

KATA PENGANTAR

Puji syukur kepada Tuhan Yang Maha Esa atas segala berkat dan hikmat yang telah diberikan-Nya, sehingga Tugas Akhir ini dapat diselesaikan.

Tugas Akhir dengan judul **“HUBUNGAN POLA MAKAN TINGGI SERAT DENGAN TINGKAT KEPARAHAN GEJALA SINDROM PREMENSTRUASI PADA MAHASISWA FK UPH”** ditujukan untuk memenuhi sebagian persyaratan akademik guna memperoleh gelar Sarjana Kedokteran Strata Satu Universitas Pelita Harapan, Tangerang.

Penulis menyadari bahwa tanpa bimbingan, bantuan, serta doa dari berbagai pihak, Tugas Akhir ini tidak dapat diselesaikan tepat pada waktunya. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada semua pihak yang telah membantu dalam proses pengerjaan Tugas Akhir ini, yaitu kepada:

1. Prof.Dr.Dr.dr.Eka J. Wahjoepramono, SpBS, Ph.D selaku Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan
2. Dr.dr.Allen Widysanto, SpP,CTTS,FAPSR selaku Ketua Program Studi Kedokteran
3. dr. Dwi Savitri Rivami, M.Sc., Ph.D. selaku Pembimbing Utama dan Pembimbing Statistik yang telah memberikan banyak bimbingan kepada penulis.
4. Staf Karyawan Fakultas Kedokteran yang telah membantu penulis dalam kegiatan administratif.

5. Keluarga yang selalu memberikan dukungan moral, doa, serta kasih sayang.
6. Muhammad Alvin Firdaus, dan teman-teman sejawat lainnya yang telah memberikan dukungan serta semangat kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan tugas akhir ini.
7. Semua pihak yang namanya tidak dapat disebutkan satu per satu.

Akhir kata, penulis menyadari masih terdapat banyak kekurangan dalam penulisan dan penyelesaian Tugas Akhir ini. Oleh karena itu, kritik dan saran akan sangat bermanfaat bagi penulis. Semoga Tugas Akhir ini dapat memberikan manfaat bagi pihak-pihak yang membaca.

Jakarta, 12 April 2021



Ignatius Kelvin

DAFTAR ISI

PERNYATAAN DAN PERSETUJUAN UNGGAH TUGAS AKHIR.....	
PERNYATAAN KEASLIAN KARYA TUGAS AKHIR.....	
PERSETUJUAN DOSEN PEMBIMBING	
PERSETUJUAN TIM PENGUJI TUGAS AKHIR	
ABSTRAK	i
ABSTRACT	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR ISI.....	v
DAFTAR GAMBAR.....	viii
DAFTAR TABEL.....	ix
DAFTAR LAMPIRAN.....	x
BAB I.....	1
PENDAHULUAN.....	1
1.1 <i>Latar Belakang.....</i>	<i>1</i>
1.2 <i>Perumusan Masalah.....</i>	<i>2</i>
1.3 <i>Pertanyaan Penelitian</i>	<i>3</i>
1.4 <i>Tujuan Penelitian.....</i>	<i>3</i>
1.4.1 Tujuan Umum.....	3
1.4.2 Tujuan Khusus.....	3
1.5 <i>Manfaat Penelitian.....</i>	<i>4</i>
1.5.1 Manfaat Akademis.....	4
1.5.2 Manfaat praktis.....	4
BAB II.....	5
TINJAUAN PUSTAKA.....	5
2.1 <i>Menstruasi.....</i>	<i>5</i>

2.1.1	Definisi Menstruasi	5
2.1.2	Fase Folikuler	6
2.1.3	Fase Ovulasi	7
2.1.4	Fase Luteal	7
2.1.5	Transisi Luteal-Folikuler	9
2.1.6	Menstruasi	9
2.2.	<i>Sindrom Premenstruasi</i>	10
2.2.1	Definisi Sindrom Premenstruasi	10
2.2.2	Epidemiologi	10
2.2.3	Etiologi	11
2.2.4	Patofisiologi	12
2.2.5	Terapi	12
2.2.6	Faktor yang mempengaruhi sindrom premenstruasi	14
2.2.6	Premenstruation Syndrome Scale (PMSS)	16
2.3	<i>Pola Makan</i>	17
2.3.1	Definisi Pola Makan	17
2.3.2	Pola Makan Sehat	18
2.3.3	Pola Makan Tidak Sehat	21
2.4	<i>Hubungan Pola Makan dengan Sindrom Premenstruasi</i>	26
BAB III	28
KERANGKA TEORI, KERANGKA KONSEP, HIPOTESIS	28
3.1	<i>Kerangka Teori</i>	28
3.2	<i>Kerangka Konsep</i>	29
3.3	<i>Hipotesis</i>	29
3.3.1	Hipotesis Null	29
3.3.2	Hipotesis Alternatif	29
3.4	<i>Variabel</i>	30
3.4.1	Variabel Terikat	30
3.4.2	Variabel Bebas	30
3.4.3	Variabel Perancu	30
3.5	<i>Definisi Operasional</i>	30
BAB IV	35
METODOLOGI PENELITIAN	35
4.1	<i>Desain Penelitian</i>	35
4.2	<i>Lokasi dan Waktu</i>	35
4.3	<i>Bahan dan Cara Penelitian</i>	35
4.3.1	Bahan	35
4.3.2	Cara	36
4.4	<i>Populasi Penelitian</i>	36
4.5	<i>Sampel Penelitian</i>	36
4.6	<i>Cara Menghitung Jumlah Sampel</i>	37

