

Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja di Kecamatan Serang Baru

Shafira Puspita Damayanti¹, Ani Margawati¹, Dewi Marfu'ah Kurniawati¹

ABSTRAK

Latar Belakang : Dismenore merupakan salah satu masalah ginekologis yang paling sering terjadi pada usia remaja. Salah satu penyebab terjadinya dismenore adalah peningkatan kadar prostaglandin. Terdapat berbagai faktor yang dapat mempengaruhi kejadian dismenore seperti diet, status gizi dan aktivitas fisik.

Tujuan : Mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada remaja di Kecamatan Serang Baru.

Metode : Penelitian observasional analitik dengan desain *cross sectional*. Sampel penelitian berjumlah 69 orang dipilih melalui teknik *consecutive sampling*. Data asupan serat, omega 3, vitamin E, kalsium dan zinc diperoleh melalui *Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQ-FFQ), data kejadian dismenore dinilai melalui kuesioner *Numeric Rating Scale* (NRS), data aktivitas fisik didapatkan melalui *International Physical Activity Questionnaire* (IPAQ) dan pengukuran antropometri lingkaran pinggang menggunakan pita ukur medline.

Hasil : Sebanyak 84,1% subjek penelitian mengalami dismenore. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore adalah asupan serat ($r = -0,294$; $p = 0,014$), vitamin E ($r = -0,264$; $p = 0,029$), kalsium ($r = -0,329$; $p = 0,006$), zinc ($r = -0,241$; $p = 0,046$) dan aktivitas fisik ($r = 0,248$; $p = 0,040$). Namun, lingkaran pinggang ($r = 0,112$; $p = 0,359$) dan asupan omega 3 ($r = -0,152$; $p = 0,213$) tidak memiliki hubungan dengan kejadian dismenore.

Kesimpulan : Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore adalah asupan serat, vitamin E, kalsium, zinc dan aktivitas fisik.

Kata Kunci : Dismenore, Remaja, Asupan, Lingkaran Pinggang, Aktivitas Fisik

¹Program Studi Ilmu Gizi, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro, Semarang