

## BAB IV

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### 4.1 Hasil Penelitian

Berikut ini adalah hasil penelitian mengenai hubungan aktifitas fisik dan indeks massa tubuh dengan *premenstrual syndrome* pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Islam Bandung (FK UNISBA) tahun ajaran 2014/2015. Penelitian telah dilakukan di FK UNISBA dengan responden penelitian adalah seluruh mahasiswi FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015. Responden penelitian ini adalah mahasiswi FK UNISBA dan bersedia mengikuti penelitian.

Responden yang sesuai dengan kriteria inklusi berjumlah 81 orang. Pemilihan responden penelitian dilakukan dengan pengisian kuesioner . Pada kuesioner tersebut terdapat beberapa pertanyaan yang hasilnya membedakan responden mengalami *premenstrual syndorme* atau tidak. Responden diberikan kuesioner untuk menilai tingkat aktifitas fisik dan indeks massa tubuh.

##### 4.1.1 Karakteristik Responden Penelitian

Jumlah responden penelitian ini adalah 81 orang mahasiswi di FK UNISBA yang sudah sesuai dengan kriteria inklusi.

#### 4.1.1.1 Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Usia

**Tabel 4.1 Karakteristik Responden Penelitian Berdasarkan Usia**

Usia (tahun)	Frekuensi (orang)	Presentase (%)
18	25	30.9
19	29	35.8
20	10	12.3
21	8	9.9
22	9	11.1
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100.0</b>

Sumber: data primer

Dari tabel 4.1 dapat diketahui bahwa dari 81 responden terdapat persebaran responden terbanyak dengan usia 19 tahun (35.8%), dilanjutkan dengan usia 18 tahun 25 orang (30.9%), usia 20 tahun 10 orang (12.3%), usia 22 tahun 8 orang (11.1%) dan usia 21 tahun 8 orang (9.9%).

#### 4.1.1.2 Karakteristik Responden Penelitian berdasarkan Aktifitas Fisik

**Tabel 4.2 Karakteristik Responden Penelitian berdasarkan Aktifitas Fisik**

Aktisitas Fisik	Frekuensi (orang)	Presentase (%)
Aktif	27	33.3
Inaktif	54	66.7
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100.0</b>

Sumber: data primer

Dari tabel 4.2 membahas mengenai karakteristik responden berdasarkan aktifitas fisik pada mahasiswi FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015. Pada penelitian ini kategori aktivitas fisik dibagi menjadi dua yaitu aktif apabila beraktivitas paling sedikit 3 kali seminggu dengan durasi minimal 20 menit dan inaktif apabila beraktivitas kurang dari tiga kali seminggu dengan durasi kurang dari 20 menit. Dari tabel tersebut terdapat 81 responden dan di ketahui bahwa

responden yang aktif beraktivitas berjumlah 27 orang(33.3%) lebih sedikit dibandingkan dengan inaktif berjumlah 54 orang (66.7%).

#### 4.1.1.3 Karakteristik Responden Penelitian berdasarkan IMT

**Tabel 4.3 Karakteristik Responden Penelitian berdasarkan IMT**

<b>Indeks Massa Tubuh</b>	<b>Frekuensi (orang)</b>	<b>Presentase (%)</b>
Normal	63	77.8
Berat berlebih	13	16.0
Obes	5	6.2
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100.0</b>

Sumber : data primer

Dari tabel 4.3 membahas mengenai karakteristik responden berdasarkan indeks massa tubuh pada mahasiswi FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015. Pada penelitian ini IMT dibagi menjadi tiga kategori yaitu normal 18-24, berat berlebih 25-29, dan obes >30. Dari tabel tersebut terdapat 81 responden terdapat persebaran responden terbanyak yaitu dengan status IMT normal berjumlah 63 orang(77.8%) dilanjutkan dengan status IMT berat berlebih 13 orang (16.0%) dan status IMT obes dengan jumlah 5 orang (6.2%).

#### 4.1.1.4 Karakteristik Responden Penelitian berdasarkan PMS

**Tabel 4.4 Karakteristik Responden Penelitian berdasarkan PMS**

<i>Premenstrual syndrome</i>	<b>Frekuensi (orang)</b>	<b>Presentase(%)</b>
Ya	38	46.9
Tidak	43	53.1
<b>Total</b>	<b>81</b>	<b>100.0</b>

Sumber: data primer

Dari tabel 4.4 membahas mengenai karakteristik responden berdasarkan indeks massa tubuh pada mahasiswi FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015. Pada penelitian ini *premenstrual syndrome* di bagi menjadi dua kategori yaitu yang mengalami *premenstrual syndrome* dan yang tidak mengalami *premenstrual syndrome*. Dari hasil penelitian ditemukan 38 orang (46.9%) mengalami *premenstrual syndrome* dan 43 orang (53.1%) yang tidak mengalami *premenstrual syndrome*.

