

## Faktor – Faktor Yang berhubungan dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome (PMS)* pada Mahasiswi

Titik Almujuhadiani<sup>1</sup>, Rini Mayasari<sup>2</sup>

Program Studi DIII Kebidanan Kota Prabumulih Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Budi Mulia Sriwijaya<sup>1,2</sup>

### Informasi Artikel :

Diterima : 29 Mei 2023

Direvisi : 03 Juni 2023

Disetujui : 15 Juni 2023

Diterbitkan : 30 Juni 2023

\*Korespondensi Penulis :  
[titikalmujahidiani@gmail.com](mailto:titikalmujahidiani@gmail.com)

### ABSTRAK

*Premenstrual syndrome (PMS)* memiliki prevalensi lebih tinggi di negara-negara Asia dibandingkan dengan negara-negara Barat. Menurut World Health Organization (WHO) terdapat lebih dari separuh penduduk dunia berusia dibawah 25 tahun dan 80% dari mereka tinggal di Negara berkembang. Prevalensi penderita *premenstrual syndrome* di dunia menurut penelitian Fatimah (2019) di negara Libanon sebesar 54,6% dan di negara Srilanka sebesar 65,7%. Kemudian prevalensi *premenstrual syndrome* di negara Iran sebesar 98,2%, di negara Brazil sebesar 39%, di negara Australia sebesar 44% dan di negara Jepang sebesar 34% (Alvionita, 2019). Metode yang digunakan dalam penelitian adalah *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Uji statistik yang digunakan adalah uji *chi-square* dan regresi logistik. Populasi penelitian ini adalah semua mahasiswi tingkat I-III di STIKes Budi Mulia Sriwijaya tahun 2023 dengan total populasi 112 mahasiswi yaitu semua total populasi. Analisis yang digunakan adalah analisis univariat, bivariat dan multivariat. Ada hubungan status gizi dengan kejadian *premenstruasi syndrome (PMS)*  $p.value = 0,012$ . Variabel paling dominan adalah status gizi dengan nilai Exp (B) 2,972. Hasil penelitian ini diharapkan untuk dapat menambah wawasan mahasiswa mengenai pentingnya menjaga kesehatan reproduksi.

**Kata Kunci** : Menstruasi, Kejadian *Premenstrual Syndrome (PMS)*, Faktor Penyebab

### ABSTRACT

*premenstrual syndrome (PMS)* has a higher prevalence in Asian countries compared to Western countries. According to the World Health Organization (WHO) there are more than half of the world's population under the age of 25 and 80% of them live in developing countries. The prevalence of *premenstrual syndrome* sufferers in the world according to Fatimah's research (2019) in Lebanon is 54.6% and in Sri Lanka it is 65.7%. Then the prevalence of *premenstrual syndrome* in Iran is 98.2%, in Brazil it is 39%, in Australia it is 44% and in Japan it is 34% (Alvionita, 2019). The method used in this research is an analytic survey with a cross sectional approach. The statistical test used is the chi-square test and logistic regression. The population of this study were all female students at levels I-III of the DIII Midwifery Study Program at the Budi Mulia Sriwijaya STIKes in 2023 with a total population of 112 female students, that is, all the total population. The analysis used was univariate, bivariate and multivariate analysis. The test results showed that there was no significant relationship between the age of menarche and the incidence of *premenstrual syndrome (PMS)*  $p.value 0.760$ , for knowledge with the incidence of *premenstrual syndrome (PMS)*  $p.value = 0.760$ , there was a relationship between nutritional status and the incidence of *premenstrual syndrome (PMS)* )  $p. value = 0.012$ . The most dominant variable is nutritional status with an Exp (B) value

of 2.972. The results of this study are expected to be able to add to students' insights about the importance of maintaining reproductive health.

