

NASKAH PUBLIKASI (MANUSCRIPT)

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

***THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND THE
INCIDENCE OF PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) IN STUDENTS
OF THE MUHAMMADIYAH UNIVERSITY OF EAST KALIMANTAN***



**DISUSUN OLEH:
MIFTAQL KHOIRIYAH
1811102411107**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2022**

Naskah Publikasi (*Manuscript*)

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

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



**Disusun Oleh:
Miftaql Khoiriyah
1811102411107**

**FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH KALIMANTAN TIMUR
2022**

PERSETUJUAN PUBLIKASI

Kami dengan mengajukan surat persetujuan untuk publikasi dengan judul:

Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Bersama dengan surat ini persetujuan ini kami lampirkan naskah publikasi

Pembimbing

Peneliti



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

NIDN: 1105077501



Miftaql Khdiriyah

NIM: 1811102411107

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

NASKAH PUBLIKASI

DISUSUN OLEH:

Miftaqul Khoiriyah

1811102411107

Diseminarkan dan diujikan
Pada Tanggal, 07 Juli 2022

Pembimbing

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

Peneliti

Miftaqul Khoiriyah
NIM: 1811102411107

Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan



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

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

Miftaqul Khoiriyah¹, Tri Wahyuni², Joanggi Wiriatarina Harianto³
Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur
Email: 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)

¹Mahasiswa Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

²Dosen Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

³Dosen 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 Khoiriyah⁴, Tri Wahyuni⁵, Joanggi Wiriatarina Harianto⁶

Faculty of Nursing, Muhammadiyah University of East Kalimantan

Email : 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)

⁴Student of Nursing Undergraduate Program University Muhammadiyah East Kalimantan

⁵Lecturer of Faculty of Nursing University of Muhammadiyah East Kalimantan

⁶Lecturer of Faculty of Nursing University of Muhammadiyah East Kalimantan

1. PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan perdarahan siklus dari rahim yang disertai dengan pelepasan endometrium bagi sebagian besar wanita usia subur yang merupakan tanda bahwa organ rahim wanita berfungsi dengan normal Anggraeni (2018).

Premenstrual Syndrome (PMS) merupakan kasus yang muncul dengan beberapa gejala dan menyerang kesehatan wanita Çitil & Kaya (2021). Menurut Abeje & Berhanu (2019) PMS merupakan beberapa kumpulan gejala perilaku, kognitif, fisik dan efektif yang terjadi secara siklus selama fase luteal dari siklus menstruasi, fase PMS ini menghilang dalam beberapa hari setelah permulaan aliran menstruasi atau hari pertama menstruasi.

Menurut Ramadani (2013) gejala PMS meliputi gejala fisik meliputi kelemahan (kelelahan, nyeri), jerawat, nyeri perut bagian bawah, nyeri payudara, masalah pencernaan (kembung), sembelit, diare, perubahan nafsu makan, dan sering lapar (mengidam makanan). Selain itu, terdapat juga masalah emosional dan psikologis, seperti perubahan suasana hati, lekas marah, depresi, kecemasan, pemikiran yang tidak menentu, dan insomnia (jangka pendek). Tetapi tidak semua tanda dan gejala di atas selalu muncul, tetapi wanita memiliki gejala emosional dan fisik yang terjadi dan mengganggu setidaknya dua siklus PMS berturut-turut (6-10 hari sebelum menstruasi), aktivitas sehari-hari akan terganggu dan gejala tersebut akan hilang di akhir periode menstruasi Anda.

Ada beberapa cara pencegahan saat sedang merasakan PMS, yaitu pola makan yang merupakan salah satu langkah pertama yang sangat membantu memperbaiki gejala pada saat PMS. Para peneliti telah menemukan bahwa diet tinggi serat, sayuran dan biji-bijian, mengkonsumsi vitamin yang dapat mencegah perkembangan PMS pada wanita berusia 27 tahun hingga 44 tahun maka risiko PMS akan terjadi lebih rendah Danis et al. (2020). Yang kedua yaitu pola gaya hidup seperti tidak merokok, mengkonsumsi alkohol, kafein juga dapat membantu mengurangi gejala pms karena itu dapat menyebabkan mengatur suasana hati negatif dan juga dapat menyebabkan gejala depresi atau stres karena ketergantungan nikotin Choi & Hamidovic (2020).

