

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DAN STATUS GIZI
DENGAN KEJADIAN *DISMENORE* PADA
SISWI SMK BATIK 1 SURAKARTA**

SKRIPSI



Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Ijazah S1 Gizi

Disusun Oleh:

ARNI MULIANA

J 310 161 008

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA**

2018

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DAN STATUS GIZI
DENGAN KEJADIAN *DISMENORE* PADA
SISWI SMK BATIK 1 SURAKARTA**

Skripsi Ini Disusun Sebagai Salah Satu Syarat
Untuk Memperoleh Ijazah S1 Gizi



Disusun Oleh:

ARNI MULIANA

J 310 161 008

**PROGRAM STUDI S1 ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
2018**

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi ini adalah hasil pekerjaan saya sendiri dan didalamnya tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan disuatu perguruan tinggi dan lembaga pendidikan lainnya. Pengetahuan yang diperoleh dari hasil penerbitan maupun yang belum atau tidak diterbitkan sumbernya dijelaskan didalam tulisan dan daftar pustaka.

Surakarta, 5 Mei 2018

Arni Muliana

HALAMAN PERSETUJUAN

Judul Penelitian : Hubungan Asupan Zat Besi dan Status Gizi dengan
Kejadian *Dismenore* pada Siswi SMK Batik 1
Surakarta
Nama Mahasiswa : Arni Muliana
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 161 008

Telah diuji dan dinilai Tim Penguji Skripsi Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1
Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta
pada tanggal 5 Mei 2018 dan telah diperbaiki
sesuai dengan masukan Tim Penguji

Surakarta, Mei 2018

Menyetujui
Pembimbing

Kristien Andrian, SKM., M.Si
NIP. 19680509 199103 2 0051

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta

Endang Nur Widiyaningsih, SST., M.Si, Med
NIK/NIDN : 717/06-2908-7401

HALAMAN PENGESAHAN

Judul Penelitian : Hubungan Asupan Zat Besi dan Status Gizi dengan
Kejadian *Dismenore* pada Siswi SMK Batik 1
Surakarta
Nama Mahasiswa : Arni Muliana
Nomor Induk Mahasiswa : J 310 161 008

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi
Program Studi Ilmu Gizi Jenjang S1 Fakultas Ilmu Kesehatan
pada tanggal 5 Mei 2018
dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

Surakarta, Mei 2018

Penguji I : Kristien Andriani, SKM., M.Si ()
Penguji II : Farida Nur Isnaeni, SGz., MSc, Dietisien ()
Penguji III : Ir. Listyani Hidayati, M.Kes ()

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Surakarta




Dr. Mutalazimah, SKM., M.Kes
NIK/IDN : 786/06-1711-7301

MOTTO

*Maka sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.
Sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.
Maka apabila engkau telah selesai (dari sesuatu urusan), tetaplah
bekerja keras (untuk urusan yang lain).
Dan hanya kepada Tuhanmulah engkau berharap.
(QS. AL-INSYIRAH, 5-8)*

*Agar sukses,
Kemauanmu untuk berhasil harus lebih besar
Dari ketakutanmu untuk gagal
(Bill Cosby)*

HALAMAN PERSEMBAHAN

Alhamdulillah Rabbil'alamiin, terimakasih kupanjatkan kepada Allah SWT yang telah memberikan nikmat kesehatan dan kelancaran dalam perjalanan hidupku terutama sepanjang perjalanan menyelesaikan tugas akhir ini, sehingga tugas akhir ini dapat terselesaikan dengan tepat waktu guna sebagai salah satu syarat untuk memperoleh ijazah S1.

Kupersembahkan skripsi ini kepada :

1. Kedua orang tua tercinta, Bapak La Rasi, dan Ibu Wa Ati, yang telah memberikan dukungan, semangat, cinta kasih sayangnya, do'a yang selalu dipanjatkan demi kelancaran studi untuk mewujudkan impian-impian ananda serta pengorbanan yang luar biasa selama ini.
2. Saudara-saudara tersayang Aristam Rasi, Leny Purnama, Muh. Jumrat, Nini Rahayu, Marsaban, Julhijjah, dan keponakan-keponakan, serta keluarga besar yang banyak memberikan motivasi agar dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah ini dengan tepat waktu.
3. Teman-teman S1 Gizi Transfer angkatan 2016 khususnya yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu, yang sudah memberikan moment-moment terindah selama perkuliahan.

RIWAYAT HIDUP



Nama : Arni

Tempat, Tanggal Lahir : Tombula, 21 Oktober 1993

Jenis Kelamin : Perempuan

Agama : Islam

Nama Ayah : La Rasi, S.Pd

Nama Ibu : Wa Ati, S. Pd

Alamat : Danagoa RT : 001 RW : 002

Email : arnimuliana13@gmail.com

Riwayat pendidikan : 1. Lulus SDN 10 Tongkuno Tahun 2006
2. Lulus SMPN 1 Tongkuno Tahun 2009
3. Lulus SMAN 1 Tongkuno Tahun 2012
4. Lulus DIII Gizi Poltekkes Makassar Tahun 2015
5. Menempuh Pendidikan di Universitas Muhammadiyah Surakarta Fakultas Ilmu Kesehatan Angkatan 2016

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr.Wb.

