

KARYA TULIS ILMIAH

**HUBUNGAN BERAT BADAN LEBIH DAN AKTIFITAS FISIK TERHADAP
KEJADIAN PRE MENSTRUASI SINDROM PADA SISWA PUTRI SMAN 11
YOGYAKARTA**

Diajukan untuk Memenuhi Sebagian Syarat Memperoleh
Derajat Sarjana Pendidikan Dokter pada Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta



Disusun Oleh:
RANE DESMALANI
20150310172

PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH YOGYAKARTA
2018

HALAMAN PENGESAHAN KTI

**HUBUNGAN BERAT BADAN LEBIH DAN AKTIFITAS FISIK TERHADAP
KEJADIAN PRE MENSTRUASI SINDROM PADA SISWA PUTRI SMAN 11**

YOGYAKARTA

Disusun Oleh:

RANE DESMALANI

20150310172

Telah disetujui dan diseminarkan pada 1 Maret 2018

Dosen pembimbing

Dosen penguji

dr. M. Khotibuddin, MPH
NIK : 19810410200910 173 101

Dr. dr. Titiek Hidayati, M.Kes,
FSICM, FISPH

NIK: 19680908200104 173 048

Mengetahui,
Ka.Prodi Pendidikan Dokter FKIK UMY
Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Dr. dr. Sri Sundari, M.Kes
NIK: 19670513199609 173 019

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Rane Desmalani

NIM : 20150310172

Program Studi : S1 Pendidikan Dokter

Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Karya Tulisan Ilmiah yang saya tulis ini benar-benar merupakan hasil karya saya sendiri dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebut teks dan dicantumkan dalam daftar pustaka di bagian akhir Karya Tulis Ilmiah ini. Apabila di kemudian hari terbukti atau dapat dibuktikan Karya Tulis Ilmiah ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Yogyakarta, 1 Maret 2018

Yang membuat pernyataan,

Rane Desmalani

KATA PENGANTAR

Puji syukur kami panjatkan kepada Tuhan Yang Maha Esa yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga kami dapat menyelesaikan proposal karya tulis ini dengan lancar dan tepat waktu.

Pada kesempatan ini kami mengucapkan terima kasih kepada :

1. Dr. dr. Wiwik Kusumawati, M.Kes, selaku dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta
2. Dr. dr. Sri Sundari, M.Kes, selaku ketua Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah
3. dr. M. Khotibuddin, MPH, selaku pembimbing kami yang sabar dalam memberikan bimbingan, waktu, tenaga, dan pikiran agar karya tulis ini dapat terlaksana dengan lancar
4. dr. Titiek Hidayati, M.Kes, FISCM, FISPH , selaku dosen penguji yang telah memberikan saran dalam penelitian ini sehingga penelitian ini dapat menjadi lebih baik.
5. Papa Ramlan dan Mama Neti yang telah memberikan dukungan moral dan spiritual bagi penulis
6. Kontrakan Cantik dan Nyinyir Family yang telah memberi hawa negatif bagi penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ini dengan tepat waktu

7. Keluarga besar SMAN 11 Yogyakarta yang telah mendukung dan melancarkan karya tulis ilmiah ini
8. Semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu.

Penulis berharap mudah-mudahan proposal karya tulis ini bermanfaat untuk berbagai kalangan. Dengan segala kekurangan dan keterbatasan penulisan karya tulis ilmiah ini penulis minta maaf jika terdapa kata-kata yang salah atau ucapan yang tidak baik. Kami menyadari bahwa kesempurnaan hanya milik Allah SWT.

Oleh karena itu penulis menyadari perlunya kritik dan saran dari semua pihak demi kesempurnaan dan perkembangan selanjutnya. Tak lupa penulis ucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah bersusah payah membantu karya tulis ini.

Yogyakarta, 1 Maret 2018

Penulis

DAFTAR ISI

KARYA TULIS ILMIAH.....	i
HALAMAN PENGESAHAN KTI.....	ii
PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
DAFTAR ISI.....	vi
DAFTAR TABEL.....	viii
INTISARI.....	ix
ABSTRACT	x
BAB I.....	1
A. Latar belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan penelitian	6
D. Manfaat penelitian	6
E. Keaslian Penelitian.....	8
BAB II	10
A. Tinjauan pustaka	10
1. Sindrom Premenstruasi atau Pre-Menstrual Syndrome (PMS)	10
2. Aktivitas Fisik.....	21
3. Aktivitas fisik remaja obesitas.....	28
4. Indeks Massa Tubuh (IMT) atau Massa Indeks Tubuh (BMI).....	29
5. Hubungan antara sindrom premenstruasi dengan aktivitas fisik	37
6. Hubungan antara Sindrom Premenstruasi dengan Indeks Massa Tubuh.....	38
7. Hubungan antara Aktivitas fisik dengan Indeks Massa Tubuh	39
B. Kerangka Teori	41
C. Kerangka konsep.....	42
D. Hipotesis	42
BAB III.....	43
A. Desain Penelitian	43
B. Populasi dan Sampel.....	43
1. Populasi.....	43
2. Sampel.....	43
C. Lokasi dan waktu penelitian	45
1. Lokasi penelitian.....	45
2. Waktu.....	46
3. Variabel dan Defisini Operasional.....	46
4. Instrument, Uji validitas dan reabilitas Penelitian	49
5. Jalannya penelitian.....	53
6. Analisis data.....	54
7. Etik penelitian	56
BAB IV.....	58
A. Hasil Penelitian	58

