



UNIVERSITAS PERTAHANAN RI

**HUBUNGAN SINDROM PREMENSTRUASI TERHADAP
EMOTIONAL EATING PADA KADET MAHASISWI S1
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PERTAHANAN REPUBLIK INDONESIA**

BRAVENDRA PUSPA DAMAYANTHIE

320210101020

**Skripsi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana**

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN
BOGOR 2025**



UNIVERSITAS PERTAHANAN RI

**HUBUNGAN SINDROM PREMENSTRUASI TERHADAP
EMOTIONAL EATING PADA KADET MAHASISWI S1
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PERTAHANAN REPUBLIK INDONESIA**

BRAVENDRA PUSPA DAMAYANTHIE

320210101020

**Skripsi yang Ditulis untuk Memenuhi Sebagian Persyaratan dalam
Mendapatkan Gelar Sarjana**

**FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI SARJANA KEDOKTERAN
BOGOR 2025**

LEMBAR PERSETUJUAN SKRIPSI

Nama : Bravendra Puspa Damayanthie
NIM : 320210101020
Program Studi : Sarjana Kedokteran
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan Sindrom Premenstruasi terhadap *Emotional Eating* Pada Kadet Mahasiswi S1 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia

Dosen Pembimbing I



dr. Rachma Hidana, M. Gz / NIDN.
0420018206

Dosen Pembimbing II



dr. Lila Irawati Tjahjo Widuri,
M.Kes., Sp.An-TI., Subsp. IC(K)
Kolonel Laut (K/W) NRP.
12434/P

Tanggal:

Tanggal:

Mengetahui,

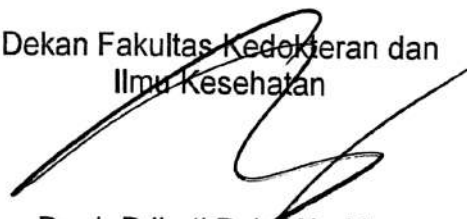
Kepala Program Studi
Sarjana Kedokteran



dr. Lila Irawati Tjahjo Widuri,
M.Kes., Sp.An-TI., Subsp. IC(K)
Kolonel Laut (K/W) NRP.
12434/P

Tanggal:

Dekan Fakultas Kedokteran dan
Ilmu Kesehatan







Dr. dr Prihati Pujo Waskito,
Sp.JP (K)., FIHA., M.M.R.S.
Mayor Jenderal TNI

Tanggal:

LEMBAR PENGESAHAN SKRIPSI

Nama : Bravendra Puspa Damayanthie
NIM : 320210101020
Program Studi : Sarjana Kedokteran
Fakultas : Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Judul Skripsi : Hubungan Sindrom Premenstruasi terhadap *Emotional Eating* Pada Kadet Mahasiswi S1 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia

No.	Nama	Tanda Tangan	Tanggal
1	Dosen Pembimbing I dr. Rachma Hidana, M.Gz / NIDN. 0420018206		17-02/ 2025
2	Dosen Pembimbing II dr. Lila Irawati Tjahjo Widuri, M.Kes., Sp.An-Tl., Subsp. IC (K) Kolonel Laut (K/W) NRP. 12434/P		17-02/ 2025
3	Dosen Penguji I dr. Nobelia Carnationi, Sp.An., CIQnR / NIP: 198104162008122002		17-02/ 25
4	Dosen Penguji II dr. Putrya Hawa, M.Biomed / NIDN. 0503018601		17-02/ 25

PERNYATAAN ORISINALITAS

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya atau bagian karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan jenjang mana pun di suatu Perguruan Tinggi; dan sepanjang sepengetahuan saya juga tidak terdapat istilah, frasa, kalimat, paragraf, subbab atau bab dari karya yang pernah ditulis atau dipublikasikan, kecuali yang secara tertulis dan disebutkan dalam Daftar Referensi.

Apabila dikemudian hari terdapat plagiat dalam skripsi ini, saya bersedia menerima sanksi berdasarkan ketentuan peraturan yang berlaku.

