembengkakan pada payudara, nyeri sendi dan otot, sakit kepala gangguan saluran cerna seperti diare ataupun sembelit, nyeri perut bahkan jerawat serta gejala perilaku berupa kesulitan mengatasi tuntutan atau persoalan yang biasa dilakukan

Hasil penelitian yang dilakukan peneliti melalui kuesioner *Shortened Premenstrual Assement Form (SPAF)* didapatkan keseluruhan responden mengalami gejala fisik didapatkan bahwa sebagian besar (66.6%) mengalami keluhan nyeri punggung, sendi dan otot sebesar. Sedangkan pada indikator gejala emosional didapatkan sebagian besar (66.6%) mengalami gejala emosional mudah tersinggung/ marah yang meledak-ledak.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil hampir setengah (46.3%) atau sebanyak 19 responden mengalami *menarche* pada usia 10-12 tahun. Menurut penelitian Aminak, dkk (2017) menyatakan bahwa usia *menarche* < 12 tahun memiliki resiko 2.3 kali lebih besar merasakan PMS dibandingkan dengan individu yang mengalami *menarche* lebih lambat. Usia *menarche* sendiri dikaitkan dengan adanya ovulasi dini. Ketika usia *menarche* lebih muda dari 11 tahun maka 50% dari siklus ovulasi terjadi saat satu tahun setelah *menarche* dan berlanjut sampai *menopause*. Namun menurut peneliti, usia *menarche* bukan patokan mengapa individu mengalami PMS. Peneliti beranggapan bahwa terdapat faktor lain yang lebih dominann seperti faktor psikologis baik dari dalam diri responden maupun dari lingkungan yang menyebabkan PMS timbul setiap bulan pada responden.

Selanjutnya, hampir setengah (43.9%) responden memiliki 2-3 anak dengan penghasilan tiap bulan sebagian besar responden (65.9%) memiliki penghasilan <UMR. Jumlah anak dan penghasilan berhubungan dengan faktor psikologis yakni emosional responden. Semakin banyak anak yang dimiliki responden maka kebutuhan pemenuhan sehari-hari akan semakin meningkat, sehingga dibutuhkan pemasukan yang lebih besar. Apabila hal tersebut tidak seimbang maka akan berpengaruh terhadap kondisi psikologis responden yakni tingkat stressor meningkat. Sehingga menurut peneliti, tingkat stress dapat berasal dari berbagai faktor baik pada diri responden maupun faktor lingkungan yang mana stress yang tidak dikelola dengan baik setiap bulannya akan berpengaruh terhadap terjadinya PMS.

Selain itu, berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan didapatkan sebagian besar responden (63.4%) atau sebanyak 26 orang mengalami PMS dalam kriteria sedang. Hal ini diperkuat dengan data umum responden bahwasannya setiap bulannya sejak *menarche* seluruh responden (100%) mengalami gejala PMS, selain itu sebagian besar responden yang mengalami PMS memiliki keluarga dengan riwayat PMS yang artinya kondisi PMS yang dialami bisa diakibatkan karena faktor genetik atau keturunan dari keluarga.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat disimpulkan bahwa baik tingkatan PMS sedang merupakan tingkat PMS yang paling banyak dialami oleh responden. Kondisi emosional berkaitan dengan ketidakseimbangan dari hormon estrogen dan progesteron, salah satunya yaitu berakibat terganggunya produksi serotonin, dimana serotonin ini berperan penting dalam regulasi emosi (Rodiani & Rusfuana A, 2016).

1. *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)*

Berdasarkan penelitian yang dilakukan didapatkan hasil sebagian besar (68.3%) atau sebanyak 28 orang responden mengalami *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)*.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil pada faktor usia keseluruhan responden mengalami EDS, dimana lebih dari sebagian besar responden (68.3%) berusia 29-35 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan hasil pada faktor konsumsi kopi didapatkan hasil lebih dari sebagian besar responden (65.4%) yang mengalami PMS tidak mengonsumsi kopi dan sebagian besar (67.9%) responden yang mengalami EDS tidak mengonsumsi kopi. Kandungan kafein ini bekerja dengan memblokir reseptor adenosin yang berfungsi memperlambat aktivitas otak untuk mempersiapkan tidur. Sehingga kebiasaan minum kopi dapat menyebabkan seseorang menjadi terjaga lebih lama, apalagi pengonsumsi kopi pada malam hari yang dapat mempengaruhi durasi mulai tidur sehingga tidur tidak sesuai pada jam seharusnya dan dapat menyebabkan kondisi mengantuk terutama di siang hari. (Maharani F.A, 2020). Hasil penelitian berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktaviani (2016) dimana menunjukkan adanya hubungan antara konsumsi kopi dengan kejadian EDS, sedangkan menurut peneliti dalam penelitian ini menunjukkan sebagian besar responden yang mengalami PMS bukan pengonsumsi kopi,

yang artinya tidak adanya kaitan dari pengonsumsi kopi pada kondisi EDS yang dialami responden. Kondisi ini kemungkinan bisa berkaitan dengan jumlah konsumsi kopi yang berbeda maupun gaya hidup yang dijalani responden.

