

**HUBUNGAN *SUGAR-SWEETENED BEVERAGES*
DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN *PREMENSTRUAL SYNDROME*
PADA SISWI SMAN 1 CIKARANG SELATAN**

**JESICCA DINANDA
I1011181061**

SKRIPSI



**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
PONTIANAK
2023**

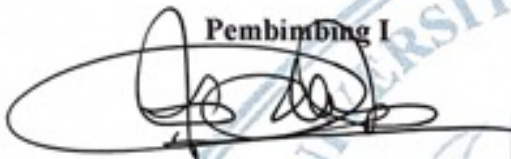
LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN *SUGAR-SWEETENED BEVERAGES* DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN *PREMENSTRUAL* *SYNDROME* PADA SISWI SMAN 1 CIKARANG SELATAN

Tanggung Jawab Yuridis Material Pada
JESICCA DINANDA
11011181061

Disetujui oleh :

Pembimbing I



dr. Emika Prastyan Sp. OG

Pembimbing II



Dr. Agustina Arundina T.T, S.Gz., RD., MPH
NIP. 19790826200812100

Penguji I



Dr. dr. Tri Wahyudi, Sp. OG (K)
NIP. 196410231991021001

Penguji II



dr. Abror Irsan, MMR
NIP. 198511112010121004

Mengetahui,

Plt. Dekan Fakultas Kedokteran
Universitas Tanjungpura



dr. Ita Armiyanti, M.Pd.Ked.
NIP. 198110042008012011

SURAT KEPUTUSAN

**DEKAN FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS TANJUNGPURA
NOMOR 3547/UN22.9/TD.06/2022**

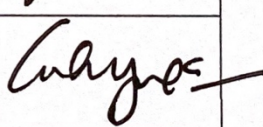
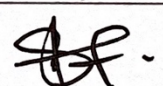
Tentang:

Penetapan Dosen Penguji Tugas Akhir (Skripsi) Mahasiswa Program Studi
Kedokteran Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura

Atas Nama: Jesicca Dinanda /I1011181061

Tanggal: 17 Maret 2023

TIM PENGUJI SKRIPSI

JABATAN	NAMA	GOL	TANDA TANGAN
1. KETUA	dr. Emika Prastyan Sp. OG NIP. -		
2. SEKRETARIS	Dr. Agustina Arundina Triharja Tejoyuwono, S.Gz., RD., MPH NIP. 198208032009122003	III/c	
3. PENGUJI 1	dr. Tri Wahyudi Sp. OG (K) NIP. 196410231991021001	IV/c	
4. PENGUJI II	dr. Abror Irsan, MMR NIP. 198511112010121004	III/b	

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur penulis panjatkan atas kehadiran Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah memberikan rahmat dan karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan *Sugar-Sweetened Beverages* dan Status Gizi Dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* pada Siswi SMAN 1 Cikarang Selatan” sebagai syarat untuk memperoleh gelar Sarjana Kedokteran.

Penulisan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan, dukungan, bimbingan, serta do'a dari banyak pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terima kasih kepada:

1. dr. Muhammad Asroruddin, Sp.M. selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.
2. Dr. dr. Ery Hermawati, M.Sc. selaku Ketua Jurusan Kedokteran Universitas Tanjungpura.
3. dr. Delima Fajar Liana, Sp.MK. selaku Ketua Program Studi Kedokteran Universitas Tanjungpura.
4. dr. Emika Prastyan, Sp.OG. selaku pembimbing pertama yang telah memberikan ilmu, bimbingan, dukungan, motivasi, serta saran sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan baik.
5. Dr. Agustina Arundina T.T, S.Gz., RD., MPH. selaku pembimbing kedua yang telah memberikan ilmu, bimbingan, evaluasi dan motivasi yang membuat penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan lebih baik.
6. Dr. dr. Tri Wahyudi, Sp.OG (K). selaku penguji pertama yang telah memberikan masukan dan saran dalam isi dan materi skripsi ini sehingga skripsi dapat diselesaikan dengan lebih baik.
7. dr. Abror Irsan, MMR. selaku penguji kedua yang juga telah memberikan masukan dan saran dalam isi dan materi skripsi ini sehingga skripsi ini dapat diselesaikan dengan lebih baik.

8. Segenap staf pengajar dan administrasi Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura yang telah memberikan ilmu dan bantuannya selama penyusunan skripsi ini.
9. Orang tua penulis, Ibu Lena SE, yang telah membesarkan, menyayangi dan mendidik penulis dengan penuh kasih sayang hingga saat ini
10. Saudara-saudara penulis, Ridho dan Ridwan, serta segenap keluarga yang terus memberikan dukungan serta doanya agar penelitian dan penulisan skripsi ini berjalan lancar.
11. Teman seperjuangan dalam penelitian ini, Gloria, Verina, Metta yang selalu saling mendukung dan membantu selama penelitian dan penulisan skripsi ini.
12. Sahabat-sahabat penulis, Syila, Thalita, Tika, Stefy, Lia, Rifa, Delvy yang terus menemani, memberi dukungan serta selalu bersedia membantu penulis dalam penyelesaian skripsi ini.
13. Teman-teman penulis, Nailah, Aura, Yuri, Billy, Aqil, Aini, Bang Valdo dan teman-teman angkatan 2018 yang senantiasa memberi dukungan serta do'a selama penyusunan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Penulis mengharapkan kritik dan saran untuk menjadikan skripsi ini lebih baik. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi penulis pribadi, bagi masyarakat, serta bagi bidang kedokteran pada khususnya.

