

## RINGKASAN

Universitas Muslim Indonesia  
Fakultas Kesehatan Masyarakat  
Program Studi Kesehatan Masyarakat  
Peminatan Epidemiologi  
Skripsi, Agustus 2024

Jumriani Arianti  
14120190255

### “Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian *Premenstrual Syndrome* (PMS) Pada Remaja Putri Di SMAN 6 Bone”

(Dibimbing oleh Muhammad Ikhtiar dan Masriadi)  
(xvi + 126 halaman + 14 tabel + 11 lampiran)

*Premenstrual syndrome* merupakan kumpulan gejala fisik, psikologis dan perubahan perilaku yang terjadi menjelang ataupun sepanjang masa menstruasi. *World Health Organization (WHO)* menunjukkan bahwa kejadian *PMS* relatif tinggi, mencakup 75% wanita usia subur di seluruh dunia. Prevalensi *premenstrual syndrome* di Indonesia semakin meningkat dan sekitar 80% wanita usia remaja mengalami gejala *premenstrual syndrome*. Gejala *PMS* yang dialami para remaja sekolah dapat berdampak pada aktivitas sekolah yaitu 46,5% menjadi kurang konsentrasi, 48,8% motivasi berkurang, 48,8% prestasi kerja buruk, 38,4% bekerja tim terganggu, dan 8,1% tidak masuk sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor yang berhubungan dengan kejadian *premenstrual syndrome* pada remaja putri di SMAN 6 Bone.

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross Sectional Study*. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMAN 6 Bone. teknik pengambilan sampel yaitu menggunakan metode *stratified random sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 196 siswi. Metode analisis data menggunakan analisis univariat, bivariat dan multivariat.

Hasil penelitian diperoleh bahwa ada hubungan asupan vitamin D dengan kejadian *premenstrual syndrome* yaitu  $p\text{ value} = 0,013$  ( $p < 0,05$ ), ada hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *premenstrual syndrome* yaitu  $p\text{ value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), ada hubungan kualitas tidur dengan kejadian *premenstrual syndrome* yaitu  $p\text{ value} = 0,003$  ( $p < 0,05$ ) sedangkan riwayat keluarga tidak ada hubungan dengan kejadian *premenstrual syndrome* yaitu  $p\text{ value} = 0,240$  ( $p > 0,05$ ). Variabel yang memiliki hubungan paling besar atau dominan terhadap kejadian *premenstrual syndrome* yaitu

aktivitas fisik dengan hasil *standardized coefficients* Beta 0,267 lebih besar dari variabel lain.

Dari hasil penelitian ini, disarankan bagi remaja putri agar menerapkan pola hidup sehat seperti mengkonsumsi makanan sehat yang banyak mengandung vitamin seperti vitamin D dll, meningkatkan aktivitas fisik dengan aktif bergerak seperti rajin berolahraga dan juga menjaga kualitas tidur agar tetap baik.

**Daftar Pustaka : 105 (2015-2024)**

**Kata Kunci : Premenstrual Syndrome (PMS), Remaja Putri, Asupan Vitamin D, Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur, Riwayat Keluarga**