



**HUBUNGAN ASUPAN KALSIUM DAN GAMBARAN
PENGETAHUAN TERHADAP KEJADIAN *DISMENORE*
PADA REMAJA PUTRI USIA 16-18 TAHUN DI SMA NEGERI
34 JAKARTA SELATAN**

SKRIPSI

CHERIEL MAULINDA

1410714065

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2018**



**HUBUNGAN ASUPAN KALSIUM DAN GAMBARAN
PENGETAHUAN TERHADAP KEJADIAN *DISMENORE*
PADA REMAJA PUTRI USIA 16-18 TAHUN DI SMA NEGERI
34 JAKARTA SELATAN**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

CHERIEL MAULINDA

1410714065

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL "VETERAN" JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI S-1 ILMU GIZI
2018**

PERNYATAAN ORISINILITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya menyatakan dengan benar

Nama : Cheriell Maulinda

NRP : 1410714065

Tanggal : 13 Juli 2018

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses sesuai dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 13 Juli 2018

Yang menyatakan



Cheriell Maulinda

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI
SKRIPSI UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Cheriell Maulinda
NRP : 1410714065
Fakultas : Fakultas Ilmu Kesehatan
Program Studi : S1 Ilmu Gizi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

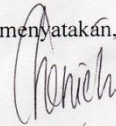
“HUBUNGAN ASUPAN KALSIMUM DAN GAMBARAN PENGETAHUAN
TERHADAP KEJADIAN *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI USIA 16 – 18
TAHUN DI SMA NEGERI 34 JAKARTA SELATAN”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan Skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada tanggal : 20 Juli 2018

Yang menyatakan,



(Cheriell Maulinda)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh :

Nama : Cheriell Maulinda
NRP : 14107140651
Program Studi : S1 Ilmu Gizi
Judul Skripsi : Hubungan Asupan Kalsium dan Gambaran Pengetahuan Terhadap Kejadian *Dismenore Pada Remaja Putri Usia 16 – 18 Tahun di SMA Negeri 34 Jakarta Selatan*

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar sarjana pada Program Studi S1 Ilmu Gizi, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta.



Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz. MKM

Ketua Penguji



Luh Desi Puspareni, S.T.Gizi. M.Gizi

Penguji I



M. Ikhsan Amar, S.Gz. M.Si

Penguji II (Pembimbing)



Dr. Drg. Wahyu Sulistiadi, MARS

Dekan/Direktur



Ikha Deviyanti P. S.Gz. RD. MKM

Ka. Prodi

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 11-07-2018

**HUBUNGAN ASUPAN KALSIMUM DAN GAMBARAN
PENGETAHUAN TERHADAP KEJADIAN *DISMENORE*
PADA REMAJA PUTRI USIA 16–18 TAHUN DI SMA NEGERI
34 JAKARTA SELATAN**

Cheriel Maulinda

Abstrak

Dismenore merupakan nyeri haid berupa kram dan berpusat pada perut bagian bawah yang terasa selama menstruasi sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Fritz dan Speroff, 2011). Pada tahun 2007 sebanyak 54,89% wanita di Indonesia mengalami *dismenore*, sementara data WHO sebanyak 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami *dismenore*. Kalsium memiliki peran penting pada tulang yang dapat mencegah terjadinya osteoporosis, selain itu kalsium juga memiliki fungsi lainnya seperti melancarkan peredaran darah, melenturkan otot, mengatasi kram, nyeri pinggang dan mengatasi keluhan saat haid (Endang, 2009). Salah satu upaya yang dilakukan untuk meningkatkan asupan kalsium adalah dengan meningkatkan pengetahuan mengenai makanan sumber kalsium, sebab pengetahuan yang terbatas dapat mengakibatkan keadaan kurang gizi meningkat (Endang, 2009). Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan kalsium dan gambaran pengetahuan terhadap kejadian *dismenore* pada remaja usia 16-18 tahun di SMA Negeri 34 Jakarta Selatan. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* yang bersifat deskriptif dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Analisis bivariat menggunakan uji *chi-square* yang menyatakan bahwa tidak adanya hubungan bermakna antara asupan kalsium dengan kejadian *dismenore* ($p\text{-value} = 0,344$) dan pengetahuan tentang *dismenore* dengan kejadian *dismenore* ($p\text{-value} = 0,352$).

Kata Kunci: Asupan Kalsium, *Dismenore*, Pengetahuan *Dismenore*

THE CORRELATION BETWEEN CALCIUM INTAKE AND DESCRIPTION OF KNOWLEDGE OF DYSMENORRHEA IN GIRLS 16–18 YEARS IN 34 JAKARTA HIGH SCHOOL

Cheriel Maulinda

Abstract

Dysmenorrhea is menstrual pain in the form of cramps and centered on the lower abdomen that feels during menstruation so as to interfere with daily activities (Fritz and Speroff, 2011). In 2007, 54.89% of women in Indonesia experienced dysmenorrhea, while WHO data of 1,769,425 (90%) of women had dysmenorrhea. Calcium has an important role in bone that can prevent the occurrence of osteoporosis, besides calcium also has other functions such as blood circulation, flexing muscles, overcoming cramps, low back pain and overcome the complaints during menstruation (Endang, 2009). One of the efforts made to increase calcium intake is to increase knowledge about food sources of calcium, because limited knowledge can lead to increasing malnutrition (Endang, 2009). This study aims to determine the relationship of calcium intake and description of knowledge on dysmenorrhea incidence in adolescents aged 16-18 years in SMA Negeri 34 Jakarta Selatan. This research use cross sectional design which is descriptive with sampling technique using simple random sampling. The bivariate analysis used chi-square test which stated that there was no significant association between calcium intake and dysmenorrhea (p-value = 0,344) and knowledge of dysmenorrhea with dysmenorrhea (p-value = 0,352).