**Keywords:** *Menstruasion, Premenstrual Syndrome (PMS), Causal Factors*

## PENDAHULUAN

*Premenstrual syndrome (PMS)* adalah sekumpulan gejala berupa gangguan fisik dan mental, biasanya muncul mulai satu minggu sampai beberapa hari sebelum datang haidnya dan menghilang sesudah haid datang, walaupun kadang berlangsung sampai haid berhenti (Riza et al., 2019). Lebih dari 85% wanita usia subur mengalami ketidaknyamanan fisik maupun psikologis beberapa hari sebelum menstruasi yang dapat mempengaruhi kualitas hidup dan produktifitasnya sehari-hari

Dampak *Premenstrual Syndrome (PMS)* bagi kesehatan reproduksi bisa mempengaruhi fisik yaitu mudah terkena penyaki seperti Mioma, endometriosis yang terjadi akibat adanya pengaruh dari ketidakseimbangan hormon *estrogen* dan *progesterone* (Husna, 2018).

Menurut World Health Organization (WHO) Tahun 2019 terdapat lebih dari separuh penduduk dunia berusia dibawah 25 tahun dan 80% dari mereka tinggal di Negara berkembang. Prevalensi penderita *premenstrual syndrome* di dunia menurut penelitian Fatimah (2019) di negara Libanon sebesar 54,6% dan di negara Srilanka sebesar 65,7%. Kemudian prevalensi *premenstrual syndrome (PMS)* di negara Iran sebesar 98,2%, di negara Brazil sebesar 39%, di negara Australia sebesar 44% dan di negara Jepang sebesar 34% (Alvionita, 2019).

Berdasarkan Departemen Kesehatan Indonesia (2014), dari 260 orang wanita usia subur di temukan 95% mengalami *premenstrual syndrome (PMS)*, dengan tingkat *premenstrual syndrome (PMS)* sedang hingga berat sebesar 3,9%. Penelitian yang dilakukan di kota Padang menunjukkan bahwa 51,8%, kota Purworejo sebanyak 24,6%, kota Bogor sebanyak 67,8% pada siswi Sekolah Menengah Atas (SMA). Tahun 2015 data yang diperoleh oleh dinas kesehatan Aceh terdapat 95,1% mengalami

*premenstrual syndrome (PMS)* ringan hingga berat. Sedangkan tahun 2016 sebesar 71% wanita usia subur mengalami *Premenstrual syndrome (PMS)* (Husna, 2018).

Berdasarkan Data Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) pada angka kesakitan karena *premenstrual syndrome (PMS)* disebabkan perubahan nafsu makan 15%, payudara terasa bengkak 42%, sakit kepala 10% dan data yang disebabkan faktor hormonal yaitu akibat adanya ketidakseimbangan kerja dari hormon estrogen dan progesterone sebesar 74,45% (Husna, 2018).

Berdasarkan data dari dinas kesehatan kota Palembang, kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* sebesar 56,2%. banyak terjadi dan ditemukan pada remaja putri, keluhan *premenstrual syndrome (PMS)* terbanyak antara usia 15-17 tahun dengan skala ringan sebelum pemberian kompres panas sebanyak 66,7% dan skala berat sebanyak 33,3% kasus (Rahmadhayanti et al., 2017).

Faktor utama penyebab *premenstrual syndrome (PMS)* adalah Faktor hormon yang disebabkan karena ketidakseimbangan hormon estrogen dan progesteron, faktor kimiawi karena kadar serotonin yang berubah-ubah selama siklus menstruasi, faktor genetik, faktor psikologis (stres), aktivitas fisik yang kurang, asupan gizi, rendahnya asupan kalsium berpengaruh pada gangguan *mood*, rendahnya asupan magnesium, rendahnya asupan vitamin B6 dapat membantu meringankan depresi gelisah dan masalah sosial. *Premenstruasi syndrome (PMS)* dapat menyebabkan wanita mengalami gangguan yang lebih berat yaitu dapat mengalami depresi sampai seminggu atau lebih sebelum mendapatkan mentruasi yang disebut *Premenstrual Dysphoric Disorder (PMDD)* (Ilmi, 2018).