Satu-satunya faktor terpenting yang dapat memperburuk PMS adalah status gizi.. Sari dan Priyanto (2018) menjelaskan bahwa status gizi adalah keadaan yang diakibatkan oleh ketidakseimbangan antara jumlah zat gizi yang dikonsumsi dengan jumlah zat gizi yang dibutuhkan tubuh untuk berbagai fungsi biologis, seperti pertumbuhan, perkembangan fisik, aktivitas atau bahkan produktivitas, pemeliharaan, kesehatan, dan lain-lain. Menurut Mahardika (2020) Status gizi adalah kondisi kesehatan yang dihasilkan dari mengonsumsi makanan dan menggunakan obat gizi. Status gizi ditentukan dengan menimbang berat badan subjek dalam kilogram dan meter persegi. Status gizi sangat penting dalam hal PMS karena orang yang kelebihan berat badan atau obesitas meningkatkan risiko mengalami reaksi alergi (peradangan) dan dapat meningkatkan risiko gejala PMS Sari & Priyanto (2018).

Berdasarkan hasil wawancara yang peneliti lakukan pada bulan April 2021 terhadap 10 mahasiswi UMKT gejala yang paling sering terjadi adalah irritable / moodyan, stress, nyeri pada bagian perut dan pinggang, nafsu makan meningkat dan pola tidur yang tidak teratur. Dalam wawancara terhadap 10 mahasiswi mendapatkan hasil dengan gejala dan faktor PMS yang berbeda-beda sehingga peneliti tertarik untuk meneliti hubungan status gizi yang menyebabkan PMS pada mahasiswi UMKT ketika mengalami gejala saat PMS.

Berdasarkan tersebut di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur."

2. METODOLOGI

Desain penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan rancangan penelitian non-eksperimental. Teknik pengambilan sampel secara random sampling yang digunakan dalam pengambilan sampel di Universitas Muhammadiyah

Kalimantan Timur. Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2022. Tanggapan terhadap kuesioner ini berasal dari 300 Mahasiswa. Data diperoleh dengan menggunakan kuesioner SPAF untuk mengetahui PMS dan kategori IMT untuk mengetahui status gizi. Data yang dimaksud dikumpulkan dengan menggunakan google form. Analisis yang digunakan adalah analisis korelasi Rank Spearman.

3. HASIL DAN DISKUSI

a. Analisis Univariat

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Kelompok usia	Jumlah	Presentase
17-18 Tahun	92	30,7%
19-20 Tahun	194	64,7%
21-22 Tahun	14	4,7%
Total	300	100.0%

Berdasarkan tabel 1 diatas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan kelompok usia responden didominasi yang berusia 19-20 tahun sebanyak 194 orang dengan presentase 64,7 %.

Tabel 1 Data Responden Berdasarkan Agama

Kelompok Agama	Jumlah	Presentase
Islam	294	98,0%
Katolik	5	1,7%
Kristen Protestan	1	0,3%
Total	300	100.0%

Berdasarkan tabel 2 diatas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan kelompok agama responden didominasi oleh agama islam sebanyak 294 orang dengan presentase 98,0%.

Tabel 3 Data Responden Berdasarkan Menarache Responden

Kelompok Usia	Jumlah	Presentase
8 - 9 Tahun	3	1,0%
10 - 11 Tahun	37	12,2%
12 - 13 Tahun	162	53,5%
14 - 15 Tahun	83	27,4%
16 Tahun	18	5,9%
Total	300	100.0%

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan kelompok usia menarache responden didominasi oleh usia 12 – 13 tahun sebanyak 162 orang dengan persentase 53,5%.

Tabel 4 Data Responden Berdasarkan Menarache Ibu Responden

Kelompok Usia	Jumlah	Presentase
8-9 Tahun	1	0,3%
10-11 Tahun	24	8,0%
12-13 Tahun	115	38,3%
14-15 Tahun	117	39,0%
≥ 16 Tahun	43	14,7%
Total	300	100.0%

Berdasarkan tabel 4 diatas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan kelompok menarache ibu responden yang didominasi oleh usia 14 – 15 tahun sebanyak 117 orang dengan persentase 39,0%, sedangkan yang sedikit pada usia 8 – 9 tahun sebanyak 1 orang dengan presentase 0,3%.

Tabel 5 Data Responden Berdasarkan Menarache Saudara Perempuan Responden

Kelompok Usia	Jumlah	Presentase
Tidak Ada	108	36,0%

Ada Tapi Belum Menstruasi	32	10,7%
11 – 12 Tahun	51	17,0%
13- 14 Tahun	81	27,0%
15 - 16 Tahun	24	8,0%
17 - 18 Tahun	3	1,0%
19 - 20 Tahun	1	0,3%
Total	300	100.0%

Berdasarkan tabel 5 diatas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan kelompok usia awal saudara perempuan menstruasi didominasi oleh yang tidak mempunyai saudara perempuan sebanyak 108 orang dengan persentase 36,0%.

