

**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN  
*PREMENSTRUAL SYNDROME* (PMS) PADA MAHASISWI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**SKRIPSI**



**DISUSUN OLEH:**

**MIFTAQL KHOIRIYAH**

**1811102411107**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2022**

**Hubungan antara Status Gizi dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur**

**Skripsi**

Diajukan sebagai Persyaratan untuk  
Memperoleh Gelar Sarjana Keperawatan



**Disusun Oleh:**

**Miftaqul Khoiriyah**

**1811102411107**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**2022**

## SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Miftaqul Khoiriyah

NIM : 1811102411107

Program Studi : Sarjana Ilmu Keperawatan

Judul Penelitian : HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN  
*PREMENSTUAL SYNDROME (PMS)* PADA MAHASISWI  
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR

Menyatakan bahwa penelitian yang saya tulis ini merupakan benar-benar hasil karya dari saya sendiri, dan bukan merupakan hasil karya milik orang lain yang saya akui sebagai hasil karya saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat ditemukan bahwa saya melakukan plagiat dalam hasil karya penelitian ini. Maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan perundang-undangan yang berlaku (Permendiknas.No 17,tahun 2010).

Samarinda, 07 Juli 2022

  
Miftaqul Khoiriyah  
1811102411107

**LEMBAR PERSETUJUAN**  
**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN**  
***PREMENSTUAL SYNDROME (PMS)* PADA MAHASISWI UNIVERSITAS**  
**MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**  
**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:**

**Miftaqul Khoiriyah**

**1811102411107**

**Disetujui untuk diujikan**  
**Pada Tanggal, 07 Juli 2022**

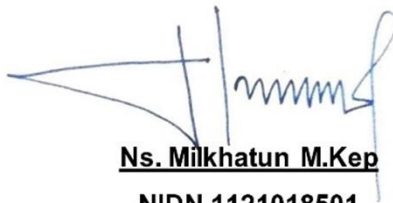
**Pembimbing**



**Ns. Tri Wahyuni.,M.Kep.,Sp.Mat**

**NIDN: 1105077501**

**Mengetahui,**  
**Koordinator Mata Ajar Skripsi**



**Ns. Milkhatun M.Kep**  
**NIDN.1121018501**

**LEMBAR PENGESAHAN**  
**HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN**  
**PREMENSTUAL SYNDROME (PMS) PADA MAHASISWI UNIVERSITAS**  
**MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR**

**SKRIPSI**

**DISUSUN OLEH:**

**Miftaqul Khoiriyah**

**1811102411107**

Diseminarkan dan diujikan

Pada Tanggal, 07 Juli 2022

Penguji I

Penguji II



Ns. Joanggi Wiriatarina Harianto, M.Kep  
NIDN. 1122018501



Ns. Tri Wahyuni, M.Kep., Sp.Mat  
NIDN: 1105077501

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



  
Ns. Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep  
NIDN.1115017703

## KATA PENGANTAR



Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh

Puji syukur kita panjatkan kehadiran Allah *Subhanahu Wa Ta'ala* karena atas rahmat dan hidayah-Nya sehingga dapat menyelesaikan penelitian ini sebagai salah satu persyaratan dalam menyelesaikan pendidikan pada Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Keberhasilan ini tidak terlepas dari dukungan berbagai pihak yang diberikan kepada penulis. Untuk itu pada kesempatan ini penulis menyampaikan terima kasih kepada yang terhormat:

1. Bapak Prof. Dr Bambang Setiaji, M.S., selaku rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
2. Ghozali MH, M.Kes selaku Wakil Rektor Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
3. Ibu DR.Hj.Nunung Herlina.,S.Kp.,M.Pd selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
4. Ibu Ns.Siti Khoiroh Muflihatin, M.Kep, selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
5. Ibu Ns. Joanggi Wiriatarina Harianto, M.Kep selaku penguji I pada proposal penelitian.
6. Ibu Ns. Milkatun, S. Kep., M. Kep., selaku koordinator mata ajar skripsi.
7. Ibu Ns.Tri Wahyuni.,M.Kep.,Sp.Mat selaku pembimbing proposal penelitian yang telah menyediakan waktu selama proses penelitian ini

hingga terselesaikan.