*Premenstrual syndrome (PMS)* ini dialami oleh sekitar 80% wanita dengan bentuk bervariasi. Gejala yang terkait dengan siklus menstruasi terjadi 5-11 hari sebelum

dan setelah menstruasi. Gejala yang ditimbulkan yaitu gejala fisik seperti sakit kepala, nyeri payudara, nyeri punggung, nyeri perut dan kembung, peningkatan berat badan, mual, nyeri otot dan sendi. Gejala psikologis mudah tersinggung, marah, perasaan depresi, menangis, kecemasan, ketegangan, perubahan suasana hati, kurang konsentrasi, kebingungan, pelupa, kegelisahan, kesepian, penurunan harga diri, ketegangan. Gejala perilaku kelelahan seperti kelelahan, insomnia, pusing, perubahan minat seksual, mengidam makanan atau makan berlebihan (Rusfiana & Rodiani, 2016).

Bagi beberapa wanita gejala *premenstrual syndrome* (PMS) dapat terjadi cukup parah, sehingga dapat menimbulkan dampak yang merugikan. Umumnya dampak dari *premenstrual syndrome* (PMS) tersebut adalah gangguan aktivitas sehari-hari, seperti penurunan produktifitas kerja, sekolah dan hubungan interpersonal penderita (Sari & Priyanto, 2018). *Premenstrual syndrome* (PMS) yang cukup parah memiliki pengaruh negatif mengganggu fungsi sosial dan pribadi, prestasi kerja, aktivitas keluarga dan sosial serta hubungan seksual menjadi terpengaruh secara negatif (Link, 2018).

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 50 responden di Stikes Budi Mulia Palembang dengan mewawancarai dan memberikan koesioner kepada mahasiswa, didapatkan 27 mahasiswi mengatakan mereka mengeluh sakit payudara dan nyeri perut pada saat menstruasi datang, sedangkan 23 mahasiswi mengatakan tidak mengalami gejala *premenstrual Syndrome* (PMS), lamanya menstruasi rata-rata 3-7 hari,

## HASIL PENELITIAN

### 1. Analisis Univariat

Pada analisis univariat kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) di bagi menjadi dua kategori yaitu ya dan tidak, yang akan dijelaskan pada tabel 1 di bawah.

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) pada Mahasiswi di Stikes Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023**

No	Kejadian <i>Premenstrual Syndrome</i> (PMS)	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Ya	76	67,9
2	Tidak	36	32,1
	<b>Jumlah</b>	<b>112</b>	<b>100</b>

pertama kali menarche rata-rata pada usia 9-12 tahun, hasil status gizi dari 10 responden rata-ratanya adalah stats gizi normal.

## METODE PENELITIAN

Adapun Jenis penelitian menggunakan jenis kuantitatif yang bersifat *survei Analitik*. Dalam penelitian ini analisis yang digunakan yaitu Analisa korelasi / hubungan antara variable bebas dengan variabel terikat. Rancangan dalam penelitian ini adalah pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang dilaksanakan dalam waktu bersamaan pada setiap variabel penelitian dan melewati studi retrospektif yaitu pengumpulan data yang diawali dari efek atau akibat yang telah terjadi. Variabel independent yang diteliti adalah usia menarche, pengetahuan dan status gizi dan variabel dependen yang diteliti adalah Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS). Waktu penelitian yaitu pada bulan Februari 2023. Tempat Penelitian dilakukan di STIKes Budi Mulia Sriwijaya.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua mahasiswi STIKes Budi Mulia Sriwijaya tingkat 1,2 dan 3 yang berjumlah 112 mahasiswi. Adapun besaran sampel diambil yaitu total seluruh populasi berjumlah 112 responden. Analisis Univariat digunakan dalam frekuensi dan persentase dari usia menarche, pengetahuan, status gizi dengan kejadian *pre-menstrual syndrome* (PMS). Analisis Bivariat menggunakan uji statistik yang digunakan adalah *Uji chi -Square*.