Tabel 6 Data Responden Berdasarkan IMT

Kriteria	Jumlah	Presentase
Underweight	84	28,0%
Normal	176	58,7%
Overweight	4	13,3%
Total	300	100.0%

Berdasarkan tabel 6 diatas menunjukkan bahwa frekuensi status gizi berdasarkan IMT responden yang didominasi oleh kriteria sedang dengan 176 orang dengan presentase 58,7%.

Tabel 7 Data Responden Berdasarkan Nutrisi

Kriteria	Jumlah	Presentase
Baik	149	49,7%
Kurang	151	50,3%
Total	300	100.0%

Berdasarkan tabel 7 diatas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan nutrisi yang didominasi dengan kriteria kurang sebanyak 160 orang dengan presentase 53,3%.

Tabel 8 Data Responden Berdasarkan *Premenstrual Syndrome*

Kriteria	Jumlah	Presentase
Tidak Mengalami	1	0,3%
Ringan	48	16,0%
Sedang	120	40,0%
Berat	131	43,7%
Total	300	100.0%

Berdasarkan tabel 8 diatas menunjukkan bahwa frekuensi berdasarkan PMS responden yang didominasi dengan kriteria berat sebanyak 131 orang dengan presentase 43,7%.

b. Analisa Bivariat

Tabel 4. 2 Hasil Uji Spearman Status Gizi dengan *Premenstrual Syndrome*

		Status Gizi	<i>Premenstrual Syndrome</i>
Spearman's rho	Status Gizi	Correlation Coefficient	1.000
		Sig. (2-tailed)	.382
		N	300
Premenstrual Syndrome	Premenstrual Syndrome	Correlation Coefficient	-.051
		Sig. (2-tailed)	.382
		N	300

Berdasarkan tabel 4.14 di atas menunjukkan hasil analisis menggunakan Ditemukan bahwa uji spearman's rho memiliki nilai koefisien korelasi sekitar 0,382 dan nilai p-value sekitar 0,382 > 0,05, yang mengindikasikan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dan fenotipe 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.

4. PEMBAHASAN

a. Analisa Univariat

1) Usia

Berdasarkan data pada tabel 1 diatas menunjukkan bahwa usia responden yang berusia 17-18 tahun sebanyak 92 orang (30,7%), usia 19-20 tahun sebanyak 194 orang den (64,7%), usia 21-22 tahun sebanyak 14 orang (4,7%). Hasil ini menunjukkan usia responden didominasi yang berusia 19-20 tahun sebanyak 94 orang. Hal ini sesuai dengan Kementrian Kesehatan RI (2021) Nomor 25 Tahun 2014 Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) berpendapat bahwa usia wanita reproduktif ialah 10-24 tahun, hal ini sesuai dengan usia young adulthood (18-24 tahun).

2) Agama

Berdasarkan agama responden menunjukkan bahwa yang beragama islam sebanyak 294 orang (98,0%), agama katolik sebanyak 5 orang (1,7%), agama Kristen protestan 1 orang (0,3%). Hal ini di dominasi oleh agama islam sebanyak 294 orang dengan persentase 98,0% dikarenakan mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur mayoritas beragama islam tetapi tidak menutup kemungkinan menerima agama nonmuslim.

3) Usia Menarche Responden

Berdasarkan usia menarche responden menunjukkan bahwa yang berusia 8 – 9 tahun sebanyak 3 orang (1,0%), usia 10 – 11 tahun sebanyak 37 orang (12,2%), usia 12 – 13 tahun sebanyak 162 orang (53,5%), usia 14 – 15 tahun sebanyak 83 orang (27,4%), usia 16 tahun sebanyak 18 orang (5,9%). Hal ini menunjukkan bahwa usia menarche responden didominasi usia 12 – 13 tahun sebanyak 162 orang. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pridynabilah (2022) terhadap 62 responden mahasiswi S1 Gizi Universitas Airlangga yang melaporkan mengalami menstruasi dalam 12 bulan terakhir, sekitar 26 responden (41,9%) melaporkan hal tersebut. Selain itu, temuan penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Novita (2018) pada 98 siswi SMA AL-Azhar mengalami menarche usia 12 tahun sebanyak 39 orang (39,80%).