#### 4.1.1.5 Hubungan antara Aktifitas Fisik dengan *Premenstrual Syndrome*

**Tabel 4.5 Hubungan antara Aktifitas Fisik dengan *Premenstrual Syndrome***

Aktifitas Fisik	Premenstrual syndrome				Total	%
	Ya	%	Tidak	%		
Aktif	7	25.9	20	74.1	27	100.0
Inaktif	26	48.1	28	51.9	54	100.0
<i>p value = 0.93</i>						

Sumber: data primer

Berdasarkan hasil tabel 4.5 dapat diketahui bahwa aktivitas fisik pada mahasiswi yang mengalami *premenstrual syndrome* di FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015 terlihat bahwa mahasiswi yang aktif terdapat 7 orang (25.9%) yang tidak mengalami *premenstrual syndrome* dan yang mengalami *premenstrual syndrome* sebanyak 20 orang (74.1%). Pada mahasiswi inaktif ditemukan 26 orang (48.1%) mengalami tidak *premenstrual syndrome* dan 28 orang (51.9%) yang mengalami *premenstrual syndrome*.

Dari tabel tersebut dapat diperhatikan bahwa mahasiswi dengan aktifitas fisik yang aktif dan mengalami *premenstrual syndrome* berjumlah 8 orang dan 20 orang tidak mengalami *premenstrual syndrome* . Sedangkan pada mahasiswi

dengan aktifitas fisik inaktif yaitu sebanyak 58 orang dengan 26 orang mengalami *premenstrual syndrome* sedangkan yang tidak mengalami *premenstrual syndrome* berjumlah 28 orang dengan kata lain aktifitas fisik inaktif tidak mengalami gejala *premenstrual syndrome*. Disimpulkan *premenstrual syndrome* banyak terjadi pada mahasiswi yang inaktif. Hal itu di perkuat dengan hasil analisis data statistik berdasarkan uji *chi-square* mengenai hubungan antara aktifitas fisik dengan *premenstrual syndrome* diperoleh dengan nilai *p value* = 0.93. Karna nilai *p value* > 0.05 maka dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan *premenstrual syndrome*.

#### 4.1.1.6 Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan *Premenstrual Syndrome*

**Tabel 4.6 Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan *Premenstrual Syndrome***

IMT	<i>Premenstrual syndrome</i>				Total	%
	Ya	%	Tidak	%		
Normal	31	49.2	32	50.8	63	100
Berlebih	4	30,8	9	69.2	13	100
<b><i>p value</i> = 0.467 &gt; 0.05</b>						

Hasil dari tabel 4.6 dapat diketahui bahwa kategori IMT pada mahasiswi yang mengalami *premenstrual syndrome* di FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015 memperlihatkan hubungan antara kategori IMT dengan *premenstual syndrome*. Dari tabel tersebut di dapatkan mahasiswi dengan IMT normal berjumlah 31 orang (49.2%) mengalami *premenstrual syndrome* dan 32 orang (50.8%) tidak mengalami *premenstrual syndrome*. Sedangkan mahasiswi yang memiliki IMT berlebih yang mengalami *premenstrual syndrome* sebanyak 4 orang (30.8%) dan yang tidak sebanyak 9 orang (69.2%).

Berdasarkan hasil analitik statistik dengan uji *chi-square* mengenai hubungan IMT dengan *premenstrual syndrome* diperoleh nilai *P value*  $> 0.05$  maka dapat di simpulkan tidak terdapat hubungan antara IMT dengan *premenstrual syndrome*.

#### 4.2 Pengujian Hipotesis

1. Hipotesis penelitian : Tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan *premenstrual syndrome* pada mahasiswi FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015

Hasil yang menunjang : tidak ada

Hasil yang tidak menunjang : tabel 4.5

Kesimpulan : Hipotesis diterima

2. Hipotesis penelitian : Tidak terdapat hubungan antara Indeks Massa Tubuh dengan *premenstrual syndrome* pada mahasiswi FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015

Hasil yang menunjang : tidak ada

Hasil yang tidak menunjang : tabel 4.6

Kesimpulan : Hipotesis diterima

#### 4.3 Pembahasan

Hasil penelitian responden sebanyak 81 orang diemukan mahasiswi yang mengalami *premenstrual syndrome* di FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015 sebanyak 38 orang sedikit dibandingkan dengan yang tidak mengalami

*premenstrual syndrome* sebanyak 48 orang . Dari hasil penelitian pada tabel 4.1 dapat diketahui usia responden sekitar 18-22 tahun dengan persebaran terbanyak pada usia 19 tahun dan persebaran terkecil berusia 22 tahun. *Premenstrual syndrome* terjadi pada wanita berusia reproduktif dengan rentang usia 20 sampai 40 tahun. Dari hasil penelitian sebelumnya di temukan bahwa *premenstrual syndrome* sering terjadi pada wanita dengan usia 26 tahun<sup>29</sup>.