8. Keluarga penulis, kedua orang tua yang memenuhi fasilitas, memberikan dukungan, semangat, dan doa. Terima kasih atas segalanya selama ini yang tak akan bisa terbalas hingga kapan pun, kepada adikku tersayang Siti Aisyah yang selalu ada saat dibutuhkan dan memberikan doa dan semangat.
9. Waode Melinda sahabat tercinta yang selalu menyemangati penulis, memberikan doa dan selalu memotivasi penulis.
10. Kepada teman-teman mahasiswa seperjuangan Angkatan 2018 yang telah memberikan dukungan kelompok peneliti dalam menyelesaikan proposal penelitian.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak memiliki kekurangan dalam penyusunannya. Penulis mengharapkan adanya kritik dan saran dari semua pihak untuk dapat menyempurnakan segala kekurangan dan kesalahan yang ada dalam penyusunan skripsi ini. Dan diharapkan pada semua pihak dapat memahami serta senantiasa untuk membacanya. Semoga skripsi ini bisa sangat berguna untuk para pembaca dan pihak lain nya yang mempunyai kepentingan

Samarinda, Juli 2022

Peneliti

## Hubungan antara Status Gizi dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Miftaqul Khoiriyah<sup>1</sup>, Tri Wahyuni<sup>2</sup>, Joanggi Wiriatarina Harianto<sup>3</sup>  
Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur  
Email: [miftaqulkhoiriyah23@gmail.com](mailto:miftaqulkhoiriyah23@gmail.com)

### INTISARI

**Latar Belakang:** *Premenstrual Syndrome* (PMS) merupakan sebuah kumpulan beberapa gejala fisik, kognitif, afektif dan perilaku yang terjadi selama siklus menstruasi hingga fase luteal. PMS ini akan menghilang dalam beberapa hari pada saat permulaan aliran menstruasi

**Tujuan:** Di antara para mahasiswa di Universitas Muhammadiyah di Kalimantan Timur, tujuan dari penelitian ini adalah untuk memastikan hubungan antara kondisi gizi dan prevalensi Sindrom Premenstruasi (PMS).

**Metode:** Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian non-eksperimental. Pemilihan sampel saat ini dilakukan di Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur (UMKT) dengan menggunakan teknik pengambilan sampel random sampling. Respon dari kuesioner ini adalah 300 Mahasiswi. Data yang didapatkan menggunakan kuesioner *SPAF* untuk mengetahui PMS, dan kategori IMT untuk mengetahui status gizi. Analisis yang digunakan yaitu uji korelasi Spearman Rank.

**Hasil:** Berdasarkan hasil analisis yang menggunakan uji korelasi spearman didapatkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,382 dan *p-value* sebesar 0,382 > 0,05 yang berarti maka tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS). Didapatkan juga kekuatan dua variabel yang di ukur adalah "korelasi sangat lemah" yang ditunjukkan dengan nilai *r* hitung = -0,051 dengan arah korelasi negatif (-) yang artinya semakin tidak normal status gizi maka akan kemungkinan mengalami PMS begitu sebaliknya apabila status gizi normal dapat meringankan PMS.

**Kesimpulan:** Tidak ada hubungan antara status gizi dan gejala PMS pada mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.

