

**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI Fe, VITAMIN C  
DAN STATUS ANEMIA DENGAN KEJADIAN DISMENOREA  
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SUKAWATI  
KABUPATEN GIANYAR PROVINSI BALI**



**Oleh:**

**NI WAYAN ANISA CASTELI**

**NIM. P07131214008**

**KEMENTERIAN KESEHATAN RI  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI DIPLOMA IV  
DENPASAR  
2018**

**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI Fe, VITAMIN C  
DAN STATUS ANEMIA DENGAN KEJADIAN DISMENOREA  
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SUKAWATI  
KABUPATEN GIANYAR PROVINSI BALI**

**Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat  
Menyelesaikan Pendidikan Diploma IV Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Denpasar**

**Oleh:  
NI WAYAN ANISA CASTELI  
NIM. P07131214008**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR  
JURUSAN GIZI PROGRAM STUDI D IV  
DENPASAR  
2018**

## LEMBAR PERSETUJUAN

### HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI Fe, VITAMIN C DAN STATUS ANEMIA DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SUKAWATI KABUPATEN GIANYAR PROVINSI BALI

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama,



I.G. A. Ari Widarti, DCN, M.Kes  
NIP. 19630921 198603 2 002

Pembimbing Pendamping,



Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes  
NIP. 19591211 1982201 2 001

Mengetahui :

Ketua Jurusan Gizi

Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



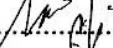
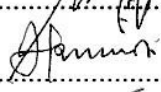
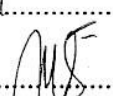
Ni Komang Wiardani, SST., M. Kes  
NIP. 19670316 199003 2 002

**PENELITIAN DENGAN JUDUL :**  
**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI Fe, VITAMIN C**  
**DAN STATUS ANEMIA DENGAN KEJADIAN DISMENOREA**  
**PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SUKAWATI**  
**KABUPATEN GIANYAR PROVINSI BALI**

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI**

**PADA HARI : SENIN**  
**TANGGAL : 9 JULI 2018**

**TIM PENGUJI :**

- |                                     |              |   |
|-------------------------------------|--------------|---|
| 1. Ir. Made Purnadhibrata, M.Kes    | (Ketua)      | (.....  .....) |
| 2. Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes  | (Anggota I)  | (.....  .....) |
| 3. I G. A. Ari Widarti, DCN, M. Kes | (Anggota II) | (.....  .....) |

Mengetahui :  
Ketua Jurusan Gizi  
Politeknik Kesehatan Kemenkes Denpasar



Ni Komang Wiardani, SST., M. Kes  
NIP. 19670316 199003 2 002

## SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ni Wayan Anisa Casteli  
NIM : P07131214008  
Program Studi : Diploma IV  
Jurusan : Gizi Poltekkes Denpasar  
Tahun Akademik : 2014  
Alamat : Br. Dauh Uma, Batuan Kaler, Sukawati, Gianyar

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Tugas Akhir dengan judul Hubungan Tingkat Konsumsi Fe, Vitamin C Dan Status Anemia Dengan Kejadian Dismenorea Di SMA Negeri 1 Sukawati Kabupaten Gianyar Provinsi Bali adalah benar **karya sendiri atau bukan plagiat hasil karya orang lain.**
2. Apabila dikemudian hari terbukti bahwa Tugas Akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, maka saya sendiri bersedia menerima sanksi sesuai Peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan ini saya buat untuk dipergunakan dengan sebagaimana mestinya.

Denpasar, Juli 2018

Yang membuat pernyataan



Ni Wayan Anisa Casteli

P07131214008

**HUBUNGAN TINGKAT KONSUMSI Fe, VITAMIN C  
DAN STATUS ANEMIA DENGAN KEJADIAN DISMENOREA  
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SUKAWATI  
KABUPATEN GIANYAR PROVINSI BALI**