4.7	<i>Kriteria Inklusi</i>	38
4.8	<i>Kriteria Eksklusi</i>	38
4.9	<i>Alur Penelitian</i>	39
4.10	<i>Pengolahan Data</i>	40
4.11	<i>Uji Statistik</i>	40
BAB V		41
HASIL DAN PEMBAHASAN		41
5.1	<i>Karakteristik Penelitian</i>	41
5.2.	<i>Gambaran pola makan mahasiswa FK UPH</i>	42
5.3	<i>Gambaran pola menstruasi mahasiswa FK UPH</i>	43
5.4	<i>Hubungan antara pola makan dengan tingkat keparahan gejala sindrom premenstruasi</i>	44
5.5	<i>Pembahasan</i>	45
5.6	<i>Kekuatan Penelitian</i>	51
BAB VI		53
KESIMPULAN DAN SARAN		53
6.1	<i>Kesimpulan</i>	53
6.2	<i>Saran</i>	54
BAB VII		55
DAFTAR PUSTAKA		55
LAMPIRAN		60

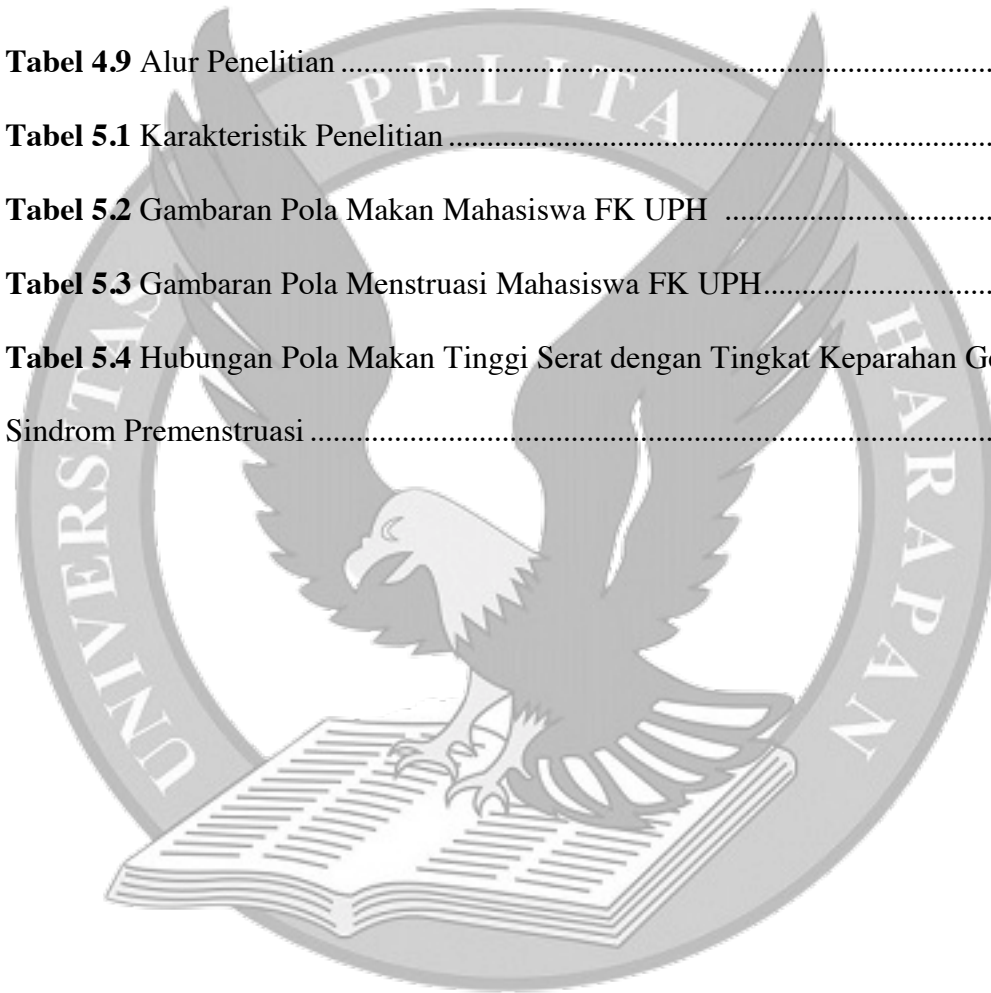
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori	28
--	----



DAFTAR TABEL

Tabel 3.2 Kerangka Konsep.....	29
Tabel 3.5 Definisi Operasional	30
Tabel 4.1 Tabel Hasil Jurnal Acuan	38
Tabel 4.9 Alur Penelitian	40
Tabel 5.1 Karakteristik Penelitian	41
Tabel 5.2 Gambaran Pola Makan Mahasiswa FK UPH	42
Tabel 5.3 Gambaran Pola Menstruasi Mahasiswa FK UPH.....	43
Tabel 5.4 Hubungan Pola Makan Tinggi Serat dengan Tingkat Keparahan Gejala Sindrom Premenstruasi	44



DAFTAR LAMPIRAN

LAMPIRAN 1. Surat Pernyataan Persetujuan Keikutsertaan (<i>Informed Consent</i>)	51
LAMPIRAN 2. Surat Permohonan Kesiediaan Menjadi Sampel Penelitian	52
LAMPIRAN 3. Format Kuesioner	53