Alhamdulillahirabbil'amin segala puji bagi Allah SWT atas limpahan karuniaNYA yang tiada terbatas. Hanya karena rahmat serta hidayahNYA semata penulis dapat menyelesaikan proposal penelitian dengan judul **“HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN *DISMENO*RE PADA SISWI SMK BATIK 1 SURAKARTA”**

Skripsi ini disusun sebagai syarat untuk melengkapi tugas akhir dan memenuhi syarat kelulusan Sarjana Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.

Penyusunan skripsi ini tidak terlepas dari bantuan serta doa dari berbagai pihak, untuk itu dengan segala kerendahan hati penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Bapak Dr. Sofyan Anif, M.Si, selaku Rektor Universitas Muhammadiyah Surakarta.
2. Ibu Dr. Mutalazimah, SKM, M.Kes, selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
3. Ibu Endang Nur Widiyaningsih, SST, M.Si.Med, selaku Ketua Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta.
4. Ibu Kristien Andriani, SKM, M.Si selaku pembimbing yang telah meluangkan waktu, tenaga dan pikirannya untuk membimbing dan mengarahkan peneliti dalam menyelesaikan proposal ini.
5. Ayahanda dan ibunda serta seluruh keluarga yang telah memberikan motivasi sangat besar, terimakasih banyak atas doa dan dukungan yang tiada batas.

6. Segenap dosen dan staff Program Studi Ilmu Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Surakarta yang telah membantu menyelesaikan proposal ini.
7. Teman-teman S1 Gizi Transfer Universitas Muhammadiyah Surakarta angkatan 2016, terima kasih atas kebersamaan, dukungan dan kerjasamanya selama ini.
8. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu.

Penulis menyadari bahwa dalam penulisan skripsi ini masih jauh dari sempurna. Untuk itu penulis mengharapkan saran dan kritik yang membangun demi menyempurnakannya. Akhir kata penulis mengucapkan banyak terima kasih.

Wassalamu'alaikum Wr.Wb.

Surakarta, Mei 2018

Penulis

Arni Muliana

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
MOTTO.....	v
HALAMAN PERSEMBAHAN	vi
RIWAYAT HIDUP	vii
KATA PENGANTAR.....	viii
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK.....	xv
ABSTRACT	xvi
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah	4
C. Tujuan.....	4
D. Manfaat.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Landasan Teori	6
1. Remaja Putri	6
2. Status Gizi.....	10
3. Menstruasi.....	13
4. <i>Dismenore</i>	15
5. Asupan Gizi (Zat Besi).....	24
6. Hubungan Zat Besi dengan Dismenore	27
7. Hubungan Status Gizi dengan Dismenore.....	28
8. Internalisasi Nilai-nilai Keislaman	29
B. Kerangka Teori.....	31
C. Kerangka Konsep.....	32
D. Hipotesis	32
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Jenis dan Rancangan Penelitian	33
B. Tempat dan Waktu Penelitian	33
C. Populasi dan Sampel	34
D. Variabel Penelitian	36

E. Definisi Operasional	37
F. Pengumpulan Data	38
G. Langkah-langkah Penelitian	39
H. Pengolahan Data	41
I. Analisis Data	43
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	
A. Gambaran Umum Lokasi Penelitian	44
1. Gambaran Umum Sekolah	44
2. Visi dan Misi Sekolah	45
B. Karakteristik Responden	45
1. Usia Responden.....	45
2. Lama Menstruasi Responden.....	46
3. Kejadian Dismenore	47
4. Distribusi Asupan Zat Besi Responden	49
5. Distribusi Status Gizi Responden	51
C. Analisis Bivariat.....	52
1. Hubungan Asupan Zat Besi dengan Kejadian Dismenore	52
2. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenore	54
D. Keterbatasan Penelitian	57
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN	
A. KESIMPULAN	58
B. SARAN	58
DAFTAR PUSTAKA	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	Angka Kecukupan Zat Besi (Fe) Remaja Putri	25
Tabel 2	Nilai Zat Besi Berbagai Bahan Makanan (Mg/100 Gram)	26
Tabel 3	Jadwal Rencana Kegiatan Penelitian	32
Tabel 4	Definisi Operasional	37
Tabel 5	Distribusi Responden Berdasarkan Usia	46
Tabel 6	Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi	46
Tabel 7	Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Dismenore	48
Tabel 8	Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Keparahan Nyeri	48
Tabel 9	Distribusi Responden Berdasarkan Asupan Zat Besi	49
Tabel 10	Distribusi Statistik Deskriptif Asupan Zat Besi Responden	50
Tabel 11	Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi	51
Tabel 12	Distribusi Responden Berdasarkan Status Gizi	51
Tabel 13	Distribusi Asupan Zat Besi dengan Kejadian Dismenore	52
Tabel 14	Distribusi Status Gizi dengan Kejadian Dismenore	54

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1	Kerangka Teori.....	31
Gambar 2	Kerangka Konsep.....	32