Pontianak, Maret 2023

Penulis

Jesicca Dinanda

**HUBUNGAN *SUGAR-SWEETENED BEVERAGES* DAN STATUS GIZI
DENGAN KEJADIAN *PREMENSTRUAL SYNDROME*
PADA SISWI SMAN 1 CIKARANG SELATAN**

Jesicca Dinanda¹, Emika Prastyan², Agustina Arundina³

INTISARI

Latar Belakang: *Premenstrual Syndrome* adalah kumpulan gejala siklik 5-10 hari sebelum menstruasi yang terjadi secara teratur pada masa usia reproduksi. Keadaan status gizi dan konsumsi *Sugar Sweetened Beverages* berlebih menjelang menstruasi dapat meningkatkan risiko gejala *Premenstrual Syndrome*. Kadar gula darah yang tinggi memegang peran dalam aktivitas neurotransmitter. Terjadinya abnormalitas pada neurotransmitter pusat berdampak memperberat gejala-gejala *Premenstrual Syndrome* dan mempengaruhi produktivitas siswi. **Tujuan:** Mengetahui hubungan antara *Sugar Sweetened Beverages* dengan kejadian *Premenstrual Syndrome* pada siswi SMAN 1 Cikarang Selatan tahun 2022. **Metode:** Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan metode studi analitik jenis potong lintang (*cross-sectional*) dengan metode *simple random sampling*. Jumlah subjek penelitian ini sebanyak 256 orang siswi SMAN 1 Cikarang Selatan kelas X, XI, dan XII. **Hasil:** Hasil tingkat konsumsi *Sugar Sweetened Beverages* terbanyak adalah responden dengan tingkat konsumsi sering (52,3%) dan tingkat *Premenstrual Syndrome* terbanyak adalah responden dengan tingkat sedang (35,1%) **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara *Sugar Sweetened Beverages* dengan kejadian *Premenstrual Syndrome* dan tidak terdapat hubungan status gizi dengan kejadian *Premenstrual Syndrome* pada siswi SMAN 1 Cikarang Selatan.

Kata Kunci: *Sugar Sweetened Beverages*, *Premenstrual Syndrome*, Status Gizi

-
- 1) Program Studi Kedokteran, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura, Kalimantan Barat
 - 2) Departemen Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura, Kalimantan Barat
 - 3) Departemen Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Tanjungpura, Kalimantan Barat

**THE RELATIONSHIP BETWEEN SUGAR SWEETENED BEVERAGES AND
NUTRITIONAL STATUS WITH PREMENSTRUAL SYNDROME AMONG
FEMALE STUDENTS OF SMAN 1 CIKARANG SELATAN**

Jesicca Dinanda¹, Emika Prastyana², Agustina Arundina³

ABSTRACT

Background : Premenstrual Syndrome is a collection of cyclic symptoms 5-10 days before menstruation that occur regularly during the reproductive age. State of nutritional status and consumption Sugar Sweetened Beverages excess before menstruation can increase the risk of Premenstrual Syndrome symptoms. High blood sugar levels play a role in neurotransmitter activity. The occurrence of abnormalities in the central neurotransmitter impact aggravating the Premenstrual Syndrome symptoms and affect student productivity. **Purpose :** To determine the relationship between Sugar Sweetened Beverages with the Premenstrual Syndrome incident of SMAN 1 Cikarang Selatan students in 2022. **Method :** This research is a quantitative study with cross-sectional analytic study methods (cross-sectional) by simple random sampling method. The number of subjects in this study were 256 students of SMAN 1 Cikarang Selatan grades X, XI and XII. **Results :** The result of the highest Sugar Sweetened Beverages Consumption rate were respondents with frequent consumption levels (52.3%) and the highest result of Premenstrual Syndrome levels were respondents with a moderate level (35.1%) **Conclusion :** There is a relationship between Sugar Sweetened Beverages with the Premenstrual Syndrome and there is no relationship between nutritional status with the Premenstrual Syndrome of SMAN 1 Cikarang Selatan students.