**ABSTRAK**

Dismenorea adalah gangguan fisik yang berupa nyeri perut sebelum dan selama menstruasi yang terjadi tanpa tanda-tanda infeksi atau penyakit panggul. Salah satu penyebab dismenorea adalah anemia. Anemia dapat terjadi karena mengalami kekurangan asupan zat besi dan vitamin C. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi Fe, Vitamin C dan status anemia dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 1 Sukawati. Jenis penelitian ini adalah observasional dengan rancangan *Cross Sectional*. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 79 siswi di SMA Negeri 1 Sukawati. Variabel dikumpulkan dengan metode recall 24 jam, pengukuran kadar Hb dan penggunaan kuesioner. Hasil penelitian menunjukkan terdapat 78 sampel (99%) dengan tingkat konsumsi Fe kurang dan 65 sampel (82%) dengan tingkat konsumsi vitamin C kurang. Sebesar 32% sampel mengalami anemia dan 76% sampel mengalami dismenorea. Dari hasil analisis Chi Square menunjukkan tidak ada hubungan antara tingkat konsumsi Fe ( $p$  value = 0.356) dan vitamin C dengan status anemia ( $p$  value = 0.479). Serta tidak ada hubungan antara status anemia dengan kejadian dismenorea ( $p$  value = 0.567).

Kata Kunci : dismenorea, anemia, konsumsi Fe dan vitamin C

**THE RELATION BETWEEN CONSUMPTION LEVEL OF Fe,  
VITAMIN C AND STATUS OF ANEMIA WITH DYSMENORRHEA  
INCIDENCE OF TEENAGE GIRLS IN SMA NEGERI 1 SUKAWATI  
KABUPATEN GIANYAR PROVINSI BALI**

**ABSTRACT**

*Dysmenorrhea is a physical disorder of abdominal pain before and during the menstrual period, that occurs without the infection signs or pelvic disease. One of the causes of dysmenorrhea is anemia. Anemia occurs because someone has deficiency of iron and intake of vitamin C. The purpose of this research is to knowing the relation between consumption level of Fe, vitamin C and status of anemia with dysmenorrhea incidence of teenage girls in SMA Negeri 1 Sukawati. The type of this research is observasional research with the cross sectional design. This research was conducted on 79 teenage girls in SMA Negeri 1 Sukawati. The variables of this study were collected by 24 hour recall method, measurement of Hb level and by using questionnaires. The result of this research showed there were 78 samples (99%) that had less consumption level of Fe and 65 samples (82%) had less consumption level of vitamin C. 32% samples of this research were anemia and 76% samples were dysmenorrhea. According to the chi square analysis result there wasn't relation between consumption level of Fe ( $p = 0,356$ ) and vitamin C with status of anemia ( $p = 0,479$ ). And there wasn't relation between status of anemia with the incidence of dysmenorrhea ( $p = 0,567$ ).*

*Keywords : Dysmenorrhea, anemia, consumption of Fe and vitamin C*

## **RINGKASAN PENELITIAN**

Hubungan Tingkat Konsumsi Fe, Vitamin C dan Status Anemia dengan Kejadian  
Dismenorea pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sukawati  
Kabupaten Gianyar Provinsi Bali

Oleh : Ni Wayan Anisa Casteli (NIM : P07131214008)

Dismenorea adalah gangguan fisik yang berupa nyeri perut sebelum dan selama menstruasi yang terjadi tanpa tanda-tanda infeksi atau penyakit panggul. Dismenorea biasanya terjadi akibat pelepasan prostaglandin dari sel-sel endometrium. Dari data WHO tahun 2010 didapatkan 90% wanita mengalami dismenorea sedangkan di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25%. Banyak faktor yang mempengaruhi dismenorea salah satunya adalah anemia. Saat seseorang menderita anemia maka sensitivitas tubuh terhadap nyeri akan meningkat. Hal ini dapat mengakibatkan seseorang yang sedang menstruasi, dapat merasakan adanya nyeri yang berlebihan pada saat menstruasi atau disebut dismenorea. Beberapa faktor yang menyebabkan seseorang mengalami anemia adalah karena pemahaman gizi yang keliru sehingga rendahnya konsumsi makanan yang mengandung zat gizi khususnya zat besi dan vitamin C.

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat konsumsi Fe, Vitamin C dan status anemia dengan kejadian dismenorea pada remaja Putri di SMA Negeri 1 Sukawati. Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional dengan rancangan *Cross Sectional*. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 79 siswi di SMA Negeri 1 Sukawati. Data yang dikumpulkan adalah data tingkat konsumsi Fe dan vitamin C dikumpulkan melalui wawancara menggunakan form recall 24 jam sebanyak 2 kali tidak berurutan.. Kemudian dikonversikan ke dalam zat gizi Fe dan vitamin C dengan bantuan komputer. Hasilnya dirata-ratakan kemudian dibagi dengan kecukupan dan dikali 100%. Tingkat konsumsi dibagi menjadi 3 kategori yaitu kurang < 80% AKG , baik 80 – 100% AKG dan lebih > 100% AKG. Data status anemia yang dilakukan dengan cara mengukur langsung kadar Hb dengan Hb meter merk *EasyTouch GCHb*. Kemudian dibandingkan dengan standar dan dibagi menjadi 2 kategori yaitu anemia <12 g/dl dan tidak



