

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

Hubungan Status Gizi, Asupan Zat Gizi Mikro dan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswa Gizi UHAMKA

Annisa Maulani Listiana

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=73913&lokasi=lokal>

Abstrak

Gangguan siklus menstruasi di Indonesia sebesar 13,7% yang dipengaruhi berbagai factor seperti asupan zat gizi makro dan mikro, usia menarche, aktivitas fisik berat, vegetarian, stress dan status gizi rendah. Gangguan siklus menstruasi berdampak pada penurunan kesuburan, keguguran, bahkan anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi, asupan zat gizi mikro dan stress dengan gangguan siklus menstruasi pada mahasiswi gizi UHAMKA. Penelitian ini menggunakan desain cross-sectional yang akan dilakukan pada bulan Juni 2019. Penelitian ini menggunakan 126 sampel yang diambil dengan teknik Simple Random Sampling (SRS). Data terkait status gizi diambil dengan pengukuran antropometri, data asupan zat gizi mikro diambil dengan SQ-FFQ, tingkat stress diambil dengan kuesioner Preceieved Stress Scale (PSS) serta data terkait siklus menstruasi diambil dengan kuesioner yang sudah tervalidasi. Analisis data dilakukan dengan menggunakan uji statistic Chi-Square. Dari penelitian ini, dapat dilihat bahwa sebagian besar Mahasiswa Gizi UHAMKA memiliki siklus menstruasi yang normal, status gizi tidak beresiko, tingkat stress yang sedang, asupan magnesium dan kalsium yang cukup serta asupan zat besi yang kurang. Hasil uji statistik menunjukkan bahwa adanya hubungan ($p < 0,05$) antara Indeks Masa Tubuh, persen lemak tubuh, tingkat stress, asupan kalsium dan zat besi dengan siklus menstruasi, sedangkan asupan magnesium menunjukkan tidak ada hubungan ($p > 0,05$).