

# HUBUNGAN STATUS GIZI REMAJA PUTRI DENGAN KEJADIAN PREMENSTRUAL SYNDROM DI SMPN 3 KASIHAN

Novia Rahmah Anugrah<sup>1</sup>, Budi Rahayu<sup>2</sup>  
Email : noviarah27@gmail.com

## INTISARI

**Latar Belakang:** Remaja membutuhkan kebutuhan gizi dibandingkan dengan masa anak-anak. Apabila hal ini diabaikan maka dampaknya akan terjadi keluhan yang menimbulkan rasa ketidaknyamanan selama siklus haid. Periode menstruasi pada sebagian remaja putri mengakibatkan berbagai permasalahan, mulai dari adanya gangguan belajar, ketidakhadiran selama sekolah ataupun terjadinya premenstrual syndrome atau yang lebih dikenal dengan PMS

**Tujuan:** Untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian premenstrual syndrome pada remaja putri di SMPN 3 Kasihan Yogyakarta.

**Metode Penelitian:** Jenis penelitian ini adalah penelitian Korelasi Kuantitatif. Populasi dan sampel penelitian ini adalah seluruh siswa kelas VII SMPN 3 Kasihan Sebanyak 41 orang. Data diambil dengan menggunakan kuesioner kemudian di analisa dengan menggunakan analisis chi square dengan tingkat kepercayaan  $\alpha = 0,05$ .

**Hasil:** Status gizi responden diperoleh gambaran bahwa mayoritas responden yang memiliki status gizi gemuk yaitu 22 orang (53,6 %) , obesitas 6 orang (14,7%). mengalami PMS yaitu sebanyak 32 siswi (78%) dan tidak PMS sebanyak 9 siswi (22%) Hasil penelitian menunjukkan ada hubungan antara status gizi dengan kejadian premenstrual syndrome dimana nilai P value sebesar 0,001. Hasil P value lebih kecil dari 0,05 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian premenstrual syndrome.

**Kesimpulan:** Ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian premenstrual syndrome. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi referensi untuk dijadikan bahan pengembangan penelitian selanjutnya.

**Kata Kunci :** Status Gizi, Premenstrual Syndrome, Remaja Putri

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi Kebidanan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Program Studi Kebidanan Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

# THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS OF ADOLESCENT GIRLS AND THE INCIDENCE OF PREMENSTRUAL SYNDROME IN SMPN 3 KASIHAN

Novia Rahmah Anugrah<sup>1</sup>, Budi Rahayu<sup>2</sup>  
Email : noviarah2711@gmail.com

## ABSTRACT

**Background:** Adolescents need nutritional needs compared to childhood. If this is ignored, the impact will be complaints that cause discomfort during the menstrual cycle. Menstrual periods in some adolescent girls cause various problems, ranging from learning disorders, absenteeism during school or the occurrence of premenstrual syndrome or better known as PMS.

**Objective:** To determine the relationship between nutritional status and the incidence of premenstrual syndrome in adolescent girls at SMPN 3 Kasihan Yogyakarta.

**Research Methods:** This type of research is Quantitative Correlation research. The population and sample of this study were all grade VII students of SMPN 3 Kasihan as many as 41 people. Data was taken using questionnaires and then analyzed using square analysis with a confidence level of  $\alpha = 0.05$ .

**Results:** The nutritional status of the respondents obtained a picture of pomfret the majority of respondents who had a nutritional status of obesity, namely 22 people (53.6%), obesity 6 people (14.7%) experiencing PMS as many as 32 students (78%) and not PMS as many as 9 students (22%). The results showed a relationship between nutritional status and the incidence of premenstrual syndrome where the P value was 0.001. The P value result is smaller than 0.05 which means that there is a significant relationship between nutritional status and the incidence of premenstrual syndrome.

**Conclusions:** A significant association between nutritional status and the incidence of premenstrual syndrome. The results of this research are expected to be a reference to be used as material for further research development.

**Keywords :** Nutritional Status, Premenstrual Syndrome, Young Women

---

<sup>1</sup> Student of Midwifery Study Program, Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Lecturers of Midwifery Study Program, Universitas Jendral Achmad Yani Yogyakarta