Keywords: Calcium Intake, *Dysmenorrhea*, *Dysmenorrhea* Knowledge

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadirat Allah SWT atas segala nikmat dan karunia-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “Hubungan Asupan Kalsium dan Gambaran Pengetahuan Terhadap Kejadian *Dismenore* pada Remaja Putri Usia 16-18 tahun di SMA Negeri 34 Jakarta Selatan”. Skripsi ini merupakan tugas akhir sebagai syarat untuk mendapatkan gelar Sarjana Ilmu Gizi di Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta. Penulis menyadari bahwa proposal ini masih jauh dari kata sempurna, untuk itu penulis sangat mengharapkan kritik dan saran dari pembaca agar dapat dijadikan masukan. Penulis berharap agar skripsi ini dapat bermanfaat untuk para pembaca. Disamping itu, penulis mengucapkan banyak terimakasih pada semua pihak yang terlibat langsung maupun tidak langsung dalam proses penyusunan skripsi ini.

Adapun pihak-pihak tersebut adalah kedua orang tua yang selalu memberikan semangat dan bantuan biaya dalam penyusunan proposal skripsi, Bapak M. Ikhsan Amar, S.Gz.,M.Kes dan Ibu Luh Desi Puspareni, S.T.Gizi., M.Gz, selaku dosen pembimbing yang telah memberikan arahan dan masukan dalam penyusunan proposal. Ibu Sintha Fransiske Simanungkalit, S.Gz, MKM selaku ketua penguji yang telah menyediakan waktu untuk memberikan saran dan motivasi dalam perbaikan laporan. Terimakasih atas bimbingannya, seluruh Dosen S1 Ilmu Gizi Universitas Pembangunan Nasional “Veteran” Jakarta, teman-teman satu bimbingan, Indah, Afrinda, Jeane, Mayswibi, Ismu dan Chouk Norist, teman-teman satu perjuangan Dwi Aulia, Dyah, Rima, Atikah, Nahthadia dan Sari untuk bertukar pikiran serta berdiskusi bersama, teman-teman satu angkatan yang saling *support* satu sama lain.

Semoga segala bantuan yang telah diberikan mendapatkan imbalanyang berlipat dari Allah SWT dan semoga skripsi ini bermanfaat bagi kita semua, khususnya untuk menambah pengetahuan dalam bidang kesehatan.

Depok, Juli 2018

Cheriel Maulinda

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
LEMBAR PENGESAHAN	ii
PERNYATAAN ORISINILITAS.....	iii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iv
ABSTRAK	v
<i>ABSTRACT</i>	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	ix
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Hipotesis.....	2
I.3 Tujuan Penelitian	2
I.4 Rumusan Masalah	3
I.5 Manfaat Penelitian	3
I.6 Ruang Lingkup.....	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	5
II.1 Remaja.....	5
II.2 Pubertas	5
II.3 Menstruasi	6
II.4 <i>Dismenore</i>	7
II.5 Faktor yang berhubungan dengan Kejadian <i>Dismenore</i>	8
II.6 Kerangka Teori.....	11
II.7 Kerangka Konsep	12
BAB III METODE PENELITIAN.....	13
III.1 Desain Penelitian.....	13
III.2 Tempat dan Waktu Penelitian	13
III.3 Populasi dan Sampel Penelitian	13
III.4 Alur Penelitian	15
III.5 Sumber Data.....	16
III.6 Etika Penelitian	16
III.7 Instrumen Penelitian.....	16
III.8 Teknik Pengumpulan Data	16
III.9 Teknik Pengolahan Data	17
III.10 Analisis Data	18
III.11 Definisi Operasional.....	19

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	21
IV.1 Gambaran Umum SMA Negeri 34 Jakarta Selatan	21
IV.2 Hasil Analisis Univariat	22
IV.3 Hasil Analisi Bivariat	26
BAB V PENUTUP	30
V.1 Simpulan	30
V.2 Saran.....	31
DAFTAR PUSTAKA	32
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Angka Kecukupan Kalsium Berdasarkan Usia.....	10
Tabel 2	Kandungan Kalsium dalam Bahan Makanan yang dianjurkan.....	11
Tabel 3	Distribusi Responden Berdasarkan Usia.....	22
Tabel 4	Jenis Pangan Paling Sering Dikonsumsi Responden	23
Tabel 5	Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Kalisum	24
Tabel 6	Distribusi Responden Berdasarkan Pengetahuan <i>Dismenore</i>	24
Tabel 7	Distribusi Siswi Berdasarkan Pertanyaan Pengetahuan Tentang <i>Dismenore</i>	25
Tabel 8	Hubungan Asupan Kalsium dengan Kejadian <i>Dismenore</i>	27
Tabel 9	Hubungan Gambaran Pengetahuan <i>Dismenore</i> dengan Kejadian <i>Dismenore</i>	28

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	12
Gambar 2	Kerangka Konsep.....	12
Gambar 3	Diagram Alur Penelitian.....	15

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 *Ethical Clearence*
- Lampiran 2 Surat Keterangan Penelitian
- Lampiran 3 *Informed Consent*
- Lampiran 4 *Kuesioner FFQ*
- Lampiran 5 Kuesioner Pengetahuan
- Lampiran 6 Kuesioner Intensitas *Disemenore*
- Lampiran 7 Dokumentasi