

CORRELATION BETWEEN NUTRITIONAL STATUS AND PREMENSTRUAL SYNDROME CASES OF GRADE VIII FEMALE STUDENTS OF MTS NEGERI BOROBDUR MAGELANG, CENTRAL JAVA, IN 2012¹

Metya Rahma Novianti², Suesti³

ABSTRACT

PMS is a health problem reported by many women in reproductive ages. It is supposed that prevalence of clinically significant PMS cases varies from 12.6% to 31% of menstrual women. Cause of PMS is not known certainly, it is hypothesized that PMS correlated with problem in serotonin function and nutrition deficiency. This research aimed to find correlation between nutritional status and *Premenstrual Syndrome* (PMS) cases.

This is a quantitative research with analytical survey research method and cross-sectional approach. The respondents of research were 144 Grade VIII female students of Mts Negeri Borobudur in academic year of 2010-2011. Samples were taken by using *purposive sampling*. Instruments to collect data were questionnaires and scales. Data were analyzed by *Chi Square* statistic test.

The results of research, it was found that respondents who experienced PMS cases were 56 (49.6%), those who did not experience PMS cases were 57 (50.4%). Percentages of nutritional status data were normal = 53.1%, thin = 35.2% and fat = 9.7%. Computer-based statistic test showed $X^2 = 45.403$ with $p = 0.000$ ($p < 0.05$). These results indicated that there was significant correlation between nutritional status and PMS cases of Grade III female students of Mts Negeri Borobudur Magelang, Central Java, in 2012. Therefore, the female students were recommended to widely increase understanding, knowledge and awareness of PMS and balanced nutrition so they could participate in increasing their own health and their families' health.

Keywords : PMS, adolescent status

¹ The title of scientific paper.

² The DIII student of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta, Department of Nursing.

³ The Lecturer of STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta.

LATAR BELAKANG

PMS didefinisikan dengan munculnya satu atau lebih kelompok gejala yang terjadi selama siklus menstruasi. Diagnosis definitif membutuhkan adanya gejala selama siklus yang paling selama tahun lalu, dengan keparahan yang cukup untuk mengganggu kegiatan sehari-hari. Sejak pertama kali dijelaskan 60 tahun lalu, PMS sering menjadi subyek kontroversi mengenai apakah itu gangguan fisik ataupun gangguan mental. Perdebatan PMS menjadi berita utama pada tahun 1994 ketika gejala premenstruasi ditambahkan sebagai klasifikasi di manual diagnostik dan statistik gangguan mental (Kimberly, 2010).

Menurut WHO (2007) berdasarkan studi PMS yang meneliti pada berbagai 14 kultur di 10 negara ditemukan prevalensi tinggi di negara-negara barat (71-73%) dan jauh lebih rendah di negara-negara non-barat (23-34%). Sedangkan prevalensi PMS menurut Dean (2006) pada orang barat, yaitu sebanyak 85%. Di *Egypt* menurut El-Defrawi (1990) prevalensi PMS mencapai 69,9% dan di Saudi Arabia mencapai 96,6% (Rasheed, 2003). Berdasarkan penelitian Hylan (1999), 80% dari 1045 wanita di *United Kingdom* dengan gejala PMS berhubungan dengan siklus

menstruasi. Studi ini juga melihat dampaknya terhadap kualitas hidup pada wanita kelompok usia 18-49 tahun. Gangguan aktivitas paling tinggi terjadi di rumah lalu di masyarakat, sekolah dan terakhir di kantor. Pada lebih dari 50% wanita yang bekerja, kualitas kerjanya berkurang. Menurut Dean (2006) dan Antai (2004), 37% pelajar mengalami gangguan dalam beraktivitas, yaitu sulit konsentrasi (48,3%), tidak mengikuti kuliah (46%), malas keluar rumah (43,8%), gangguan mengerjakan pekerjaan di rumah (42%) maupun tugas kuliah (36%) (Arridha, 2010).

Untuk memahami PMS di Asia Pasifik, *Bayer Schering Pharma* memprakarsai studi yang dilakukan lembaga penelitian independen, Juli 2008, dengan jumlah responden 1.602 orang di Australia, Hongkong, Pakistan dan Thailand. Hasilnya 22% dari wanita di Asia Pasifik mengalami PMS (kompas, 2009).

Dalam suatu penelitian terhadap 384 wanita yang berusia 15 tahun melaporkan bahwa mereka mengalami PMS adalah sebanyak 14%. Sedangkan pada penelitian yang disponsori oleh WHO pada tahun 1981 menunjukkan bahwa gejala PMS dialami oleh 23% wanita Indonesia (Essel, 2007).