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dari 112 responden yang diteliti, sebanyak 76 responden (67,9%) yang mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)*, lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* sebanyak 36 responden (32,1%).

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia *Menarche* pada Mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023**

No	Usia <i>Menarche</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Cepat	63	56,3
2	Lambat	49	43,8
<b>Jumlah</b>		<b>112</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dari 112 responden yang diteliti, sebanyak 63 responden (56,3%) yang usia *menarchenya* cepat, lebih banyak dibandingkan dengan yang usia *menarchenya* lambat sebanyak 49 responden (43,8%).

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Pengetahuan pada Mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023**

No	Pengetahuan	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Rendah	49	43,8
2	Tinggi	63	56,3
<b>Jumlah</b>		<b>112</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dari 112 responden yang diteliti, sebanyak 63 responden (56,3%) yang pengetahuannya tinggi, lebih banyak dibandingkan dengan yang pengetahuannya rendah sebanyak 49 responden (43,8%).

**Tabel 4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Status Gizi pada Mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023**

No	Status Gizi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Tidak Normal	55	49,1
2	Normal	57	50,9
<b>Jumlah</b>		<b>112</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas dapat dilihat bahwa dari 112 responden yang diteliti, sebanyak 57 responden (50,9%) yang status gizinya normal, lebih banyak dibandingkan dengan yang status gizinya tidak normal sebanyak 55 responden (49,1%).

## 2. Analisa Bivariat

Pada Penelitian ini analisa bivariat untuk usia menarche di bagi menjadi dua kategori yaitu cepat dan lambat, untuk lebih jelaskan bisa dilihat pada tabel dibawah ini :

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi Hubungan antara Usia Menarche dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) pada Mahasiswi STikes Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023**

No	Usia Menarche	Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS)				Jumlah		p. value
		Ya		Tidak		n	%	
		n	%	n	%			
1	Cepat	44	69,8	19	20,3	63	100	<b>0,760</b>
2	Lambat	32	65,3	17	34,7	49	100	
<b>Total</b>		76		36		112		

Berdasarkan tabel di atas, diketahui dari 63 responden yang usia menarchenya cepat sebanyak 44 responden (69,8%) yang mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)*. Sedangkan dari 49 responden yang usia menarchenya lambat sebanyak 32 responden (65,3%) yang mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)*. Hal ini menunjukkan bahwa responden dengan usia menarchenya cepat lebih banyak mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* dibandingkan responden dengan yang usia menarchenya lambat.

**Tabel 6 Distribusi Frekuensi Hubungan antara Pengetahuan dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) pada Mahasiswi STIKES Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023**

No	Pengetahuan	Kejadian Premenstrual Syndrome				Jumlah		p. value
		Ya		Tidak		n	%	
		n	%	n	%			
1	Rendah	32	65,3	17	34,7	49	100	<b>0,760</b>
2	Tinggi	44	69,8	19	30,2	63	100	
<b>Total</b>		76		36		112		

Berdasarkan tabel di atas, diketahui dari 49 responden yang pengetahuannya rendah sebanyak 32 responden (65,3%) yang mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)*. Sedangkan dari 63 responden yang pengetahuannya tinggi sebanyak 42 responden (69,8%) yang mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)*. Hal ini menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan rendah lebih sedikit mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* dibandingkan responden dengan pengetahuan tinggi.