4) Usia Menarche Ibu Responden

Berdasarkan usia menarche ibu responden menunjukkan bahwa yang berusia 8-9 tahun sebanyak 1 orang (0,3%), usia 10-11 tahun sebanyak 24 orang (8,0%), usia 14 – 15 tahun sebanyak 117 orang (39,0%), usia >16 tahun sebanyak 43 orang (14,7%). Hal ini menunjukkan bahwa usia menarche ibu responden didominasi usia 14-15 tahun sebanyak 117 orang. Menurut Mulyani (2019) berpendapat bahwa Jarak antara ibu dan anak perempuan yang mengalami menstruasi pertama kali hanya sekitar satu tahun, dengan usia ibu 13 tahun dan anak 12 tahun.

5) Usia Menarche Saudara Perempuan Responden

Berdasarkan usia menarche saudara perempuan responden menunjukkan bahwa yang tidak mempunyai saudara perempuan sebanyak 108 orang (36,0%), yang mempunyai saudara perempuan tapi belum menstruasi sebanyak 32 orang (10,7%), usia 11-12 tahun sebanyak 51 orang (17,0%), usia 13-14 tahun sebanyak 81 orang (27,0%), usia 15-16 tahun sebanyak 24 orang (8,0%), usia 17-18 tahun sebanyak 3 orang (1,0%), usia 19-20 tahun sebanyak 1 orang (0,3%). Hal ini menunjukkan bahwa usia menarche saudara perempuan responden didominasi oleh yang tidak mempunyai saudara perempuan sebanyak 108 orang. Menurut Mulyani (2019) Kami percaya bahwa menarche yang akan segera terjadi sebagian besar diantisipasi oleh pola-pola kelompok. Ibu Menarche dan Usia Menarche dipengaruhi secara berbeda oleh

faktor genetik yang telah bertahan dari waktu ke waktu. Hubungan anak perempuan antara menstruasi dan saudara laki-laki yang lebih jauh dari orang tua.

6) Status Gizi Berdasarkan IMT

Berdasarkan status gizi berdasarkan IMT responden yang kriteria *underweight* sebanyak 84 orang (28,0%), kriteria normal sebanyak 176 orang (58,7%), kriteria *overweight* sebanyak 40 orang (13,3%). Hal ini menunjukkan bahwa status gizi responden didominasi oleh kriteria normal dengan 176 orang (58,7%). Menurut Mahardika (2020) menjelaskan bahwa Indeks massa tubuh adalah alat yang berguna untuk menentukan kondisi orang lanjut usia, terutama mereka yang memiliki masalah kesehatan yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan. Selain itu, indeks ini digunakan sebagai satu-satunya dimensi untuk menentukan kadar lemak pada uretra manusia..

7) Nutrisi

Berdasarkan tabel 3 diatas menunjukkan bahwa nutrisi dengan kriteria baik sebanyak 149 orang (49,7%), kategori kurang sebanyak 151 orang (50,3%). Hal ini menunjukkan bahwa nutrisi didominasi dengan kriteria kurang sebanyak 151 orang (50,3%). Pola gaya hidup salah satu penyebab terjadinya PMS adalah nutrisi. Nutrisi yang berkaitan dengan PMS yaitu konsumsi makanan, konsumsi minuman dan konsumsi vitamin. Berdasarkan hasil survei nutrisi pada mahasisiwi menunjukkan bahwa didapatkan kriteria kurang dikarenakan responden tinggal dengan orang tua (60%) dan responden mendapatkan makanan dengan olahan rumah tangga (masak sendiri) dengan persentase 63%.

Faktor utama penyebab gizi kurang adalah pemilihan dan perilaku makan anggota keluarga yang tidak tepat, termasuk remaja putri. Ketika menggunakan zat makanan yang dimaksud, status gizi seseorang dapat ditentukan berdasarkan kebiasaan makan dan kesehatan internal mereka. Status normal menunjukkan bahwa kualitas dan kuantitas makanan yang dikonsumsi sudah memenuhi kebutuhan gizi tubuh. Rahayu dan Fitriana (2020).

8) *Premenstual Syndrome*

Berdasarkan *Premenstual Syndrome* (PMS) yaitu dengan kriteria tidak mengalami sebanyak 1 orang (0,3%), kriteria ringan sebanyak 48 (16,0%), kriteria sedang sebanyak 120 orang (40,0%), kriteria berat sebanyak 131 orang (43,7%). Hal ini menunjukkan bahwa *Premenstual Syndrome* didominasi dengan kriteria berat sebanyak 131 orang (43,7%).

