

HUBUNGAN TINGKAT KECUKUPAN ZAT BESI DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA MAHASISWI ANGGOTA AKTIF PRAMUKA POLTEKKES KEMENKES SURABAYA TAHUN 2021

ABSTRAK

Dismenorea adalah keadaan ketidaknyamanan pada wanita yang mengalami menstruasi yang terjadi nyeri pada perut akibat kejang otot uterus, nyeri terjadi dalam beberapa jam yang menyebabkan ketidaknyamanan dalam melakukan aktivitas sehari-hari. Faktor yang mempengaruhi dismenorea yaitu faktor kejiwaan, faktor konstitusi, faktor obstruksi kanal servikalis dan faktor endokrin. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat kecukupan zat besi dengan kejadian dismenorea pada mahasiswa anggota aktif Pramuka Poltekkes Surabaya. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada 20 orang mahasiswa, terdapat 90% mahasiswa yang mengalami dismenorea. Penelitian ini merupakan jenis observasional dengan desain *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah 37 sampel. Pengambilan data Tingkat kecukupan zat besi diperoleh dengan kuesioner SQ-FFQ dan data kejadian dismenorea dengan kuesioner NRS. Analisis data menggunakan uji *Spearman Rho* untuk menguji atau membandingkan 2 variabel. Dari hasil yang diperoleh yaitu pada tingkat kecukupan zat besi responden sebagian besar pada kategori defisit dan sebagian besar responden mengalami dismenorea dengan kategori nyeri sedang. Dari uji korelasi *Spearman Rho* diketahui bahwa adanya hubungan yang signifikan antara tingkat kecukupan zat besi dengan kejadian dismenorea dengan $p\text{-value} = 0,000$. Saran yang dapat diberikan yaitu pentingnya dilakukan penyuluhan tentang makanan bergizi seimbang yang banyak mengandung zat besi sehingga dapat mencegah dan mengatasi kejadian anemia defisiensi zat besi pada remaja dan remaja perempuan lebih memperhatikan keseimbangan asupan zat gizi dengan memberikan makanan dengan pedoman gizi seimbang.

Kata Kunci : dismenorea, zat besi, mahasiswa

RELATIONSHIP OF IRON ADEQUACY LEVELS WITH THE EVENT OF DYMENOROREA IN STUDENTS ACTIVE MEMBERS OF SCOUTING POLYTECHNIC, KEMENKES SURABAYA IN 2021

ABSTRACT

Dysmenorrhea is a state of discomfort in women who experience menstruation which occurs in the abdomen due to uterine muscle spasms, pain occurs within a few hours which causes discomfort in carrying out daily activities. Factors that influence dysmenorrhoea are psychological factors, constitutional factors, cervical recognition obstruction factors and endocrine factors. The purpose of this study was to determine the relationship between the level of iron adequacy and the incidence of dysmenorrhea in female active members of the Surabaya Poltekkes Scouts. Based on a preliminary study conducted on 20 female students, there are 90% of female students who experience dysmenorrhea. This research is an observational type with a cross sectional design. Sampling using simple random sampling with a total of 37 samples. Data collection on iron consumption patterns was obtained by using the SQ-FFQ questionnaire and data on the incidence of dysmenorrhea using the NRS questionnaire. Data analysis used Spearman Rho test to test or compare 2 variables. From the results obtained that the level of iron adequacy of respondents mostly in the deficit category and most of the respondents experienced dysmenorrhea with moderate pain category. From the Spearman Rho correlation test, it is known that there is a significant relationship between the pattern of iron consumption and the incidence of dysmenorrhea with p-value = 0.000. The advice that can be given is the importance of counseling about balanced nutritious foods that contain lots of iron so that it can prevent and overcome the incidence of iron deficiency anemia in adolescents and adolescent girls pay more attention to the balance of nutritional intake by providing food with balanced nutrition guidelines.

Keywords: dysmenorrhea, iron, female students