**Tabel 7 Distribusi Frekuensi Hubungan antara Status Gizi dengan Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS) pada Mahasiswi STIKes Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023**

No.	Status Gizi	Kejadian Premenstrual Syndrome (PMS)				Jumlah		p. value
		Ya		Tidak		n	%	
		n	%	n	%			
1	Tidak Normal	44	80	11	20	55	100	<b>0,012</b>
2	Normal	32	56,1	25	43,9	63	100	
<b>Total</b>		76		36		112		

Berdasarkan tabel di atas, diketahui dari 55 responden yang status gizinya tidak normal sebanyak 44 responden (80%) yang mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)*. Sedangkan dari 63 responden yang status gizinya normal sebanyak 32 responden (56,1%) yang mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)*. Hal ini menunjukkan bahwa responden dengan status gizi tidak normal lebih sedikit mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* dibandingkan responden dengan status gizinya normal.

## PEMBAHASAN

Pada bagian ini ditampilkan pembahasan yang berkaitan dengan hasil penelitian, ditunjang dengan penelitian-penelitian terdahulu serta teori-teori dari para ahli sebelumnya.

### 1. Hubungan Usia *Menarche* dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome (PMS)* pada Mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa responden dengan usia *menarche* cepat lebih banyak mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* (69,8%) dibandingkan responden dengan usia *menarche* lambat (65,3%). Selain itu juga tidak terdapat atau tidak ada hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* pada mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya tahun 2023 dengan nilai  $p. value = 0,760 > \alpha = 0,05$ . Responden dengan usia *menarche* lambat mempunyai peluang 1,230 kali mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* dibandingkan dengan responden yang usia *menarche* lambat.

Berdasarkan teori Luigi (2018), usia *menarche* tidak berperan penting sebagai faktor penentu *premenstrual syndrome*, meskipun remaja wanita mengalami *menarche* lebih cepat tidak membuat remaja tersebut mengalami *premenstrual syndrome*. *Premenstrual syndrome* terjadi sesuai dengan kondisi imunitas remaja masing-masing, aktifitas fisik, status gizi, dan lain sebagainya (Luigi, 2018).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Wahyuningsih & Anita (2018), yang berjudul analisis hubungan antara usia *menarche*, sikap tentang *premenstrual syndrome (PMS)* terhadap perilaku dalam mengatasi *premenstrual syndrome (PMS)* di SMPN 1 Mlati Yogyakarta. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa usia *menarche* dengan perilaku mdalam penanganan *premenstrual syndrome (PMS)* diperoleh hasil  $p value 0,739$  yang berarti tidak ada hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan perilaku penanganan *premenstrual syndrome (PMS)*. Hal ini berarti bahwa usia *menarche* awal sebelum usia 12 tahun maupun usia *menarche* normal antara usia 12 – 14 tahun tidak mempengaruhi cara penanganan *premenstrual syndrome (PMS)* yang di alami oleh siswi kelas VII SMP Negeri I Mlati Sleman (Wahyuningsih et al, 2018).

Berdasarkan hasil penelitian, teori, dan penelitian terdahulu maka peneliti

berpendapat bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* pada mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya tahun 2023, karena usia *menarche* yang cepat tidak semuanya membuat wanita mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)*. Kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* bisa juga disebabkan oleh usia *menarche* yang lambat dan juga bisa disebabkan oleh beberapa faktor lain seperti olahraga, pola tidur, stress, status gizi, hormon dan lain sebagainya.

### 2. Hubungan Pengetahuan dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* pada Mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa responden dengan pengetahuan rendah banyak mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* (65,3%) dibandingkan responden dengan pengetahuan tinggi (69,8%). Selain itu juga tidak terdapat atau tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* pada mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya tahun 2023 dengan nilai  $p.value = 0,760 > \alpha = 0,05$ . Responden dengan pengetahuan rendah mempunyai peluang 0,813 kali mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* dibandingkan dengan responden yang pengetahuannya tinggi.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Di & Malang (2017), hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 40 responden (81,6%) pengetahuan remaja putri masuk kategori sangat baik dan memiliki upaya yang sangat baik dalam menghadapi *premenstrual syndrome*. Hasil perhitungan didapat  $p value=0,013$  ( $p < 0,05$ ) yang berarti ada hubungan antara pengetahuan dengan upaya remaja putri dalam menghadapi *premenstrual syndrome (PMS)* di MAN I Malang (Di et al, 2017).