Penyebab yang pasti dari sindroma premenstruasi belum diketahui. Namun dimungkinkan berhubungan dengan faktor hormonal, genetik, sosial, perilaku, biologi dan psikis. Sindrom premenstruasi terjadi pada sekitar 70-90% wanita usia subur (Saryono, 2009:17). Gangguan kesehatan berupa pusing, depresi, perasaan sensitif berlebihan sekitar dua minggu sebelum haid biasanya dianggap hal yang wajar bagi wanita usia reproduktif. Banyak perempuan yang terkena tidak mencari perawatan dokter, lebih memilih untuk mengobati masalah itu sendiri. Sekitar 40% sampai 90% dari wanita melaporkan gejala PMS. Namun 60% dari kelompok ini, gejala tidak menyebabkan mereka untuk mengubah kegiatan sehari-harinya (Pray, 2005).

Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh penulis pada tanggal 22 september 2011 terhadap 12 siswi kelas VIII Mts Negeri Borobudur, dari 15 pertanyaan yang diberikan tentang gejala-gejala pms didapatkan semua siswi mengalami PMS bahkan 7 diantaranya sampai mengganggu konsentrasi belajar, dan juga didapatkan 4 siswi yang berstatus gizi kurang (kurus). Dan dari permasalahan PMS yang mereka alami tersebut banyak dari

gejala-gejala yang mereka biarkan tanpa penanganan.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode penelitian survey analitik yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi. Kemudian melakukan analisis dinamika korelasi antara fenomena atau antara faktor resiko dengan faktor efek (Notoatmodjo, 2010:37). Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian premenstruasi sindrom pada siswi kelas VIII Mts Negeri Borobudur tahun 2012.

Pendekatan waktu yang digunakan adalah *Cross Sectional*, yaitu pengumpulan data sekaligus dalam waktu yang sama, artinya setiap subyek penelitian hanya di observasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek pada saat pemeriksaan (Notoatmodjo, 2010:38). Rancangan penelitian ini adalah korelasi, yaitu penelitian yang dilakukan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan, dan jika ada hubungan antara status gizi dengan kejadian premenstruasi sindrom, akan

diketahui eratny hubungan serta berarti atau tidakny hubungan itu.

Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas VIII Mts Negeri Borobudur tahun ajaran 2010 – 2011 yang berjumlah 144 orang yang dikumpulkan dari 8 kelas. Populasi ini rata-rata berusia 13-14 tahun, dimana pada usia ini remaja sudah memasuki masa menstruasi.

Metode pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling yaitu teknik penentuan sampel berdasarkan pertimbangan tertentu (Sugiyono,2010:68). Dalam penelitian ini adalah siswi kelas VIII Mts Negeri Borobudur yang terdiri dari 113 responden.

HASIL PENELITIAN

1. Karakteristik Responden

Distribusi frekuensi karakteristik tersebut dapat dilihat pada tabel berikut ini:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Waktu Terjadinya PMS Siswi Kelas VII MTs Negeri Borobudur, Magelang

No	Waktu terjadinya PMS	Jumlah	Prosentase (%)
1.	sebelum menstruasi	22	19.5
2.	selama menstruasi	33	29.2
3.	sesudah menstruasi	1	0.9
4.	Tidak sama	57	50.4

sekali

Jumlah	113	100
--------	-----	-----

Berdasarkan tabel di atas diperoleh sebagian besar tidak sama sekali terjadi PMS sebanyak 57 responden (50,4%), waktu terjadinya PMS selama menstruasi sebanyak 33 anak (29,2%), terjadinya PMS sebelum menstruasi sebanyak 22 responden (19,5%) dan waktu terjadi PMS sesudah menstruasi sebanyak 1 responden (0,9%).

2. Deskripsi Data Penelitian

Data berdasarkan hasil penelitian dapat disajikan dalam bentuk tabel seperti berikut:

a. Kejadian PMS

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kejadian PMS Siswi Kelas VII MTs Negeri Borobudur, Magelang

No	Kejadian PMS	Jumlah	Persentase (%)
1.	Tidak	57	50.4
2.	Ya	56	49.6
	Jumlah	113	100

Berdasarkan tabel diatas, diperoleh bahwa responden yang tidak mengalami kejadian PMS sebanyak 57 responden (50,4%). Sedangkan responden yang mengalami kejadian PMS sebanyak 56 responden (49,6%) Hal tersebut

menunjukkan bahwa kejadian PMS pada siswi kelas VIII MTs Borobudur telah diketahui berdasarkan informasi dari berbagai sumber. Sehingga dengan pengetahuan yang cukup siswi dapat mengendalikan kejadian PMS.