Bogor, 6 Februari 2025



Bravendra Puspa Damayanthie

320210101020

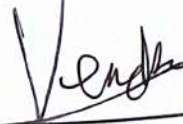
KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan penelitian ini dengan judul "Hubungan Sindrom Premenstruasi Terhadap Emotional Eating Pada Kadet Mahasiswi S1 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia". Skripsi ini disusun sebagai salah satu syarat untuk menyelesaikan studi di Program Studi S1 Kedokteran Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia. Oleh karena itu pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Dr. dr. Prihati Pujowaskito, Sp.JP (K), FIHA, M.M.R.S. selaku Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan RI.
2. dr. Lila Irawati Tjahjo Widuri, M.Kes., Sp.An TI., KIC, selaku Kepala Program Studi Sarjana Kedokteran Universitas Pertahanan RI dan selaku dosen pembimbing skripsi II.
3. dr. Rachma Hidana, M.Gz selaku dosen pembimbing skripsi I.
4. dr. Nobelia Carnationi, Sp.An., CIQnR, dan dr. Putrya Hawa, M.Biomed. selaku dosen penguji skripsi.
5. Orangtua dan saudara, Bapak Basuki Wibowo dan Ibu Lily Damayanthie serta Kakak Bravelly Satrio Wibowo yang senantiasa memberi motivasi, doa, semangat dan *unlimited support* kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi ini.
6. Rekan-rekan Prodi Kedokteran Cohort 2 "ARMUPHIUS".

Semoga Tuhan Yang Maha Esa membalas kebaikan-kebaikan berbagai pihak atas bantuannya. Akhirnya, semoga skripsi ini dapat memberikan manfaat terhadap pengembangan ilmu pertahanan.

Bogor, 6 Februari 2025



Bravendra Puspa Damayanthie

320210101020

ABSTRAK

Hubungan Sindrom Premenstruasi Terhadap *Emotional Eating* Pada Kadet Mahasiswi S1 Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Pertahanan Republik Indonesia

Sindrom premenstruasi (PMS) merupakan gangguan yang sering dialami oleh wanita usia reproduktif, ditandai dengan gejala fisik, emosional, dan perilaku yang dapat memengaruhi pola makan, termasuk *emotional eating*. *Emotional eating* adalah kecenderungan untuk makan berlebihan sebagai respons terhadap stres atau perubahan emosi. Penelitian ini didasarkan pada tingginya prevalensi PMS yang memengaruhi kondisi fisik dan emosional, yang berpotensi menyebabkan perilaku makan emosional. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara PMS dan *emotional eating* pada Kadet Mahasiswi S1 Fakultas Kedokteran Universitas Pertahanan Republik Indonesia. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Data dikumpulkan melalui kuesioner *Shortened Premenstrual Assessment Form* (SPAF) untuk menilai PMS dan *Eating Appraisal Due to Emotions and Stress* (EADES) untuk menilai *emotional eating*. Sebanyak 83 responden memenuhi kriteria inklusi. Hasil menunjukkan bahwa 53,0% responden mengalami PMS berat dan 21,7% mengalami *emotional eating*. Analisis bivariat dengan uji *Fisher Exact* menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara PMS dan *emotional eating* ($p=0,327$). Meskipun PMS berat cenderung dikaitkan dengan peningkatan *emotional eating*, hubungan tersebut tidak signifikan secara statistik. Hasil ini menunjukkan bahwa faktor lain, seperti mekanisme *coping* dan lingkungan sosial, mungkin memiliki peran lebih besar dalam mempengaruhi *emotional eating*. Penelitian ini merekomendasikan studi lebih lanjut dengan mempertimbangkan faktor psikologis, hormonal, dan sosial untuk memahami secara lebih mendalam hubungan antara PMS dan *emotional eating*.