1.	Deskripsi Wilayah Penelitian.....	58
2.	Subjek Penelitian	59
3.	Hasil Regresi Logistik antara Variabel Demografis dengan Kejadian Pre Menstruasi Sindrom	64
B.	Pembahasan.....	65
1.	Kejadian Pre Menstruasi Sindrom Dengan Variabel Kelas Pada Siswi SMA Negeri 11 Yogyakarta	65
2.	Kejadian Pre Menstruasi Sindrom Dengan Status Gizi Pada Siswi SMA Negeri 11 Yogyakarta	68
3.	Kejadian Pre Menstruasi Sindrom Dengan Aktivitas Fisik Pada Siswi SMA Negeri 11 Yogyakarta	70
4.	Keterbatasan Penelitian.....	72
BAB V	73
A.	Kesimpulan	73
B.	Saran	73
DAFTAR PUSTAKA	75
Lampiran 1. Permohonan Menjadi Responden	79
Lampiran 2. Informed Consent	80
Lampiran 3. Lembar Identitas Responden	81
Lampiran 4. SPAF Questionnaire	82
Lampiran 5. Lembar Observasi Indeks Masa Tubuh	83
Lampiran 6. GPPAQ Questionnaire	84
Lampiran 7. Lembar Persetujuan Komisi Etik dan Surat Ijin Penelitian	85
Lampiran 8. Hasil Olah Data Penelitian	89

DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian	8
Tabel 2.1 Kategori Indeks Massa Tubuh	34
Tabel 3.1 Kategori Aktifitas Fisik	48
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Variabel Demografi	60
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Variabel Bebas Dan Terikat	61
Tabel 4.3. Hubungan antara Variabel demografi, Status Gizi, Aktivitas Fisik terhadap kejadian Pre Menstruasi Sindrom	63
Tabel 4.4. Uji multivariate pada variabel Kelas, Jurusan, dan Tempat Tinggal sesuai dengan nilai $p < 0,25$	64
Tabel 4.5. Uji multivariate pada variabel Kelas, Jurusan, Tempat tinggal, Aktivitas fisik, dan Status gizi.....	65

INTISARI

Latar Belakang: Sindrom Premenstruasi masih menjadi masalah pada remaja putri. Sindrom Premenstruasi sendiri diduga disebabkan oleh beberapa faktor diantaranya Status Gizi (IMT), Aktivitas Fisik, Usia, dan tingkat pendidikan.

Tujuan: Mengetahui hubungan antara berat badan lebih dan aktivitas fisik terhadap kejadian Pre Menstruasi Sindrom (PMS).

Metode Penelitian: Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan desain *cross sectional* pada 166 siswi SMAN 11 Yogyakarta. Penelitian ini dilaksanakan pada Mei 2017-Desember 2017. Aktifitas fisik remaja putri diukur dengan *General Practice Physical Activity Questionnaire* (GPPAQ) sedangkan derajat PMS diukur dengan *Shortened Premenstrual Assessment Form* (SPAF).

Hasil Penelitian: Hasil analisis statistik dengan *Chi-Square* menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara variable berat badan lebih (IMT) dan Aktivitas fisik terhadap kejadian variable derajat PMS ($P>0,05$). Terdapat hubungan yang signifikan antara variable kelas dengan derajat PMS ($P=0,004$). Hasil uji multivariate dengan regresi logistic didapatkan bahwa variable kelas merupakan variable yang paling berpengaruh terhadap derajat PMS ($P=0,12$; $OR:14,786$).

Kesimpulan: Variabel berat badan lebih (IMT) dan aktifitas fisik tidak mempunyai hubungan yang signifikan terhadap derajat PMS pada remaja putri SMAN 11 Yogyakarta.

Kata Kunci: *Sindrom Premenstruasi, Remaja putri, Aktivitas, IMT*

ABSTRACT

Background: Premenstrual syndrome is still a problem in young women. Premenstrual syndrome itself is thought to be caused by several factors including Nutritional Status (BMI), Physical Activity, Age, and education level.

Objective: To examine the relationship between over weight and physical activity on the occurrence of Pre Menstrual Syndrome (PMS).

Methods: This research was an observational analytic study with cross sectional design in 166 11 Yogyakarta senior high school students. The research was conducted in May 2017-December 2017. Physical activity of adolescent girls was measured by General Practice Physical Activity Questionnaire (GPPAQ) while PMS degree was measured by Shortened Premenstrual Assessment Form (SPAF).

Result: The result of statistical analysis with Chi-Square shows that there was no significant correlation between over weight (BMI) and Physical Activity variable toward PMS ($P > 0.05$). There is a significant relationship between class variables with the degree of PMS ($P = 0.004$). Multivariate test result with logistic regression was found that class variable was the most influential variable to PMS degree ($P = 0,12$; OR: 14,786).

Conclusion: variable over weight and Physical Activity have no significant relation on the degree of PMS in adolescent girls SMAN 11 Yogyakarta.

Keywords: Premenstrual syndrome, Young women, Activity, BMI