b. Status Gizi

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Status Gizi Siswi Kelas VII MTs Negeri Borobudur, Magelang

No	Status Gizi	Jumlah	Persentase (%)
1.	Kurus	42	37.2
2.	Normal	60	53.1
3.	Gemuk	11	9.7
Jumlah		113	100

Berdasarkan hasil penelitian, diperoleh bahwa sebagian besar responden mempunyai status gizi yang normal sebanyak 60 responden (53,1%). Sedangkan status gizi kurus sebanyak 42 responden (37,2%) dan status gizi gemuk sebanyak 11 responden (9,7%). Hal tersebut menunjukkan bahwa status gizi dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor. Makanan yang cukup, kebutuhan sosial ekonomi yang memadai dapat meningkatkan status gizi seseorang.

c. Hubungan hubungan status gizi dengan kejadian premenstruasi sindrom pada siswi kelas VIII Mts Negeri Borobudur Magelang

Berdasarkan hasil penyebaran kuesioner, maka dapat dideskripsikan hubungan status gizi dengan kejadian premenstruasi sindrom pada siswi kelas VIII Mts Negeri Borobudur Magelang, seperti pada tabel berikut ini.

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Hubungan Status Gizi dengan Kejadian PMS Siswi Kelas VIII MTs Negeri Borobudur Magelang

No	Kejadian PMS	Status Gizi						Jumlah	
		Kurus		Normal		Gemuk		f	%
		F	%	F	%	F	%		
1.	Tidak	4	3,5	46	40,7	7	6,2	57	50,4
2.	Ya	38	33,6	14	12,4	4	3,5	56	49,6
Jumlah		42	37,2	60	53,1	11	9,7	30	100

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa sebagian besar responden mempunyai status gizi yang normal dan tidak mengalami kejadian PMS sebanyak 46 responden (40,7%). Sedangkan responden dengan status gizi yang normal dan mengalami kejadian PMS sebanyak 14 responden

(12,4%). Sedikitnya siswi dengan status gizi kurus dan tidak mengalami kejadian PMS sebanyak 4 responden (3,5%) serta status gizi gemuk yang mengalami kejadian PMS.

KESIMPULAN

1. Responden yang tidak mengalami kejadian PMS sebanyak 57 responden (50,4%). Sedangkan responden yang mengalami kejadian PMS sebanyak 56 responden (49,6%)
2. Sebagian besar responden mempunyai status gizi yang normal sebanyak 60 responden (53,1%)
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian premenstruasi sindrom pada siswi kelas VIII Mts Negeri Borobudur Magelang dengan nilai *Chi-Square* diperoleh χ^2 sebesar 45,403 dengan signifikansi $0,000 < 0,05$.

SARAN

1. Bagi siswi MTs Negeri Borobudur
Diharapkan agar siswi MTs Negeri Borobudur agar dapat mengubah pola makannya menjadi lebih baik sehingga dapat meminimalkan kejadian *Premenstruasi Sindrom*.

2. Bagi institusi MTs Negeri Borobudur
Diharapkan materi kesehatan reproduksi dan gizi diintegrasikan pada mata pelajaran biologi sehingga dapat memberikan pemahaman lebih tentang pengetahuan gizi dengan kesehatan reproduksi khususnya premenstruasi sindrom.

DAFTAR PUSTAKA

- Arikunto, Suharsini, 2002, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Essel, E.K., 2007, *Pms Is it Real?*, <http://www2.gsu.edu/>. Diperoleh tanggal 29 september 2011.
- Kimberli R, 2010, *Diagnosing Premenstrual Syndrom*. 14 September 2011. <http://www.medscape.com/viewarticle/718973>
- Notoatmodjo, Soekidjo, 2010, *Metodologi Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Pray, W.S., Pray J.J., 2005, *Menstrual Cycle-Related Discomforts*, 14 September 2011 <http://www.medscape.com/viewarticle/513070>
- Saryono, Sejati, W., 2009, *Sindrom Premenstruasi*, Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sugiyono, 2010, *Statistik Untuk Penelitian*, Bandung: Alfabeta.

Sabtu, 25 April 2009 pukul

03:29 <http://health.kompas.com/read/2009/04/25/03292171/Waspada.Sin-drom.Menjelang.Menstruasi> diakses
29 September 2011.



STIKES
Aisyiyah
YOGYAKARTA