Faktor terakhir yakni penggunaan alat kontrasepsi. Dalam penelitian ini hampir setengah (29.3%) responden memakai KB IUD dan sebagian kecil memakai suntik, implan dan oral. Menurut beberapa penelitian menunjukkan bahwa wanita dengan kontrasepsi hormonal lebih mungkin mengalami insomnia atau rasa kantuk pada siang hari. Dari hal tersebut peneliti beropini bahwa penggunaan alat kontrasepsi pada pekerja juga meningkatkan rasa kantuk terutama pada saat PMS. Sehingga hal ini mendukung adanya kejadian EDS pada pekerja di RSUD RA. Basoeni

2. Hubungan *Premenstrual Syndrome (PMS)* dengan Kejadian *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)* Pada Pekerja di RSUD RA. Basoeni

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terdapat hubungan antara *premenstrual syndrome (PMS)* dengan *excessive daytime sleepiness (EDS)* pada pekerja RSUD RA. Basoeni. Pada pekerja RSUD RA. Basoeni 23 responden yang merasakan PMS mengalami EDS, 10 responden yang PMS dengan kriteria ringan tidak mengalami EDS. Selanjutnya 3 responden yang PMS dalam kriteria ringan mengalami EDS, 3 responden yang PMS dalam kriteria sedang tidak mengalami EDS dan 2 responden yang PMS berat mengalami EDS. Berdasarkan analisis data menggunakan uji spearman rank diperoleh $p - value$ 0,000 dan taraf kesalahan $\alpha = 0,05$ ($0,000 < 0,05$) yang artinya terdapat hubungan antara *premenstrual syndrome (PMS)* dengan *excessive daytime sleepiness (EDS)* pada pekerja di RSUD RA. Basoeni.

Nilai correlation sebesar 0.648 artinya hubungan antara tingkat *premenstrual syndrome (PMS)* dengan kejadian *excessive daytime sleepiness (EDS)* memiliki nilai kuat. Hubungan antar variabel adalah positif yang artinya semakin tinggi tingkat PMS maka semakin tinggi pula resiko mengalami EDS. Kekuatan hubungan ini kemungkinan dikarenakan pada tingkatan PMS baik ringan, sedang maupun berat menunjukan adanya faktor-faktor yang dapat menyebabkan kondisi EDS seperti aktivitas fisik sehari-hari, penggunaan KB, faktor ekonomi. Sehingga dapat diartikan bahwa tidak hanya PMS yang berhubungan langsung dengan terjadinya EDS. Kemungkinan terdapat faktor lain seperti kondisi psikologis/stress, pola tidur, maupun fatigue/kelelahan (Nadidah, 2022).

Hasil penelitian menunjukkan 23 responden PMS sedang dan mengalami EDS. Ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron yang terjadi pada saat PMS menyebabkan penurunan kadar serotonin dimana hormon ini berfungsi sebagai neurotransmitter yang berpengaruh pada mood, pola makan dan juga tidur. Kondisi penurunan serotonin ini biasanya ditemukan pada fase luteal ataupun fase premenstruasi. Penurunan serotonin ini biasanya disebabkan oleh turunnya kadar estrogen. Pada awal penurunannya hormon serotonin dapat menyebabkan gangguan tidur berupa insomnia bagi penderitanya.

Berdasarkan pernyataan diatas dapat hasil bahwa terdapat hubungan antara tingkat *premenstrual syndrome (PMS)* dengan kejadian *excessive daytime sleepiness (EDS)*. Dimana kondisi ini dipengaruhi oleh faktor genetik, psikologis, penggunaan KB dan juga usia, yang secara garis besar dipengaruhi gaya hidup. Dalam data penelitian menunjukan hampir sebagian besar responden yang mengalami EDS merupakan penderita PMS sedang, dilanjutkan PMS sedang dan kemudian PMS ringan. Dimana dalam distribusi data menunjukan responden dengan PMS sedang hampir keseluruhan mengalami EDS. Sehingga dapat dikatakan bahwa semakin tinggi tingkat keparahan PMS semakin berisiko mengalami EDS

KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar pegawai RSUD RA. Basoeni mengalami *premenstrual syndrom* dengan kategori sedang. Sebagian besar pegawai RSUD RA. Basoeni mengalami *excessive daytime sleepiness*. Terdapat Hubungan antara Kejadian *Premenstrual Syndrome (PMS)* dengan Kejadian *Excessive Daytime Sleepiness (EDS)* pada Pegawai RSUD RA. Basoeni Mojokerto.

