



**HUBUNGAN KARAKTERISTIK MENSTRUASI,
STATUS GIZI, ASUPAN KECUKUPAN KALSIUM,
DAN KONSUMSI AIR PUTIH DENGAN KEJADIAN
DISMINOREA PADA MAHASISWI STIK SC**

SKRIPSI
CAROLINE NATALIA AGATHA

**PROGRAM STUDI S1 GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus
JAKARTA
2021**



**HUBUNGAN KARAKTERISTIK MENSTRUASI,
STATUS GIZI, ASUPAN KECUKUPAN KALSIUM,
DAN KONSUMSI AIR PUTIH DENGAN KEJADIAN
DISMINORE PADA MAHASISWI STIK SC**

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
SARJANA GIZI

Caroline Natalia Agatha

2017-21-002

**PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus
JAKARTA
2021**



**HUBUNGAN KARAKTERISTIK MENSTRUASI, STATUS
GIZI, ASUPAN KECUKUPAN KALSIUM, DAN KONSUMSI
AIR PUTIH DENGAN KEJADIAN DISMINORE PADA
MAHASISWI STIK SC**

Skripsi ini diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
SARJANA GIZI

Caroline Natalia Agatha
2017-21-002

**PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus
JAKARTA
202**

PERNYAATAAN ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : CAROLINE NATALIA AGATHA
NIM : 201721002
Program Studi : Gizi

Menyatakan bahwa penelitian ini adalah benar merupakan hasil karya sendiri dan bukan duplikasi dari hasil karya orang lain.

Apabila pada masa yang akan datang diketahui bahwa pernyataan ini tidak benar adanya, saya bersedia menerima sanksi yang diberikan dengan segala konsekuensinya.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya.

Jakarta, 19 Oktober 2021

Yang membuat Pernyataan,


METERAI
TEMPEL
37EC8AJX003383043

Caroline Natalia Agatha

PERNYATAAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN KARAKTERISTIK MENSTRUASI, STATUS GIZI, ASUPAN
KECUKUPAN KALSIUM, DAN KONSUMSI AIR PUTIH DENGAN
KEJADIAN DISMINORE PADA MAHASISWI STIK SC
JAKARTA 2021

SKRIPSI

Jakarta, 19 Oktober 2021

Disetujui:
Pembimbing Skripsi


(Ns. Maria Lousiana, Skep., MBiomed)

Diketahui:
Ketua Program Studi S1 Gizi


(Sada Rasmada, S.Pt., MKM)

LEMBAR PENGESAHAN

**PANITIA SIDANG SKRIPSI
PROGRAM STUDI S1 GIZI
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus**

Skripsi telah disahkan dihadapan Panitia Sidang Skripsi
Program Studi S1 Gizi STIK Sint Carolus

Jakarta, 19 Oktober 2021

Ketua



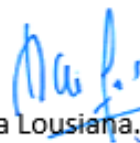
(Justina Purwarini A., M.Kep., Sp.Mat., DNSc)

Anggota

Anggota



(Maria Meylan Yuliany Fernandez, M. Gizi)



(Ns. Maria Lousiana, Skep., MBIomed)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur ke hadirat Tuhan Yesus Kristus, penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul Hubungan Karakteristik Menstruasi, Status Gizi, Asupan Kecukupan Kalsium dan Konsumsi Air Putih dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC. Skripsi ini disusun untuk memenuhi salah satu syarat menyelesaikan pendidikan Sarjana Gizi STIK Sint Carolus Jakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak akan terselesaikan tanpa adanya bantuan serta kemurahan hati dari berbagai pihak. Oleh karena itu, disamping rasa syukur yang tak terhingga atas Berkat yang telah diberikan oleh Tuhan Yesus Kristus penulis juga menyampaikan rasa terima kasih yang sedalam-dalamnya kepada Ibu Ns. Maria Lousiana, M. Biomed sebagai pembimbing yang telah membimbing dan selalu memberikan semangat mulai dari awal hingga selesainya penyusunan skripsi ini. Serta penghargaan dan ucapan terimakasih yang setulus-tulusnya kepada :

1. Tuhan Yesus Kristus, Roh Kudus, dan Seluruh Penghuni Surga yang selalu memberikan tuntunan dan kekuatan dalam proses penyelesaian skripsi ini.
2. Ibu Justina Purwarini A S.Kep., M.Kep., Sp.Mat., DNSc sebagai Ketua STIK Sint Carolus dan Sebagai Dosen penguji yang memberikan masukan dan dukungan untuk penulis
3. Ibu Sada Rasmada, S.Pt., M.KM selaku Kepala Prodi S1 Gizi STIK Sint Carolus, yang memberikan dukungan kepada penulis
4. Ibu Paramitha Wirdani Ningsih Marlina., S.Si, M.Si, Ibu Maria Meylan Yuliany Fernandez, M.Gizi, dan IbuWaisaktini Margareth, M. Gizi, dietitian sebagai dosen Prodi Gizi yang selalu memberikan dukungan kepada penulis
5. Pak Raymond Valentino yang selalu membantu penulis untuk melengkapi kebutuhan administrasi dalam penyelesaian skripsi ini
6. Seluruh teman-teman mahasiswa Prodi Gizi, Keperawatan, dan Kebidanan yang membantu penulis untuk menjadi responden dalam penelitian ini