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	Pernyataan Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 2	<i>Universal Pain Assessment Tool</i>
Lampiran 3	Data Status Gizi
Lampiran 4	Form <i>Food Frequency</i> Semi Kuantitatif
Lampiran 5	Master Tabel
Lampiran 6	Analisis Statistik
Lampiran 7	Foto Penelitian

**PROGRAM STUDI ILMU GIZI
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH SURAKARTA
SKRIPSI**

ABSTRAK

ARNI MULIANA. J 310 161 008

**HUBUNGAN ASUPAN ZAT BESI DAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN
DISMENOIRE PADA SISWI SMK BATIK 1 SURAKARTA**

Latar Belakang : Semua wanita akan mengalami menstruasi. Beberapa wanita terutama remaja mengalami gangguan atau keluhan saat menstruasi diantaranya adalah nyeri pada saat menstruasi (*dismenore*). *Dismenore* ditandai dengan nyeri perut pada bagian bawah, terkadang rasa nyeri tersebut menyebar hingga ke bagian pinggul, paha, dan punggung. *Dismenore* terjadi diawal atau disaat menjelang menstruasi. Asupan zat besi dan status gizi memiliki keterkaitan dengan terjadinya *dismenore*.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan asupan zat besi dan status gizi dengan kejadian *dismenore* pada siswi di SMK Batik 1 Surakarta

Metode penelitian: Jenis penelitian ini adalah observasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah sebanyak 53 sampel. Data kejadian *dismenore* diperoleh menggunakan *Universal Pain Assessment Tool*. Data asupan zat besi diperoleh menggunakan *Food Frequency Questionnaire (FFQ)* semi kuantitatif. Data status gizi diperoleh dengan pengukuran berat badan menggunakan timbangan injak digital dan tinggi badan menggunakan *microtoise* dan dinilai berdasarkan IMT/U. Analisis bivariat menggunakan uji *Chi Square*.

Hasil: Berdasarkan kejadian *dismenore* yang mengalami *dismenore* sebanyak 46 responden (86,8%) dan yang tidak mengalami *dismenore* sebanyak 7 responden (13,2%). Responden dengan asupan zat besi kurang sebanyak 50 responden (94,3%). Responden dengan status gizi normal sebanyak 16 responden (30,2%), status gizi kurus sebanyak 16 responden (30,2%) dan yang memiliki status gizi gemuk sebanyak 21 responden (39,6%). Hasil analisa statistik menunjukkan hubungan asupan zat besi dengan kejadian *dismenore* *p value* = 0,043 dan hubungan status gizi dengan kejadian *dismenore* *p value* =0,021.

Kesimpulan : Ada hubungan antara asupan besi dan status gizi dengan kejadian *dismenore*.

Kata Kunci : Asupan Zat Besi, *Dismenore* , Status Gizi

**NUTRITION SCIENCE STUDY PROGRAM
FACULTY OF HEALTH SCIENCES
UNIVERSITY OF MUHAMMADIYAH SURAKARTA
PAPER**

ABSTRACT

ARNI MULIANA. J 310 161 008

**THE CORRELATION OF IRON INTAKE AND NUTRITIONAL STATUS WITH
DYSMENORRHEA INCIDENT AMONG FEMALE STUDENTS AT
VOCATIONAL HIGH SCHOOL BATIC ONE SURAKARTA**

Background : All women will experience menstruation. Some women, especially teenagers experience disorders or complaints during menstruation, including pain during menstruation (*dysmenorrhea*). *Dysmenorrhea* is characterized by abdominal pain at the bottom, sometimes the pain spreads to the hips, thighs, and back. *Dysmenorrhea* occurs early or at the time of menstruation. Iron intake and nutritional status are associated with *dysmenorrhea*.

Objective : This study aims to determine the relationship between iron intake and nutritional status with the incidence of *dysmenorrhea* on female students at vocational high school Batic 1 Surakarta.

Methods : The study was observational with *cross-sectional* approach. The sampling technique using *simple random sampling* with total 53 samples. *Dysmenorrhea* incidence data were obtained using the *Universal Pain Assessment Tool*. Iron intake data were obtained using a semi-quantitative *Food Frequency Questionnaire* (FFQ). Nutritional status data were obtained with eight measured using digital scales and height using microtoise and assessed by BMI/U. Bivariate analysis using *Chi Square test*.

Results : Based on the incidence of *dysmenorrhea* are experiencing *dysmenorrhea* were 46 respondents (86,8%) and who did not experience *dysmenorrhea* as many as 7 respondents (13,2%). Respondents with less iron intake were 50 respondents (94,3%). Respondents with normal nutritional status were 16 respondents (30,2%), wasting nutritional status were 16 respondents (30,2%), and fat nutritional status were 21 respondents (39,6%). Statistical analysis showed the correlation iron intakes and the incidence of *dysmenorrhea* value of $p = 0,043$, and the correlation nutritional status and the incidence of *dysmenorrhea* value of $p = 0,021$.

Conclusion : There was a correlation between iron intakes and nutritional status and the incidence of *dysmenorrhea*.

Keywords : Iron intake, *dysmenorrhea*, nutritional status