**Kata Kunci:** *Premenstual Syndrome*, Indeks Massa Tubuh (IMT)

---

<sup>1</sup>Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>2</sup>Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

<sup>3</sup> Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur



## **The Relationship between Nutritional Status and the Incidence of Premenstrual Syndrome (PMS) in Students of The Muhammadiyah University East Kalimantan**

Miftaqul Khoiriyah<sup>4</sup>, Tri Wahyuni<sup>5</sup>, Joanggi Wiriatarina Harianto<sup>6</sup>

Faculty of Nursing, Muhammadiyah University of East Kalimantan

Email : [miftaqulkhoiriyah23@gmail.com](mailto:miftaqulkhoiriyah23@gmail.com)

### **ABSTRACT**

**Background:** Premenstrual Syndrome (PMS) is a group of symptoms that manifest from the luteal phase of the menstrual cycle onward. These symptoms include physical, cognitive, affective, and behavioural ones. Once the menstrual flow begins, PMS will go away in a few days.

**Objective:** This study's goal was to ascertain the connection between students at Muhammadiyah University of East Kalimantan's nutritional state and the prevalence of Premenstrual Syndrome (PMS)..

**Methods:** This study is quantitative and uses a non-experimental correlational research design. At the Muhammadiyah University of East Kalimantan (UMKT), sampling was done using a random sample technique. 300 female students participated in the survey as respondents. The information was gathered by using the SPAF to identify PMS and the BMI range to identify nutritional status. The Spearman Rank correlation test is the analysis method employed.

**Results:** A correlation coefficient of 0.382 and a p-value of  $0.382 > 0.05$  were obtained from the study using the Spearman correlation test, indicating that there is no connection between nutritional status and the prevalence of Premenstrual Syndrome (PMS). The value of  $r$  count = -0.051 suggested that there was a "very weak correlation" between the two variables that were assessed. with a negative correlation direction (-) which means that the more abnormal the nutritional status, the more likely to experience PMS and vice versa if normal nutritional status can relieve PMS.

**Conclusion:** In East Kalimantan's Muhammadiyah University students, there is no connection between nutritional condition and the prevalence of Premenstrual Syndrome (PMS).

**Keywords:** Premenstrual Syndrome, Body Mass Index (BMI)

---

<sup>4</sup>Student of Nursing Undergraduate Program University Muhammadiyah East Kalimantan

<sup>5</sup> Lecturer of Faculty of Nursing University of Muhammadiyah East Kalimantan

<sup>6</sup> Lecturer of Faculty of Nursing University of Muhammadiyah East Kalimantan

## **MOTTO**

“Barangsiapa menempuh jalan untuk mendapatkan ilmu, Allah akan memudahkan baginya jalan menuju surga”

- HR. Muslim -

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iv
KATA PENGANTAR .....	v
INTISARI .....	vii
<i>ABSTRACT</i> .....	viii
MOTTO .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xvi
<b>BAB I.....</b>	<b>1</b>
<b>PENDAHULUAN .....</b>	<b>1</b>
A. Latar belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
E. Keaslian Penelitian.....	8
<b>BAB II.....</b>	<b>11</b>
<b>TINJAUAN PUSTAKA .....</b>	<b>11</b>
A. Telaah Pustaka .....	11

B. Penelitian Terkait .....	27
C. Kerangka Teori .....	28
D. Kerangka Konsep.....	29
E. Hipotesis .....	30
<b>BAB III.....</b>	<b>31</b>
<b>METODE PENELITIAN .....</b>	<b>31</b>
A. Rancangan Penelitian .....	31
B. Populasi dan Sampel .....	32
C. Waktu dan Tempat Penelitian .....	38
D. Identifikasi Variabel Penelitian.....	38
E. Definisi Operasional .....	39
F. Instrumen Penelitian .....	40
G. Uji Validitas dan Reliabilitas .....	42
H. Teknik Pengumpulan Data .....	42
I. Teknik Analisis Data.....	44
J. Etika Penelitian .....	47
K. Jalannya Penelitian .....	49
L. Jadwal Penelitian .....	50
<b>BAB IV .....</b>	<b>52</b>
<b>HASIL DAN PEMBAHASAN.....</b>	<b>52</b>
A. Gambaran Umum Tempat Penelitian .....	52
B. Hasil Penelitian .....	53
C. Pembahasan.....	65