Berdasarkan hasil penelitian, teori, dan penelitian terdahulu maka peneliti berpendapat bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* pada mahasiswi di STikes Budi Mulia Sriwijaya tahun 2023, Walaupun mahasiswi memiliki pengetahuan yang tinggi tentang kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* tidak menutup kemungkinan bahwa mereka tidak akan mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* dan juga mahasiswi dengan

pengetahuan yang rendah belum tentu mempengaruhi kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* pada mahasiswi.

### 3. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome (PMS)* pada Mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya Tahun 2023

Berdasarkan hasil penelitian ini diketahui bahwa responden dengan status gizi yang tidak normal banyak mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* (80,0%) dibandingkan responden dengan status gizi normal (56,1%). Selain itu juga terdapat atau ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* pada mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya tahun 2023 dengan nilai  $p$ . value =  $0,012 < \alpha = 0,05$ . Responden dengan status gizi tidak normal mempunyai peluang 3,125 kali mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* dibandingkan dengan responden yang status gizinya normal.

Berdasarkan teori Munthe (2018), gizi merupakan sumber-sumber makanan yang dapat bermanfaat bagi kehidupan dan makanan adalah bahan selain obat yang mengandung zat-zat gizi dan unsur-unsur/ikatan kimia yang dapat diubah menjadi zat gizi oleh tubuh yang berguna bila dimasukkan ke dalam tubuh.

Penelitian ini tidak sejalan dengan penelitian Between et al (2020), dengan judul hubungan Status Gizi dengan kejadian *Premenstrual syndrome (PMS)* pada remaja Putri di SMAN 18 Makassar dari 50 responden yang diteliti, dapat dilihat bahwa dari 18 responden yang memiliki status gizi resiko rendah terdapat 11 (61,1%) yang mengalami *premenstrual syndrome (PMS)* gejala ringan, dan terdapat 7 (38,9%) yang mengalami gejala sedang. Dari 32 responden yang memiliki status gizi resiko tinggi terdapat 3 (9,4%) yang mengalami *premenstrual syndrome (PMS)* gejala ringan, dan terdapat 29 (90,6%) yang mengalami resiko *premenstrual Syndrome (PMS)* gejala sedang. Dengan uji statistic Chi-Square yang dilakukan diperoleh nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,005$ . Hal ini berarti  $H_0$  di tolak dan  $H_a$  diterima, sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan *pre menstruasi syndrome* pada siswi SMAN 18 Makassar tahun 2019 (Between, 2020).

Berdasarkan hasil penelitian, teori, dan penelitian terdahulu maka peneliti berpendapat bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian *premenstrual syndrome* pada mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya tahun 2023, karena status gizi yang normal akan membuat mahasiswi tidak mengalami kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* karena tidak terdapat banyak penimbunan lemak yang mengakibatkan peradangan sehingga pada saat akan menstruasi biasanya tidak akan mengalami *premenstrual syndrome (PMS)*. Dengan adanya remaja putri dapat mempertahankan status gizi yang baik yaitu mengkonsumsi makanan seimbang maka remaja putri lebih mudah menangani keluhan *premenstrual syndrome (PMS)* dan berfikir bahwa kejadian tersebut normal terjadi pada pubertas bagi semua remaja putri.

### KESIMPULAN

Tidak ada hubungan secara parsial antara usia menarche dan pengetahuan dengan kejadian *premenstrual syndrome (PMS)* dengan pengetahuan tinggi belum tentu mengalami *Premenstrual Syndrome (PMS)*. Sedangkan pada variabel status gizi dengan kejadian *Premenstrual Syndrome (PMS)* mahasiswa dengan mengkonsumsi makanan yang seimbang maka mahasiswi akan mudah menangani keluhan *Premenstrual Syndrome (PMS)* dan berpikir bahwa kejadian ini normal pada mahasiswi di STIKes Budi Mulia Sriwijaya tahun 2023.