Secara tidak langsung *premenstrual syndrome* dapat mengganggu kegiatan sehari-hari wanita. Pada saat fase luteal kadar endorfin menjadi rendah dan dapat menimbulkan gejala-gejala emosional *premenstrual syndrome*. Salah satu terapi dari *premenstrual syndrome* yaitu dengan beraktivitas fisik dimana aktifitas fisik dapat meningkatkan kadar endorfn dalam tubuh sehingga dapat meringankan gejala *premenstrual syndrome*<sup>7</sup>. Aktifitas fisik juga dapat menurunkan kadar estrogen dengan memengaruhi neurotransmitter yang meregulasi mood dan perilaku, seperti serotonin dan *Gamma Amino Butyric Acid (GABA)* yang terpengaruhi oleh kadar estrogen saat fase luteal<sup>28</sup>. Dengan kata lain semakin aktif wanita berktifitas semakin rendah gejala *premenstrual syndrome* yang dirasakan.

Pada hasil penelitian pada mahasiwi FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015 ditemukan mahasiswi yang aktif beraktitas sebanyak 27 orang dengan yang mengalami *premenstrual syndrome* hanya 7 orang dan 20 orang tidak mengalami *premenstrual syndrome*. Mahasiswi yang inaktif ditemukan 26 orang mengalami *premenstrual syndrome* dan 28 orang tidak mengalami *premenstrual syndrome*. Dari hasil tersebut menggambarkan tidak adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan *premenstrual syndrome* dan di buktikan dengan analisis statistik dengan uji *chi-square* dimana mendapatkan hasil *p value* > 0.05 maka dapat disimpulkan

bahwa tidak terdapat hubungan aktivitas fisik dengan *premenstrual syndrome* tidak sesuai dengan teori. Hasil penelitian ini sama dengan penelitian Kroll dan Aimee yang dilakukan pada 186 mahasiswi Universitas Massachusetts di Amerika Serikat pada tahun 2014<sup>29</sup>. Pada penelitian jumlah responden sedikit sehingga tidak mendapatkan hasil yang diinginkan dan juga penelitian ini menggunakan kuesioner yang diisi oleh responden secara subjektif sehingga jawaban yang dapat mempengaruhi hasil penelitian.

Indeks massa tubuh yang lebih dari normal merupakan salah satu faktor resiko terjadinya *premenstrual syndrome*. Wanita dengan IMT yang berlebih memproduksi lebih banyak estrogen sehingga mencetus terjadinya gejala *premenstrual syndrome* karena bahan dasar pembuat hormon merupakan kolesterol. Kolesterol dirangsang oleh LH akan diubah menjadi androgen di dalam sel teka. Kemudian androgen akan berubah menjadi estrogen<sup>11</sup>. Pada penelitian Masho pada tahun 2005 yang dilakukan di Virginia menunjukkan wanita dengan IMT obese beresiko 3 kali lipat mengalami *premenstrual syndrome* dari pada wanita non obes<sup>8</sup>.

Dari hasil penelitian mahasiswi yang mengalami *premenstrual syndrome* di FK UNISBA dengan IMT normal sebanyak 31 orang dan yang tidak mengalami *premenstrual syndrome* 32 orang. Sedangkan mahasiswi dengan IMT berlebih ditemukan yang mengalami *premenstrual syndrome* hanya 4 orang dan yang tidak mengalami *premenstrual syndrome* sebanyak 9 orang.

Hasil tersebut tidak menggambarkan keterkaitan antara IMT dengan *premenstrual syndrome*, karena responden dengan IMT berlebih yang mengalami



*premenstrual syndrome* berjumlah sedikit dibandingkan dengan responden dengan IMT normal yang mengalami *premenstrual syndrome*.

Sedangkan pada penelitian sebelumnya memiliki jumlah responden dengan obesitas lebih besar sehingga pada penelitian ini perbedaan indeks massa tubuh dengan *premenstrual syndrome* tidak signifikan. Berdasarkan hasil analisis statistik uji *chi-square* mengenai hubungan IMT dengan *premenstrual syndrome* diperoleh nilai *p value* = 0,467, karena nilai *p value* > 0,05 maka dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan antara IMT dengan *premenstrual syndrome*.

#### **4.4 Keterbatasan Penelitian**

Penelitian mengenai hubungan indeks massa tubuh dan aktifitas fisik dengan *premenstrual syndrome* pada mahasiswi FK UNISBA tahun ajaran 2014/2015 mempunyai keterbatasan diantara lainya adalah :

1. Karena menggunakan rancangan *cross sectional* yaitu penelitian hanya melihat pada satu waktu saja dan tidak bisa melihat hubungan sebab akibat.
2. *Premenstrual syndrome* memiliki beberapa faktor resiko tidak hanya aktifitas fisik dan indeks massa tubuh, tetapi juga di pengaruhi oleh bebrapa faktor lainya. Dalam hal ini peneliti tidak memasukan faktor lainya sebagai variabel karena keterbatasan waktu,biaya dan pengetahuan tentang faktor resiko lainya.
3. Jumlah responden yang memiliki IMT berlebih dan obes sangat sedikit sehingga didapatkan hasil yang tidak signifikan.