

PERSETUJUAN PEMBIMBING

SKRIPSI


**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN PRAMENSTRUASI
SYNDROME PADA MAHASISWI KESMAS UNG**

**OLEH
ASTRINI BERAHIMA
811416067**

Telah diperiksa dan disetujui untuk diuji

Pembimbing I


Pembimbing II


Dr. Sunarto Kadir, M.Kes
NIP : 19660918199203 1 002


Dr. Irwan, SKM., M.Kes
NIP : 19720807200003 1 006

Gorontalo, 11 Desember 2020

Mengetahui
Ketua Jurusan Kesehatan Masyarakat


Dr. Sylva Flora Ninta Tarigan, SH, M.kes
NIP : 19820323 200812 2 001

LEMBAR PENGESAHAN

SKRIPSI

HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN PRAMENSTRUASI
SYNDROME PADA MAHASISWI KESMAS UNG

OLEH

ASTRINI BERAHIMA
811 416 067

Telah dipertahankan didepan dewan penguji

Hari/Tanggal : Selasa, 15 Desember 2020

Waktu : 90.00 – 10.00 WITA

Penguji :

1. Dr. Sunarto Kadir, M.Kes
NIP : 19660918199203 1 002
2. Dr. Irwan, S.KM, M.Kes
NIP : 19720807200003 1 006
3. Lia Amalia, S.KM, M.Kes
NIP : 19791129200501 2 017
4. Ekawaty Prasetya, S.Si, M.Kes
NIP : 19810227200812 2 001

Gorontalo, 15 Desember 2020

Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Olahraga dan Kesehatan



Prof. Dr. Hj. Herlina Jusuf, Dra., M.Kes
NIP : 19631001198803 2 002

ABSTRAK

Astrini Berahima, 811416067, 2020. Hubungan Status Gizi dengan Pramenstruasi *Syndrome* pada Mahasiswi Kesmas UNG Skripsi Jurusan Kesehatan Masyarakat, Fakultas Olahraga dan Kesehatan, Universitas Negeri Gorontalo. Pembimbing I Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes dan Pembimbing II Dr Irwan, M.Kes.

Status gizi merupakan ukuran kondisi tubuh seseorang. IMT adalah salah satu cara Penilaian status gizi seseorang asupan gizi yang tidak ade kuat menyebabkan ketidakteraturan menstruasi. Rumusan masalah yaitu untuk mengetahui apakah ada hubungan status gizi dengan pramenstruasi *syndrome* pada mahasiswi kesmas UNG. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan status gizi dengan pramenstruasi *syndrome* pada mahasiswi kesmas UNG.

Metode penelitian adalah survey observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional* Populasi adalah mahasiswi kesmas UNG angkatan 2016. jumlah sampel sebanyak 51 mahasiswi. Teknik pengambilan sampel dengan cara *total sampling*. Pengumpulan data status gizi menggunakan timbangan berat badan dan tinggi badan pramenstruasi *syndrome* menggunakan kuisioner. Penelitian ini dilakukan pada bulan oktober-november 2020 di jurusan kesmas UNG. Analisis hubungan antara variabel independen dan variabel dependen menggunakan uji *Chi-Square*.

Hasil penelitian menunjukkan responden dengan staus gizi obesitas berjumlah 8 (15,4%) gemuk 7 responden (13,5%) normal 31 responden (59,6%) dan kurus 5 responden (9,6%) dan mahasiswi yang memilki berat badan yang berlebihan cenderung mengalami gejala Pramenstruasi *syndrome* hal ini yang menyebabkan adanya kenaikan berat badan menjelang menstruasi. Hasil uji *chi-square* didapatkan *p value*=0,03. Simpulan terdapat hubungan antara status gizi dengan pramenstruasi *syndrome* pada mahasiswi kesmas UNG. Saran agar semua perempuan menjaga pola makan, makan makanan yang sehat dan bergizi menjelang menstruasi untuk mencegah kerusakan rahim dan ketidakteraturan menstruasi.

Kata Kunci: Status Gizi, Pramenstruasi *Syndrome*, Mahasiswi

ABSTRACT

Astrini Berahima, 811416067, 2020. The Correlation between Nutritional Status and Premenstrual Syndrome among Public Health Students of State University of Gorontalo (UNG). Undergraduate Thesis. Department of Public Health, Faculty of Sport and Health, State University of Gorontalo. Principal Supervisor is Dr. Sunarto Kadir, Drs., M.Kes and Co Supervisor is Dr. Irwan, M. Kes.

The nutritional status is a measure of one's body condition. One way to measure the nutritional status is BMI. Low intake may cause irregular menstrual cycle. The research problem is whether or not the nutritional status is correlated with premenstrual syndrome among public health students of UNG. The objective of this research is to find out the correlation between nutritional status and premenstrual syndrome among public health students of UNG.

The research method is analytical observation survey using cross sectional approach. The population is public health students of UNG batch 2016. The total samples are 51 female students using total sampling technique. Techniques of data collection apply questionnaires about the weight and height during premenstrual syndrome. This research was conducted in October to November 2020 in the Department of Public Health, UNG. Techniques of data analysis employ Chi-Square test to obtain the correlation between independent and dependent variables.

In the nutritional status, findings reveal that 8 (15.4%) respondents are obese, 7 (13.5%) respondents are overweight, 31 (59.6%) respondents are normal weight, and 5 (9.6%) respondents are underweight. Students with excess weight tend to undergo premenstrual syndrome that may increase the risk of weight gain before menstruation. The result of chi-square test show that the p value = 0.03. In conclusion, there is a correlation between the nutritional status and premenstrual syndrome among public health students of UNG. Thus, it is expected that all female students to maintain a healthy lifestyle such as consuming healthy and nutritious diets before menstruation cycle to prevent uterine damage and irregular menstruation cycle.

Keywords: Nutritional Status, Premenstrual Syndrome, Female Students