### DAFTAR PUSTAKA

- Alvoinita, Fenny. 2016. *Hubungan pola makan dengan Pre mensntrual Syndrome pada Mahasiswa SI Pendidikan Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Tahun 2016*. Skripsi.
- Between, C., Status, N., Premenstrual, W., In, S., Marwang, S., & Bunga, M. (2020). *Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri di SMAN 18 Makassar*. 6(1), 46–53.
- Di, S., & Malang, M. A. N. (2017). *Nursing News Volume 2, Nomor 2, 2017*. 2, 349–357.
- Dia Rianti. (2019). *Jurnal midwifery. Akademi Bidan, 1(2)*, 68–78.
- Husna, N. (2018). *Determinan Premenstruasi Syndrome pada Siswi SMAN . 1 Unggul Darul Imarah Lampeunureut Aceh Besar*

- Determinants of Premenstruation of Syndrome in Students of SMAN 1 Unggul Darul Imarah Lampeunureut Aceh Besar.* 4(1), 135–146.
- Husna, Asmaul. at all. *Analisis Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri Di Gampong Kampong Pukat Kecamatan Pidie Kabupaten Pidie. Tahun 2022.* file:///D:/Downloads/1938-3294-1-SM.pdf
- Ilmi, A. F., & Utari, D. M. (2018). Faktor Dominan Premenstrual Syndrome Pada Mahasiswi (Studi Pada Mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Dan Departemen Arsitektur Fakultas Teknik, Universitas Indonesia). *Media Gizi Mikro Indonesia*, 10(1), 39–50. <https://doi.org/10.22435/mgmi.v10i1.1062>.
- Link, M. (2018). Premenstrual syndrome (PMS). *Encyclopedia of Endocrine Diseases*, 7(1), 432–435. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-801238-3.03915-5>.
- Luigi. 2010. *Faktor Resiko yang Berhubungan dengan Kejadian Premenstrual Syndrome pada Remaja Putri.* 6 (13) :1-11.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metode Penelitian Kesehatan.* Rineka Cipta.
- Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang. 2020. *Profil Akademi Kebidanan Budi Mulia Palembang.* Palembang : Akademi Kebidanan Budi Mulia.
- Rahmadhayanti, E., Afriyani, R., & Wulandari, A. (2017). Pengaruh Kompres Hangat terhadap Penurunan Derajat Nyeri Haid pada Remaja Putri di SMA Karya Ibu Palembang. *Jurnal Kesehatan*, 8(3), 369. <https://doi.org/10.26630/jk.v8i3.621>.
- Riza, Y., Hayati, R., & Setiawan, W. (2019). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Hipertensi. *Jurnal Ilmiah Ilmu Kesehatan: Wawasan Kesehatan*, 6(1), 20. <https://doi.org/10.33485/jiik-wk.v6i1.153>.
- Rusfiana, A., & Rodiani. (2016). Hubungan Premenstrual Syndrome ( PMS ) terhadap Faktor Psikologis pada Remaja The Relationship of Premenstrual Syndrome ( PMS ) with Psychological Factor in Adolescent. *HubunganPremenstrual Syndrome (PMS) Terhadap Faktor Psikologis Pada Remaja*, 5, 18–22. <http://journal.unair.ac.id/download-fullpapers-aunf37edc8630full.pdf>.
- 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>.
- Wahyuningsih, M., & Anita, L. (2018). *Analisa Hubungan Antara Usia Menarche, Sikap Tentang Pre-Menstruasi Sindrom Terhadap Perilaku Dalam Mengatasi Pre-Menstruasi Sindrom Di SMPN 1 Mlati Yogyakarta.* 5(2), 383–387.