

HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN DISMENOIRE PADA SISWI MTs NU SIDOARJO

ABSTRAK

Latar belakang : penelitian ini berkaitan dengan dismenore, yaitu nyeri haid tanpa penyebab ginekologis yang jelas. Gejalanya dapat berupa kram perut yang menyebar ke pinggul, sensasi seperti ditusuk-tusuk, serta mual dan muntah. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara asupan zat besi dan status gizi pada remaja putri yang mengalami dismenore. **Metode :** Penelitian ini menggunakan metode analitik yang melibatkan 68 siswi MTs NU Sidoarjo sebagai responden. Asupan zat besi diukur dengan menggunakan metode recall 2×24 jam, Sementara itu, status gizi dinilai melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan. Tingkat dismenore dinilai dengan menggunakan Numerical Rating Scale (NRS). **Hasil :** Temuan menunjukkan bahwa 57% siswi memiliki konsumsi zat besi di bawah tingkat yang direkomendasikan setiap hari yaitu 15 mg, dan 78% di antaranya mengalami dismenore. Dismenore dilaporkan oleh 39% siswi yang mengalami kekurangan zat besi dan 35% siswi yang memiliki pola makan yang cukup. Sebuah studi statistik mengungkapkan Penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat korelasi antara status gizi dan dismenore pada remaja putri (nilai $p = 0,126 > 0,05$), namun ada hubungan yang signifikan asupan zat besi dengan kejadian dismenore ($p\text{-value } 0.045 < 0.05$). **Kesimpulan :** Penelitian ini menyimpulkan bahwa meskipun status gizi tidak berkorelasi secara signifikan dengan dismenore, konsumsi zat besi terkait dengan terjadinya kondisi tersebut pada remaja putri.

Kata kunci : *Asupan zat besi, dismenore, status gizi, siswi.*

THE RELATIONSHIP BETWEEN IRON INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS WITH THE INCIDENCE OF DYSMENORRHEA IN STUDENT AT MTS NU SIDOARJO

ABSTRACT

Background: This study deals with dysmenorrhea, which is menstrual pain without a clear gynecological cause. Symptoms can include abdominal cramps that spread to the hips, stabbing sensations, and nausea and vomiting. This study aims to determine the relationship between iron intake and nutritional status in adolescent girls who experience dysmenorrhea. **Methods:** This study used an analytic method involving 68 MTs NU Sidoarjo students as respondents. Iron intake was measured using the 2×24 hour recall method, while nutritional status was evaluated based on height and weight measurements. Dysmenorrhea level was assessed using Numerical Rating Scale (NRS). **Results:** The findings showed that 57% of schoolgirls had iron consumption below the daily recommended level of 15 mg, and 78% of them experienced dysmenorrhea. Dysmenorrhea was reported by 39% of schoolgirls who had iron deficiency and 35% of schoolgirls who had an adequate diet. A statistical study revealed that there was no significant association between nutritional status and dysmenorrhea in adolescent girls (p -value $0.126 > 0.05$), but there was a significant association between iron consumption and the incidence of dysmenorrhea (p -value $0.045 < 0.05$). **Conclusion:** This study concluded that although nutritional status was not significantly correlated with dysmenorrhea, iron consumption was associated with the occurrence of the condition in adolescent girls.

Keywords: Iron intake, dysmenorrhea, nutritional status, female students.