

# HUBUNGAN STATUS GIZI, AKTIFITAS FISIK, DAN KONSUMSI MINUMAN BERKAFEIN DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI TINGKAT II FIKES UPN “VETERAN” JAKARTA

Devi Indriyanti Ningtias

## Abstrak

Dismenore primer yang terjadi pada usia remaja dapat menimbulkan dampak bukan hanya secara fisik tetapi juga psikologis. Beberapa faktor yang telah diidentifikasi sebagai salah satu faktor resiko dismenore primer adalah status gizi yang tidak normal, kurangnya aktifitas fisik, dan konsumsi kafein yang berlebih. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan status gizi, aktifitas fisik, dan konsumsi minuman berkafein dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswa tingkat II FIKES UPN “Veteran” Jakarta. Metode penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional* dengan jumlah sampel sebesar 157 responden dengan menggunakan teknik pengambilan sampel *proportionate stratified random sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan metode observasi untuk menentukan status gizi dengan pengukuran berat badan dan tinggi badan, aktifitas fisik dan konsumsi minuman berkafein dilakukan dengan metode wawancara berdasarkan kuesioner, sedangkan karakteristik menstruasi dan kejadian dismenore primer dilakukan dengan metode angket melalui kuesioner serta diolah dan dianalisa secara univariat dan bivariat. Hasil penelitian dengan uji *Chi-square* menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi ( $p=0,155$ ), aktifitas fisik ( $p=0,570$ ), dan konsumsi minuman berkafein ( $p=0,763$ ) dengan kejadian dismenore primer. Selain itu, untuk usia *menarche* ( $p=0,933$ ), lama menstruasi ( $p=1,000$ ) dan siklus menstruasi ( $p=0,703$ ) juga tidak ditemukan adanya hubungan yang bermakna dengan kejadian dismenore primer.

**Kata kunci :** Dismenore primer, status gizi, aktifitas fisik, konsumsi minuman berkafein

# **THE RELATIONSHIP BETWEEN NUTRITIONAL STATUS, PHYSICAL ACTIVITY, AND CAFFEINATED-BEVERAGES CONSUMPTION WITH THE INCIDENCE OF PRIMARY DYSMENORRHEA AMONG SECOND YEAR STUDENTS OF FIKES UPN “VETERAN” JAKARTA**

**Devi Indriyanti Ningtias**

## **Abstract**

Primary dysmenorrhea happens in adolescent can have an impact not only physically but also psychologically. Several factors have been identified as risk factor for primary dysmenorrhea are abnormal nutritional status, lack of physical activity, and excessive caffeine consumption. The purpose of this thesis is to analyze the relationship between nutritional status, physical activity, and caffeinated-beverages consumption with the incidence of primary dysmenorrhea among second year students of FIKES UPN “Veteran” Jakarta. This research method using cross sectional study design with the sample size of 157 respondents using sampling techniques proportionate stratified random sampling. Data were collected by observation method to determine the nutritional status using measurement of body weight and height, physical activity and caffeinated-beverages consumption conducted by interview based questionnaire, while the characteristics of menstruation and the incidence of primary dysmenorrhea conducted by questionnaire and processed and analyzed using univariate and bivariate. The result using Chi-square test showed there is no significant relationship between nutritional status ( $p=0,155$ ), physical activity ( $p=0,570$ ), and caffeinated-beverages consumption ( $p=0,763$ ) with the incidence of primary dysmenorrhea. Furthermore, for age of menarche ( $p=0,933$ ), menstrual duration ( $p=1,000$ ), and menstrual cycle ( $p=0,703$ ) also not found any significant relationship with the incident of primary dysmenorrhea.

**Keywords :** Primary dysmenorrhea, nutritional status, physical activity, caffeinated-beverages consumption