

Tipe Koleksi: UHAMKA - Skripsi FIKES

## Perbedaan asupan zat gizi mikro, aktivitas fisik, status gizi dan usia menarche pada remaja putri yang mengalami dismenore dan tidak mengalami dismenore di SMAN 30 Jakarta

Retno Wulandari

Deskripsi Lengkap: <http://lib.uhamka.ac.id/detail.jsp?id=74626&lokasi=lokal>

---

### Abstrak

Dismenore merupakan nyeri bagian bawah perut yang terjadi pada saat menjelang atau selama menstruasi. Faktor risiko seseorang mengalami dismenore antara lain umur, usia menarche, siklus menstruasi, lama menstruasi, riwayat keluarga, kebiasaan olahraga dan status gizi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan asupan zat gizi mikro, aktivitas fisik, status gizi dan usia menarche pada remaja putri SMAN 30 Jakarta. Subjek penelitian ini adalah siswi kelas X dan XI SMAN 30 Jakarta Pusat. Penelitian ini menggunakan desain Cross Sectional. Pengambilan sampel penelitian dengan menggunakan teknik Simple Random Sampling. Data dianalisis dengan uji Kruskal Wallis dan Man Whitney. Hasil penelitian menunjukkan ada perbedaan antara status gizi pada remaja putri yang mengalami dismenore dan tidak mengalami dismenore (p-value=0,046) serta ada perbedaan antara usia menarche pada remaja putri yang mengalami dismenore dan tidak mengalami dismenore (p-value=0,01). Serta tidak ada perbedaan antara asupan kalsium (p-value= 0,703), magnesium (p-value= 0,536), zat besi (p-value= 0,770), dan aktivitas fisik (p-value=0,945) pada remaja putri yang mengalami dismenore dan tidak mengalami dismenore.