Menurut Danis et al. (2020) menjelaskan bahwa meskipun ratusan gejala PMS telah dilaporkan, yang paling umum ialah seperti perubahan suasana hati, depresi, kecemasan, lekas marah, tangisan, penarikan diri dari pergaulan, kelupaan dan masalah konsentrasi gejala psikologis dan perilaku. Penyebab utama PMS yaitu faktor hormonal, seperti perubahan hormon gonad yaitu hormon estrogen dan progesteron, ada juga etiologinya seperti perubahan kimia otak yaitu seperti sistem GABA (*gamma-aminobutyric acid*) dan *neurotransmitter* seperti serotonin Ritung & Olivia (2018).

b. Analisa Bivariat

Berdasarkan Tabel 5 di atas, tidak terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) pada hasil analisis menggunakan uji korelasi spearman yang telah dilakukan. Selain itu, didapatkan dua variabel dengan nilai korelasi sangat lemah dan 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.

Berdasarkan uraian diatas menunjukkan Bahwa tidak ada hubungan antara kondisi gizi dan PMS yang memiliki korelasi yang sangat lemah dengan nilai r

hitung = -0,051 yang artinya semakin tidak normal status gizi maka akan kemungkinan mengalami PMS begitu sebaliknya apabila status gizi normal dapat meringankan PMS. Sesuai penelitian yang dilakukan oleh Mahardika (2020) menjelaskan bahwa siswi yang memiliki status gizi yang tidak normal (obesitas, overweight dan underweight) memiliki kemungkinan 3,3 kali lebih besar untuk mengalami PMS. Selain itu, penelitian yang dilakukan Marwang et al. (2020) menunjukkan bahwa setiap kenaikan 1 kg/m² pada IMT akan dikaitkan dengan peningkatan risiko PMS sebesar 3%, yang merupakan peningkatan yang signifikan. Jika status gizi seorang wanita baik, maka tidak akan ada gangguan pada sistem reproduksinya.

5. KESIMPULAN

- a. Didapatkan usia responden didominasi yang berusia 19-20 tahun sebanyak 194 orang (64,7%), agama responden di dominasi yang beragama islam sebanyak 294 orang (98,0%), program studi responden yang didominasi oleh program studi S1 sebanyak 275 orang (91,7%), jurusan responden yang didominasi oleh jurusan manajemen sebanyak 64 orang (21,3%), usia awal responden menstruasi didominasi oleh usia 12 – 13 tahun sebanyak 162 orang (53,5%), usia awal ibu menstruasi responden yang didominasi berusia 14 – 15 tahun sebanyak 117 orang (39,0%), usia awal saudara perempuan menstruasi didominasi oleh yang tidak mempunyai saudara perempuan sebanyak 108 orang (36,0%).
- b. Diketahui bahwa kategori status gizi berdasarkan IMT responden yang didominasi oleh kriteria normal sebanyak 176 orang (58,7%) pada mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- c. Diketahui bahwa kategori PMS responden yang didominasi dengan kriteria berat sebanyak 131 orang (43,7%) pada mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur.
- d. Hasil analisis dengan menggunakan metode uji spearman's rho menunjukkan nilai p-value lebih besar dari 0,382 dan nilai koefisien korelasi lebih besar dari 0,382 yang mengindikasikan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dengan kondisi PMS. Selain itu, sepasang variabel kunci yang diperoleh adalah "korelasi sangat lemah" dan "r hitung = -0,051 dengan r hitung negatif (-)" Artinya, jika status gizi Anda sedikit saja tidak normal, Anda berisiko mengalami PMS, sama seperti jika status gizi Anda normal, yang dapat menyebabkan PMS. Hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dengan pengalaman PMS pada mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur. Premenstrual Syndrome (PMS) dan status gizi memiliki korelasi yang sangat kuat.