Kata Kunci: Sindrom Premenstruasi, *Emotional Eating*, Kadet Mahasiswi, Universitas Pertahanan Republik Indonesia

ABSTRACT

The Relationship Between Premenstrual Syndrome and Emotional Eating Among Female Cadets in the Undergraduate Program of the Faculty of Medicine and Health Sciences, Republic of Indonesia Defense University

Premenstrual syndrome (PMS) is a common disorder among women of reproductive age, characterized by physical, emotional, and behavioral symptoms that can influence eating patterns, including emotional eating. Emotional eating refers to the tendency to overeat in response to stress or emotional changes. This study aims to analyze the relationship between PMS and emotional eating among female cadets of the Bachelor of Medicine Program at the Republic of Indonesia Defense University. This study used an observational analytic design with a cross-sectional approach. Data were collected using the Shortened Premenstrual Assessment Form (SPAF) to assess PMS and the Eating Appraisal Due to Emotions and Stress (EADES) questionnaire to evaluate emotional eating. A total of 83 respondents met the inclusion criteria. The results showed that 53.0% of respondents experienced severe PMS, while 21.7% engaged in emotional eating. Bivariate analysis using the Fisher Exact test indicated no significant relationship between PMS and emotional eating ($p=0.327$). Although severe PMS tends to be associated with increased emotional eating, the relationship was not statistically significant. These findings suggest that other factors, such as coping mechanisms and social environment, may play a greater role in influencing emotional eating. This study recommends further research considering psychological, hormonal, and social factors to better understand the relationship between PMS and emotional eating.

Keywords: *Premenstrual Syndrome, Emotional Eating, Student Cadet, Republic of Indonesia Defense University*

DAFTAR ISI

LEMBAR PERSETUJUAN PROPOSAL SKRIPSI	iii
LEMBAR PENGESAHAN PROPOSAL SKRIPSI	iv
PERNYATAAN ORISINALITAS	v
KATA PENGANTAR	vi
ABSTRAK.....	vii
ABSTRACT.....	viii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah.....	2
1.3 Tujuan Penelitian	3
1.4 Manfaat Penelitian.....	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 Landasan Teori	5
2.1.1 Sindrom Premenstruasi	5
2.1.2 Emotional Eating	14
2.2 Hasil Penelitian Terdahulu	20
2.3 Kerangka Berpikir	23
2.3.1 Kerangka Teori	23
2.3.2 Kerangka Konsep.....	24
2.4 Hipotesis.....	24
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	25
3.1 Metode dan Desain Penelitian	25
3.2 Tempat dan Waktu Penelitian	25
3.3 Alat dan Bahan	26
3.4 Variabel Penelitian	27
3.5 Kriteria Inklusi dan Eksklusi	29
3.6 Populasi dan Sampel.....	29
3.7 Prosedur Penelitian	31

3.8	Metode Analisis	34
BAB IV HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN		35
4.1	Hasil Penelitian.....	35
4.1.1	Profil Responden	35
4.1.2	Data Deskriptif Kuesioner SPAF	36
4.1.3	Data Deskriptif Kuesioner EADES	37
4.1.4	Analisis Bivariat Data.....	37
4.2	Pembahasan	39
4.3	Keterbatasan Penelitian.....	42
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....		43
5.1	Kesimpulan.....	43
5.2	Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA		45
LAMPIRAN.....		50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2. 1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 2. 2 Kerangka Konsep.....	24
Gambar 3. 1 Alur Penelitian	33

DAFTAR TABEL

Tabel 2. 1 Distribusi Gejala PMS.....	12
Tabel 3. 1 Definisi Operasional	28
Tabel 4. 1 Distribusi Karakteristik Sampel Berdasarkan Cohort dan Usia.....	35
Tabel 4. 2 Hasil Kuesioner SPAF	36
Tabel 4. 3 Hasil Kuesioner EADES	37
Tabel 4. 4 Hasil Uji <i>Fisher Exact</i> Hubungan Sindrom Premenstruasi Terhadap <i>Emotional Eating</i>	38

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Tabel Jadwal Penelitian.....	50
Lampiran 2. Surat Lulus Etik.....	51
Lampiran 3. Lembar Penjelasan Kepada Responden Penelitian	52
Lampiran 4. Lembar <i>Informed Consent</i>	53
Lampiran 5. Kuesioner <i>Shortened Premenstrual Assesment Form</i>	54
Lampiran 6. Kuesioner <i>Emotional Eating Due to Emotions and Stress</i>	55
Lampiran 7. Dokumentasi	57
Lampiran 8. <i>Master Data</i>	58
Lampiran 9. Data Statistik.....	60