

ABSTRAK

Premenstrual syndrome merupakan kumpulan gejala gejala fisik yang biasanya terjadi sebelum menstruasi dan dapat mengganggu aktifitas sehari-hari. *Premenstrual syndrome* sering terjadi pada wanita usia produktif. Salah satu faktor resiko *premenstrual syndrome* adalah aktifitas fisik dan indeks massa tubuh. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktifitas fisik dan indeks massa tubuh terhadap *premenstrual syndrome* pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UNISBA tahun ajaran 2014/2015.

Penelitian ini merupakan penelitian analitik dengan metode *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik *proposional random sampling*, dengan sampel sebanyak 81 orang. Instrumen yang digunakan berupa kuesioner. Pengujian hubungan aktifitas fisik dan indeks massa tubuh terhadap *premenstrual syndrome* menggunakan uji *chi-square*.

Dari 81 responden didapatkan 38 orang mengalami *premenstrual syndrome* dan 43 orang tidak mengalami *premenstrual syndrome*. Mahasiswi dengan aktifitas aktif sebanyak 27 orang dan inaktif 54 orang. Indeks massa tubuh pada mahasiswa di temukan 63 orang normal, 13 orang berlebih dan 5 orang obes. Hasil dari penelitian ini menunjukan tidak ada hubungan antara aktifitas fisik dan indeks massa tubuh terhadap *premenstrual syndrome* pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UNISBA tahun ajaran 2014/2015 dengan *p value* > 0.05 , aktifitas fisik (0.093) dan indeks massa tubuh (0.467).

Kesimpulan dari penelitian ini tidak ada hubungan antara aktifitas fisik dan indeks massa tubuh terhadap *premenstrual syndrome* pada mahasiswi Fakultas Kedokteran UNISBA tahun ajaran 2014/2015.

Kata kunci : aktifitas fisik, indeks massa tubuh, *premenstrual syndrome*.

ABSTRACT

Premenstrual Syndrome is characterized by emotional and physical symptoms that consistently occur during the luteal phase of the menstrual cycle and can interfere with daily activities. Premenstrual syndrome is a common cyclic disorder of young and middle-aged women. The risk factors of premenstrual syndrome including physical activity and body mass index. The aim of this study is to determine the relationship of physical activity and body mass index against premenstrual syndrome on the students of the Faculty of Medicine UNISBA.

The study was an observational analytic research with a cross sectional design. The sampling technique was proportional random sampling, enrolling 81 of subjects. The bivariate analysis chi-square test was used to find out the relationship between the physical activity and body mass index against premenstrual syndrome.

From 81 respondents was found 38 people experiencing premenstrual syndrome and 43 people do not experience premenstrual syndrome. Students with active activity is 27 people and inactive 54 people. Body mass index was measured, students with normal BMI is 63 people, 13 people was overweight, and only 5 people who had obese BMI.

The results of the study showed there's no association between physical activity and body mass index against premenstrual syndrome on the students of the Faculty of Medicine UNISBA with P value > 0.05 , physical activity (0.093) and body mass index (0.467).

Keywords: body mass index, physical activity, premenstrual syndrome.