Keyword : Sugar-Sweetened Beverages, Premenstrual Syndrome, Nutritional status

1) Medical Education, Faculty of Medicine, Tanjungpura University, West Borneo

2) Department of Obstetrics and Gynecology, Faculty of Medicine, Tanjungpura University, West Borneo

3) Department of Nutrition, Faculty of Medicine, Tanjungpura University, West Borneo

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
SURAT KEPUTUSAN.....	iii
KATA PENGANTAR.....	iv
INTISARI.....	v
ABSTRACT	vi
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR SINGKATAN.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	3
1.4 Manfaat Penelitian	4
1.5 Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1. Menstruasi	7
2.1.1. Definisi.....	7
2.1.2. Siklus.....	7
2.2. <i>Premenstrual Syndrome</i>	7
2.2.1 Definisi.....	7
2.2.2 Etiologi.....	8
2.2.3 Patofisiologi	9

2.2.4	Manifestasi Klinis	11
2.2.5	Klasifikasi	11
2.2.6	Faktor Resiko	12
2.2.7	Tatalaksana	14
2.2.8	Pencegahan	15
2.3.	<i>Sugar-Sweetened Beverages</i>	18
2.4.	Status Gizi	18
2.4.1.	Definisi.....	18
2.4.2.	Pengukuran dan Kategori Status Gizi	19
2.4.3.	Prinsip Gizi Seimbang	20
2.5.	Asupan Gula Harian.....	21
2.6.	Hubungan <i>Sugar-Sweetened Beverages</i> dan <i>Premenstrual Syndrome</i>	22
2.7.	Hubungan Status Gizi dan <i>Premenstrual Syndrome</i>	23
2.8.	Kerangka Teori Penelitian.....	25
2.9.	Kerangka Konsep Penelitian.....	26
2.10.	Hipotesis.....	26
BAB III	METODOLOGI PENELITIAN	27
3.1	Desain Penelitian.....	27
3.2	Tempat dan Waktu Penelitian	27
3.3	Jadwal Penelitian.....	27
3.4	Populasi dan Sampel Penelitian	28
3.5	Besar Sampel dan Cara Pengambilan Sampel.....	28
3.6	Kriteria Inklusi dan Eksklusi	30
3.7	Variabel Penelitian	31
3.8	Definisi Operasional Penelitian.....	31
3.9	Instrumen Penelitian.....	33
3.10	Uji Instrumen Penelitian.....	35
3.10.1	Uji Validitas Kuesioner	35
3.11	Jenis Data	36
3.11.1	Data Primer	36
3.11.2	Data Sekunder	36

3.12 Metode Pengumpulan Data	37
3.13 Pengolahan Data.....	37
3.14 Teknik Analisis Data.....	38
3.14.1 Analisis Univariat.....	38
3.14.2 Analisis Bivariat.....	38
3.14.3 Analisis Multivariat.....	39
3.15 Alur Penelitian	39
3.16 Etika Penelitian	40
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	41
4.2 Pembahasan.....	48
4.2.1 Analisis Univariat	48
4.2.2 Analisis Bivariat	54
4.2.2.2 Hubungan Antara <i>Sugar Sweetened Beverages</i> dengan Premenstrual Syndrome	54
4.2.2.2 Hubungan Antara Status Gizi dengan <i>Premenstrual Syndrome</i>	58
4.2.2.2 Hubungan Antara Usia Responden dengan Premenstrual Syndrome...	60
4.2.2.2 Hubungan Antara Usia Menarche dan <i>Premenstrual Syndrome</i>	61
4.2.2.2 Hubungan Antara Lama Menstruasi dengan <i>Premenstrual Syndrome</i>	63
4.2.2.2 Hubungan Antara Siklus Menstruasi dengan <i>Premenstrual Syndrome</i> ...	64
4.3 Keterbatasan Penelitian	66
BAB V KESIMPULAN.....	67
DAFTAR PUSTAKA	69
LAMPIRAN.....	78

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Tatalaksana <i>Premenstrual Syndrome</i>	13
Gambar 2. 2 Tumpeng Gizi Seimbang.....	18
Gambar 2. 3 Kerangka Teori Penelitian.....	26
Gambar 2. 4 Kerangka Konsep Penelitian.....	23
Gambar 3. 1 Alur Penelitian	35
Gambar 4. 1 Hubungan SSB dengan PMS.....	56

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	5
Tabel 2. 1 Kategori Indeks Massa Tubuh	17
Tabel 3. 1 Jadwal Penelitian.....	25
Tabel 3. 2 Definisi Operasional Penelitian.....	29
Tabel 3.3 Kandungan Gula pada Minuman Kemasan.....	36

DAFTAR SINGKATAN

PMS	: <i>Premenstrual Syndrome</i>
SSB	: <i>Sugar-Sweetened Beverages</i>
WHO	: <i>World Health Organization</i>
CDC	: <i>Centers for Disease Control and Prevention</i>
ACOG	: <i>American College Obstetricians and Gynecologists</i>
IMT	: Indeks Massa Tubuh
GABA	: <i>Gamma Aminobutyric Acid</i>
SPSS	: <i>Statistical Product and Service Solution</i>
FFQ	: <i>Food Frequently Questionnaire</i>
HPA	: <i>Hypothalamic Pituitary Adrenal</i>
SSRI	: <i>Selective Serotonin Reuptake Inhibitor</i>
PET	: <i>Positron Emission Tomography</i>

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Informasi Penelitian	37
Lampiran 2. Lembar <i>Informed Consent</i>	39
Lampiran 3. Lembar Karakteristik Responden.....	40
Lampiran 4. Kuesioner FFQ <i>Sugar-Sweetened Beverages</i>	42
Lampiran 5. Kuesioner <i>Shortened Premenstrual Assesment Form</i>	44