

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