7. Terkhusus kepada yang tercinta, kedua orang tua, Bapak dan Mama yang telah banyak berkorban banyak dalam mengasuh, mendidik, mendukung, dan mendoakan penulis dengan penuh kasih sayang dan tulus ikhlas
8. Adik tersayang, Michelle Vania, yang selalu ada untuk mendengarkan dan memberikan masukan kepada penulis
9. Kakak, Abang, Tulang, Nantulang dan Segenap keluarga besar tersayang yang selalu mendukung dan memberikan doa agar skripsi ini lancar hingga selesai
10. Teman-teman misdinar. Felicia Grace, Lily Chania, Marchelino Dwi, Andreas Hugo, dan semua yang tidak bisa disebutkan satu persatu, yang telah mendengarkan keluh kesah penulis dan memberikan dukungan dan semangat selama proses penyusunan skripsi ini
11. Teman-teman Gizi 2017. Yang selalu sedia untuk membantu, mendengarkan keluh kesah, dan berbagi tawa bersama penulis.
12. *Last but not least*, Terima kasih yang sebesar-besarnya kepada diriku sendiri, Caroline Natalia Agatha. Terimakasih karena sudah bertahan dalam keadaan apapun. Terima kasih karena sudah memilih untuk bangkit lagi, walau beberapa kali rasanya sulit menyelesaikan skripsi ini di tengah pandemi. Terima kasih sudah bertahan dan berjuang.

Penulis menyadari bahwa Skripsi ini masih kurang sempurna sehingga kepada pembaca, kiranya dapat memberikan saran yang sifatnya membangun agar kekurangan-kekurangan yang ada dapat diperbaiki.

Akhirnya Penulis berharap semoga skripsi ini dapat berguna pada diri pribadi penulis, almamater, bangsa, dan agama khususnya dalam rangka meningkatkan kualitas kesehatan di masa yang akan datang. Amin

Jakarta, Agustus 2021

Penulis

PERSETUJUAN PUBLIKASI

Sebagai civitas akademik STIK Sint Carolus Jakarta, saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Caroline Natalia Agatha

NIM : 201721002

Program Studi: S1 Gizi

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada STIK Sint Carolus **Hak Bebas Royalti Noneksekutif** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

HUBUNGAN KARAKTERISTIK MENSTRUASI, STATUS GIZI, ASUPAN KECUKUPAN KALSIMUM DAN KONSUMSI AIR PUTIH DENGAN KEJADIAN DISMINORE PADA MAHASISWI STIK SC

Dengan demikian saya memberikan kepada Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sint Carolus hak untuk menyimpan, mengalihmediakan, mengelolanya dalam bentuk pangkalan data, mendistribusikan secara terbatas, dan mempublikasikannya di Internet atau media lain untuk kepentingan akademis tanpa perlu meminta izin dari saya maupun memberikan royalty kepada saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Jakarta, Agustus 2021



Caroline Natalia Agatha

SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN Sint Carolus
PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI

Skripsi

Agustus 2021

Hubungan Karakteristik Menstruasi, Status Gizi, Asupan Kecukupan Kalsium dan Konsumsi Air Putih dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC

ABSTRAK

Menstruasi adalah respon tubuh yang normal saat tidak terjadi kehamilan. Saat terjadi menstruasi, biasanya wanita usia subur mengeluhkan rasa nyeri atau disminore. Disminore primer terjadi karena beberapa faktor eksternal. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara karakteristik menstruasi, status gizi, kecukupan asupan kalsium, dan konsumsi air putih dengan kejadian disminore pada mahasiswi STIK SC. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional*. Subjek penelitian adalah mahasiswi STIK SC sebanyak 99 responden. Teknik pengumpulan data menggunakan teknik *random sampling*. Pengumpulan data menggunakan e-kuisisioner *google form* dan wawancara menggunakan *Microsoft Teams*. Analisis yang digunakan adalah *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 77.8% responden mengalami nyeri menstruasi, Kemudian didapatkan hasil tidak adanya hubungan yang signifikan antara hubungan karakteristik menstruasi dengan kejadian disminore dengan *p value* usia menarche 0,330, *p value* durasi menstruasi 0,69, *p value* siklus menstruasi 0,171. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi (*p value* = 0,611), konsumsi kalsium (*p value* 0,288), konsumsi air putih (*p value*=0,288) dengan kejadian disminore pada mahasiswi STIK SC. Untuk penelitian selanjutnya, disarankan untuk mengamati faktor lain seperti stress, obat nyeri, menggunakan alat ukur gelas URT dan memperhatikan bahan makanan zat gizi makro yang dikonsumsi.