REFERENSI

- Abeje, A., & Berhanu, Z. (2019). Premenstrual syndrome and factors associated with it among secondary and preparatory school students in Debrework town, North-west Ethiopia, 2016. *BMC Research Notes*, 12(1), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s13104-019-4549-9>
- Anggraeni, N. (2018). Hubungan Pengetahuan Gizi, Status Gizi, Asupan Kalsium, Magnesium, Vitamin B6 Dan Aktivitas Fisik Dengan Sindrom Premenstruasi (Studi Pada Mahasiswi Peminatan Gizi Kesmas Fkm Undip Tahun 2017). *Jurnal Kesehatan Masyarakat (e-Journal)*, 6(1), 526–536.
- Choi, S. H., & Hamidovic, A. (2020). Association Between Smoking and Premenstrual Syndrome: A Meta-Analysis. *Frontiers in Psychiatry*, 11(November), 1–10. <https://doi.org/10.3389/fpsy.2020.575526>
- Çitil, E. T., & Kaya, N. (2021). Effect of pilates exercises on premenstrual syndrome symptoms: a quasi-experimental study. *Complementary Therapies in Medicine*, 57. <https://doi.org/10.1016/j.ctim.2020.102623>
- Danis, P., Drew, A., Lingow, S., & Kurz, S. (2020). Evidence-based tools for premenstrual disorders. *The Journal of Family Practice*, 69(1), E9–E17.

- Mahardika, A. A. K. (2020). Hubungan status gizi, asupan kalsium, dan stres dengan sindrom pra-menstruasi pada mahasiswa gizi uhamka. 5(2), 100–108. <https://doi.org/10.22236/argipa.v5i2.3908>
- Marwang, S., Nahira, N., & Bunga, M. (2020). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri di SMAN 18 Makassar. *Journal of Healthcare Technology and Medicine*, 6(1), 46–53.
- Mulyani, R. (2019). Hubungan Status Gizi Dan Riwayat Menarche Ibu Dengan Umur Menarche Pada Siswi Smp Di Bandar Lampung. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Sai Betik*, 14(2), 187. <https://doi.org/10.26630/jkep.v14i2.1305>
- Novita, R. (2018). Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Al-Azhar Surabaya. *Amerta Nutrition*, 2(2), 172. <https://doi.org/10.20473/amnt.v2i2.2018.172-181>
- Pridynabilah, A. (2022). HUBUNGAN PREMENSTRUAL SYNDROME (PMS) DENGAN PERILAKU MAKAN DAN ASUPAN ENERGI MAHASISWI GIZI UNIVERSITAS AIRLANGGA Annisa Pridynabilah Program Studi Gizi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Airlangga. *Healthy Tadulako Journal (Jurnal Kesehatan Tadulako)*, 8(2), 59–67.
- Rahayu, T. B., & Fitriana. (2020). Analisis faktor-faktor yang mempengaruhi status gizi remaja putri. *JURNAL VOKASI KESEHATAN*, 6(1), 46–51.
- Ramadani, M. (2013). Premenstrual syndrome (PMS). *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 7(1), 21–24. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-801238-3.03915-5>
- Ritung, D. C. N., & Olivia, S. (2018). Hubungan stres terhadap Premenstrual Syndrome (PMS) pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Tarumanagara Angkatan 2011. *Tarumanagara Medical Journal*, 1(1), 59–62.
- Sari, B. P., & Priyanto, P. (2018). Hubungan Status Gizi dengan Sindrom Pre Menstruasi Pada Siswi SMA Wirausaha Bandungan Tahun 2016. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 1(2), 1. <https://doi.org/10.32584/jikm.v1i2.143>

Miftaqul Khoiriyah_ (Hubungan
Antara Status Gizi Dengan
Kejadian Premenstrual
Syndrome (PMS) Pada
Mahasiswi Universitas
Muhammadiyah Kalimantan
Timur) SKR/NP

by Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur

Submission date: 06-Nov-2023 11:50AM (UTC+0800)

Submission ID: 2193064709

File name: NASKAH_PUBLIKASI_SKRIPSI_MIFTAQL_KHOIRIYAH.docx (34.72K)

Word count: 3105

Character count: 19101

Miftaql Khoiriyah_ (Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Kalimantan Timur) SKR/NP

ORIGINALITY REPORT

26% SIMILARITY INDEX	23% INTERNET SOURCES	16% PUBLICATIONS	7% STUDENT PAPERS
--------------------------------	--------------------------------	----------------------------	-----------------------------

PRIMARY SOURCES

1	dspace.umkt.ac.id Internet Source	4%
2	www.journalofmedula.com Internet Source	3%
3	Submitted to Universitas Muhammadiyah Surakarta Student Paper	1%
4	journals.umkt.ac.id Internet Source	1%
5	text-id.123dok.com Internet Source	1%
6	pt.scribd.com Internet Source	1%
7	journal.umpo.ac.id Internet Source	1%
8	Submitted to Universitas Airlangga Student Paper	1%