Diharapkan dapat dijadikan gambaran tentang pengaruh PMS terhadap *Excessive Daytime Sleepiness* pada pekerja, sehingga peneliti selanjutnya dapat menggali atau meneliti lebih lanjut terkait faktor-faktor lain yang dapat menyebabkan EDS pada pekerja terutama tenaga kesehatan

DAFTAR PUSTAKA

- Abriani, A.A., F.W. Ningtyas, dan S. Sulistiyani. 2019. Hubungan Konsumsi Makan, Status Gizi, Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Premenstruasi Syndrome (PMS). *Jurnal Gizi Dan Kesehatan* 3(1): 1-6.
- Aziz, L., Adi H. (2019). Hubungan Antara Kualitas Tidur Dengan Excessive Daytime Sleepiness Pada Pekerja Bergilir : *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*. Vol 2(4). 144-148 . <https://doi.org/10.18051/JBiomedKes.2019.v2.144-148>
- Hendarto H. Gangguan Haid/Perdarahan Uterus Abnormal. In: Anwar M, BaziadA, Prabowo R, editors. Ilmu Kandungan. 3rd ed. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2017.p.161-83
- Kushartanti, R. (2018). Beberapa Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Pre-Menstrual Syndrome (Pms) Pada Remaja Putri Di Smak Terang Bangsa Semarang Tahun 2016. *Avicenna : Journal of Health Research*, 1(2), 1–12. <https://doi.org/10.36419/avicenna.v1i2.228>
- Moghadam, A., Sayehmiri, K., Delpisheh, A., & Satar, K. (2014). Epidemiology of premenstrual syndrome, a systematic review and meta-analysis study. *Journal of Clinical and Diagnostic Research*, 8(2), 106–109. <https://doi.org/10.7860/JCDR/2014/8024.4021>.
- Thorpy, M. J. (2012). Classification of Sleep Disorders. *Neurotherapeutics*, 9(4), 687–701. <https://doi.org/10.1007/s13311-012-0145-6>
- Triamiyono, H. (2014). Upaya mengatasi rasa kantuk di kelas dalam proses belajar mahasiswa taruna Akademi Maritim Djadajat. *Jurnal Ilmiah Widya*, 2(2), 64-69.

- Tubagus, N. E. N. (2013). *Prevalensi Excessive Daytime Sleepness (EDS) pada Mahasiswa FKIK UIN SYARIF HIDAYATULLAH Jakarta dengan menggunakan Kuisioner Epworth Sleepness Scale (EDS) serta faktor risiko yang mempengaruhinya pada tahun 2013*. 26–27.
- Villasari Assahi. (2021). *Fisiologi Menstruasi*. Kediri:Strada Press. Tersedia di Stradapress.org
- World Health Organization (WHO). 2015. Adolescent Development: Topics at Glance
- Otsuka-Ono, H, et al 2015, —Premenstrual Distress Among Japanese High School Students: Self-Care Strategies and Associated Physical and Psychosocial Factors‖ dalam *Women Health*, 55(8): 859—882.
- Pacheco, D. (2021). Excessive Daytime Sleepiness : Sleep Foundation A One Care Media Company. Diakses 05 Oktober 2021. <https://www.sleepfoundation.org/excessive-sleepiness>
- Puji, L. K. R., Ismaya, N. A., Ratnaningtyas, T. O., Hasanah, N., & Fitriah, N. (2021). Hubungan Antara Aktivitas Fisik, Stres Dan Pola Tidur Dengan Premenstrual Syndrome (Pms) Pada Mahasiswi Prodi D3 Farmasi Stikes Kharisma Persada. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian*
- Triamiyono, H. (2014). Upaya mengatasi rasa kantuk di kelas dalam proses belajar mahasiswa taruna Akademi Maritim Djadajat. *Jurnal Ilmiah Widya*, 2(2), 64-69.
- Tubagus, N. E. N. (2013). *Prevalensi Excessive Daytime Sleepness (EDS) pada Mahasiswa FKIK UIN SYARIF HIDAYATULLAH Jakarta dengan menggunakan Kuisioner Epworth Sleepness Scale (EDS) serta faktor risiko yang mempengaruhinya pada tahun 2013*. 26–27.