D. Keterbatasan Penelitian .....	74
<b>BAB V .....</b>	<b>75</b>
<b>KESIMPULAN DAN SARAN.....</b>	<b>75</b>
A. Kesimpulan .....	75
B. Saran .....	76
<b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>	<b>78</b>
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skala Pramenstrual Assesment Form (SPAF).....	18
Tabel 2.2 IMT (Indeks Masa Tubuh) .....	20
Tabel 2.3 Angka Kecukupan Vitamin B6 .....	22
Tabel 2.4 Nilai Vitamin B6 Berbagai Bahan Makanan (mg/100 gram).....	22
Tabel 2.5 Angka Kecukupan Kalsium .....	23
Tabel 2.6 Nilai Kalsium Berbagai Bahan Makanan (mg/100 gram) .....	23
Tabel 2.7 Angka Kecukupan Magnesium.....	23
Tabel 3.1 Data Sampel Mahasiswi Secara Proporsional.....	36
Tabel 3.2 Definisi Operasional .....	39
Tabel 3.3 Kisi-kisi Kuesioner.....	41
Tabel 3.4 Nilai-nilai Rho ( $\rho$ ) .....	46
Tabel 3.5 Jadwal Penelitian .....	49
Tabel 4. 1 Data Responden Berdasarkan Usia .....	53
Tabel 4. 2 Data Responden Berdasarkan Agama .....	53
Tabel 4. 3 Data Responden Berdasarkan Program Studi .....	54
Tabel 4. 4 Data Responden Berdasarkan Jurusan .....	55
Tabel 4.5 Data Responden berdasarkan Menarche Responden.....	56
Tabel 4. 6 Data Responden Berdasarkan Menarche Saudara Perempuan Responden .....	57
Tabel 4. 7 Data Responden Berdasarkan IMT .....	58
Tabel 4. 8 Data Responden Berdasarkan Nutrisi .....	58
Tabel 4. 9 Makanan Yang Dikonsumsi Dalam 1 Minggu .....	58

Tabel 4. 10 Minuman Yang Dikonsumsi Dalam 1 Minggu.....	59
Tabel 4. 11 Vitamin Yang Dikonsumsi Dalam 1 Minggu.....	59
Tabel 4.12 Data Responden Berdasarkan Premenstrual Syndrome .....	60
Tabel 4.13 Hasil Uji Spearman Status Gizi dengan Premenstrual Syndrome.....	60
Tabel 4.14 Hasil Uji Spearman Nutrisi dengan Premenstrual Syndrome..	61
Tabel 4.15 Hasil Uji Spearman Konsumsi Makanan dengan Premenstrual Syndrome .....	61
Tabel 4.16 Hasil Uji Spearman Konsumsi Minuman dengan Premenstrual Syndrome .....	62
Tabel 4.17 Hasil Uji Spearman Konsumsi Vitamin dengan Premenstrual Syndrome .....	63
Tabel 4. 18 Hasil Uji Normalitas Nutrisi.....	64

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori .....	29
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	29



## **DAFTAR LAMPIRAN**

Lampiran 1 Biodata Peneliti

Lampiran 2 Lembar Permohonan Untuk Bersedia Menjadi Responden

Lampiran 3 Lembar Penjelasan Penelitian

Lampiran 4 Lembar Persetujuan Responden

Lampiran 5 Kuesioner Data Demografi

Lampiran 6 Kuesioner Shortened Pramenstual Assesment Form (SPAF)

Lampiran 7 Pengukuran Status Gizi Berdasarkan IMT

Lampiran 8 Data Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Lampiran 9 Data Univariat

Lampiran 10 Data Bivariat

Lampiran 11 Hasil Uji Normalitas

Lampiran 12 Lembar Surat Izin Studi Pendahuluan

Lampiran 13 Lembar Surat Izin Penelitian

Lampiran 14 Lembar Konsultasi

Lampiran 15 Uji Plagiasi