

Universitas Ngudi Waluyo
Program Studi S1 Keperawatan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Skripsi, Agustus 2022
Nur Reski
012201004

**HUBUNGAN ASUPAN KALSIUM DENGAN TINGKAT *DYSMENOIRE*
PADA REMAJA PEREMPUAN DI KELURAHAN PRAPATAN
KECAMATAN BALIKPAPAN KOTA KABUPATEN BALIKPAPAN
PROVINSI KALIMANTAN TIMUR**
L + 50 halaman + 2 gambar + 8 tabel + lampiran

Abstrak

Latar Belakang : Dismenore adalah nyeri haid berasal dari kram rahim yang terjadi selama menstruasi. Dismenorea/nyeri haid terjadi karena ketidakseimbangan hormon dalam darah sehingga menyebabkan rasa nyeri timbul. Mengonsumsi Kalsium dapat mengurangi *dysmenore*. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui Hubungan Asupan Kalsium Dengan Tingkat *Dysmenore* Pada Remaja Di Kelurahan Prapatan.

Metode : Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross sectio*. Pada penelitian ini variable yang independen dan variable dependen dinilai secara bersamaan, populasi penelitian berjumlah 96 responden. Instrumen yang digunakan yakni kuesioner. Uji statistik yang digunakan yakni chi-square.

Hasil : Hasil dari *uji ChiSquare* menunjukkan nilai Sig. sebesar $0.001 < 0.05$ dengan demikian dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara asupan kalsium dengan tingkat *dysmenore* pada remaja di kelurahan prapatan.

Saran : Diharapkan remaja lebih meningkatkan konsumsi makanan yang banyak mengandung kalsium seperti sayur-sayuran buah-buahan dan kacang-kacangan dan olahannya agar kebutuhan kalsium terpenuhi dan dapat mengurangi *dysmenore*.

Kata kunci : *Dysmenore*, remaja, konsumsi kalsium

Ngudi Waluyo University
Nursing Undergraduate Study
Program Faculty of Health Sciences
Thesis, August 2022
Nur Reski
012201004

**THE RELATIONSHIP OF CALCIUM INTAKE WITH THE LEVEL OF
DYSMENORE IN ADOLESCENTS IN PRAPATAN SUB-DISTRICT
BALIKPAPAN CITY, BALIKPAPAN REGENCY, EAST KALIMANTAN
PROVINCE**

L + 50 pages + 2 tables + 8 images + attachment

Abstract

Background : Dysmenorrhea is abdominal pain that comes from uterine cramps that occur during menstruation. Dysmenorrhea / menstrual pain occurs due to an imbalance of hormones in the blood, causing pain to arise. Consuming Calcium can reduce dysmenorrhea. The purpose of this study was to determine the relationship between calcium intake and the level of dysmenorrhea in adolescents in Prapatan village.

Methods: This type of research is a descriptive correlational study with a cross-sectional approach. In this study, the independent variable and the dependent variable were assessed simultaneously, the research population was 96 respondents. The instrument used is a questionnaire. The statistical test used is chi-square.

Results: The results of the ChiSquare test showed the value of Sig. of $0.001 < 0.05$. Thus, it can be said that there is a significant relationship between calcium intake and the level of dysmenorrhea in adolescents in Prapatan Village.

Suggestion: It is expected that adolescents will increase their consumption of foods that contain lots of calcium such as vegetables, fruits and nuts and their processed products so that calcium needs are met and can reduce dysmenorrhea.

Keywords: Dysmenorrhea, adolescents, calcium consumption