Kata kunci: Disminore, Menstruasi, Status Gizi, Konsumsi Air Putih, Konsumsi Kalsium

SINT CAROLUS SCHOOL OF HEALTH SCIENCE
NUTRITION PROGRAM

Skripsi

Agustus 2021

The Relationship Between Menstrual Characteristics, Nutritional Status, Adequate Intake of Calcium and Consumption of Water with The Incidence of Dysmenorrhea at Sint Carolus School of Health Sciences

ABSTRACT

Background: Menstruation is a normal body response when there was no pregnancy. When in menstruation period, women usually complained painful or commonly known dysmenorrhea. primary dysmenorrhea caused by some factors, that is menstruation characteristic consisting of age of menarche, menstrual duration, menstrual cycle, nutritional status, Intake of calcium, and consumption of water. This study is for Identify The Relationship Between Menstrual Characteristics, Nutritional Status, Adequate Intake of Calcium and Consumption of Water with The Incidence of Dysmenorrhea at Sint Carolus School of Health Sciences. This research uses cross sectional design. Subject of this research is 99 Students of Sint Carolus School of Health Science. Data collection technique using random sampling technique. Data collection by Google Form and interview by Microsoft Teams. The data analysis used in this study is univariate analysis and bivariate analysis with chi-square test. Result of this research show that 77.8% respondents feel pain during menstruation. There is no significant relationship between relationship characteristic menstruation with dysmenorrhea incidence with age of menarche p value 0,330, menstrual duration p value 0,69, menstrual cycle p value 0,171. There is no significant relationship between nutritional status with dysmenorrhea incidence with p value 0,611. There is no significant relationship between Adequate intake of calcium with dysmenorrhea incidence with p value 0,288. There is no significant relationship between consumption of water with dysmenorrhea incidence with p value 0,288. For the next research, recommended to observe another factors like stress, painkiller, use a measuring cup and notice for macronutrient foods consumed

Keywords : Dysmenorrhea, Menstruation, Calcium, Water, Painkiller

HALAMAN RIWAYAT HIDUP PENULIS

Penulis dilahirkan pada tanggal 30 Desember 1998 di Bekasi. Penulis adalah anak tunggal dari pasangan Bapak Ignasius Daya dan Ibu Rotua Elly Rathnanie.

Penulis menyelesaikan pendidikan SMP Flora II Bekasi pada tahun 2011-2014, kemudian melanjutkan pendidikan SMA Santo Yoseph Jakarta pada tahun 2014-2017, dan melanjutkan ke perguruan tinggi di STIK Sint Carolus Jakarta pada tahun 2017.

Selama mengikuti pendidikan, penulis aktif di organisasi kampus dengan bergabung dengan Himpunan Mahasiswa 2018-2020 dan menjadi Representatif ILMAGI 2018-2020, dan bergabung dengan beberapa organisasi di gereja.

DAFTAR ISI

PERNYAATAAN ORISINALITAS	ii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
ABSTRAK	viii
HALAMAN RIWAYAT HIDUP PENLULIS	x
DAFTAR ISI.....	xi
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. LATAR BELAKANG.....	1
B. RUMUSAN MASALAH	3
C. TUJUAN PENELITIAN	4
D. MANFAAT PENELITIAN.....	4
E. RUANG LINGKUP PENELITIAN	5
BAB II.....	6
TINJAUAN PUSTAKA	6
2.1 Karakteristik Menstruasi	6
2.2 Disminore	8
2.3 Penelitian Terkait	12
2.4 Kerangka Teori.....	14
BAB III	15
KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS, DEFINISI OPERASIONAL.....	15
BAB IV	19
METODE PENELITIAN.....	19
BAB V.....	28

HASIL DAN PEMBAHASAN.....	28
A.HASIL.....	28
B. PEMBAHASAN.....	36
BAB VI	43
SIMPULAN DAN SARAN	43
DAFTAR PUSTAKA	45

DAFTAR TABEL

5.1	Tabel Sebaran Usia Menarche Responden.....	28
5.2	Tabel Durasi Menstruasi	29
5.3	Tabel Siklus Menstruasi.....	29
5.4	Tabel Status Gizi Responden	29
5.5	Tabel Lingkar Lengan Responden	30
5.6	Tabel Konsumsi Air Putih.....	30
5.7	Tabel Kecukupan Kalsium.....	30
5.8	Tabel Konsumsi Obat Nyeri	31
5.9	Tabel Nyeri Menstruasi.....	31
5.10	Tabel Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC.....	32
5.11	Tabel Hubungan Durasi Menstruasi dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC.....	32
5.12	Tabel Hubungan Siklus menstruasi dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC.....	33
5.13	Tabel Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC.....	33
5.14	Tabel Hubungan Lingkar Lengan dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC.....	34
5.15	Tabel Hubungan Konsumsi Air Putih dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC	34
5.16	Tabel Hubungan Konsumsi Kalsium dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC.....	35
5.17	Tabel Hubungan Konsumsi Obat Nyeri dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi STIK SC	35

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Informed Consent	51
Lampiran 2. Kuisisioner	52
Lampiran 3. Ethical Clearance	57
Lampiran 4. Hasil Univariat.....	58
Lampiran 5. Uji Bivariat	61
Lampiran 6. Uji Validitas dan Reliabilitas Kuisisioner	78