

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Asupan Zat Gizi Mikro Dengan Kejadian Premenstrual Syndrome Pada Remaja Putri di MA.Al-Khairiyah 74 Jakarta Selatan Tahun 2013

Ita Desmayana

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=65752&lokasi=lokal>

Abstrak

Premenstrual syndrome adalah gejala-gejala yang dirasakan oleh seorang wanita satu atau dua minggu menjelang datangnya menstruasi. Gejala tersebut merupakan kumpulan gejala fisik dan psikologis yang terkait dengan proses terjadinya siklus menstruasi wanita. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel dependen (kejadian premenstrual syndrome) dengan variabel independen (asupan kalsium, asupan magnesium, asupan vitamin B6, aktivitas fisik, status gizi, pengetahuan premenstrual syndrome) dengan kejadian premenstrual syndrome pada remaja putri di MA.Al-Khairiyah Jakarta Selatan Tahun 2013.

Disain yang digunakan dalam penelitian ini adalah disain cross sectional, dengan metode pengambilan sampel berstrata (stratified sampling) dimana dalam menentukan sampelnya terlebih dahulu menggunakan rumus estimasi proporsi pada sampel acak statifikasi dengan presisi mutlak sehingga didapatkan hasil 61 responden dan nilai tersebut ditambah 20% menjadi 73 responden untuk mengurangi kesalahan pada penelitian. Sumber data primer didapatkan dengan wawancara kuesioner kepada seluruh responden, sementara data sekunder didapatkan dari observasi dokumentasi yang terdapat di MA.Al-Khairiyah 74 Jakarta Selatan. Analisis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah Chi Square dengan derajat kepercayaan 95% CI (Confidence Interval).

Dari hasil pengolahan data, didapatkan hasil remaja putri MA.Al-Khairiyah 74 Jakarta Selatan yang memiliki asupan magnesium kurang baik lebih banyak yang mengalami kejadian premenstrual syndrome berat yaitu sebanyak 50 orang (87,7%) dibandingkan responden yang memiliki asupan magnesium cukup yaitu sebanyak 7 orang (43,8%), dan yang memiliki asupan vitamin B6 kurang baik lebih banyak yang mengalami kejadian premenstrual syndrome berat yaitu sebanyak 52 orang (91,2%) dibandingkan responden yang memiliki asupan vitamin B6 cukup yaitu sebanyak 5 orang (31,2%). Hasil uji bivariat menunjukkan ada hubungan yang bermakna dengan kejadian premenstrual syndrome dengan variabel asupan magnesium (P.value = 0,001) dan variabel Vitamin B6 (P.value = 0,000). Sedangkan variabel yang tidak berhubungan dengan kejadian premenstrual syndrome adalah asupan kalsium (P.value = 0,614), asupan vitamin B1 (P.value = 0,056), asupan vitamin B2 (P.value = 0,361), asupan seng (P.value = 0,097), aktivitas fisik (P.value = 0,99), status gizi (P.value = 0,526), dan pengetahuan premenstrual syndrome (P.value = 0,936). Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pihak sekolah dan keluarga perlu memberikan informasi mengenai penanganan premenstrual syndrome dan asupan zat gizi mikro yang berhubungan dengan kejadian premenstrual syndrome kepada siswa MA.Al-Khairiyah 74 Jakarta Selatan terutama pada remaja putri yang mengalami menstruasi. Hal ini sebagai satu upaya promotif dan preventif agar para remaja putri lebih bisa mengatasi keluhan-keluhan premenstrual syndrome dengan baik.