anemia  $\geq 12$  g/dl. Data Dismenorea dikumpulkan melalui wawancara langsung kepada sampel dengan menggunakan kuisioner. Data Dismenorea akan dikelompokkan berdasarkan kategori tidak dismenore jika tidak mengalami gejala nyeri perut dan 2 gejala penyerta lainnya saat sebelum dan selama menstruasi. Sedangkan dismenorea jika rasa nyeri pada perut bagian bawah dan dua atau lebih gejala penyerta lainnya sebelum dan selama menstruasi.

Hasil menunjukkan bahwa tingkat konsumsi Fe sebagian besar dalam kategori kurang yaitu 78 sampel (99%). Tingkat konsumsi Fe di bawah rata-rata yaitu 47 sampel (59%) dan di atas rata-rata yaitu 32 sampel (41%) dari 79 sampel. Tingkat konsumsi vitamin C kategori kurang yaitu 65 sampel (82%) dan kategori baik yaitu 11 sampel (14%). Tingkat konsumsi vitamin C di bawah rata-rata yaitu 46 sampel (58%) dan di atas rata-rata yaitu 33 sampel (42%). Untuk status anemia, dari 79 sampel sebanyak 25 sampel (32%) mengalami anemia dan 54 sampel (68%) tidak anemia. Sampel yang mengalami dismenorea di SMA Negeri 1 Sukawati sebanyak 60 sampel (76%) dan yang tidak mengalami dismenorea sebanyak 19 orang (24.1%).

Dari hasil analisis statistik menggunakan uji Chi Square menunjukkan hasil tidak ada hubungan antara tingkat konsumsi zat besi (Fe) dan vitamin C dengan status anemia. Hasil uji statistik hubungan status anemia dan kejadian dismenorea diperoleh hasil tidak ada hubungan antara status anemia dengan kejadian dismenorea, diperoleh nilai p value = 0.567.

Disarankan perlu penyuluhan kesehatan reproduksi, gizi remaja kepada siswi di SMA Negeri 1 Sukawati melihat tingginya prevalensi dismenorea, anemia dan rendahnya tingkat konsumsi Fe dan vitamin C. Edukasi gizi juga dapat diberikan pada beberapa mata pelajaran di kelas. Selain itu, dapat dilakukan dengan cara memasang informasi mengenai gizi pada papan pengumuman (mading).

Daftar Bacaan : 62 (tahun 1983 – tahun 2016)

## **KATA PENGANTAR**

Puji dan syukur penulis panjatkan kehadapan Ida Sang Hyang Widhi Wasa karena berkat rahmat-Nya, penulis telah dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Tingkat Konsumsi Fe, Vitamin C dan Status Anemia pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Sukawati” tepat pada waktunya.

Pada kesempatan ini, penulis mengucapkan terima kasih yang tidak terhingga kepada :

1. Ibu I.G.A Ari Widarti, DCN, M. Kes dan Ir. Desak Putu Sukraniti, M.Kes selaku pembimbing yang telah membimbing, mengarahkan dan memberikan saran serta petunjuk dalam pembuatan skripsi ini.
2. Direktur Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan skripsi ini.
3. Ketua Jurusan Gizi dan dosen serta staff di Jurusan Gizi Politeknik Kesehatan Denpasar, yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam pembuatan skripsi ini.
4. Kepala SMA Negeri 1 Sukawati atas ijin untuk melakukan penelitian di SMA Negeri 1 Sukawati.
5. Guru dan staff di SMA Negeri 1 Sukawati yang membantu saya dalam penelitian.
6. Siswi di SMA Negeri 1 Sukawati yang telah bersedia memberikan waktunya untuk menjadi sampel.
7. Orang Tua dan keluarga, I Kadek Rudyanto, sahabat, dan semua teman yang selalu memberikan doa dan dukungan semangat dalam pembuatan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih banyak terdapat kekurangan. Penulis sangat mengharapkan saran dan kritik yang bersifat membangun untuk penyempurnaan skripsi ini. Akhir kata penulis mengharapkan skripsi ini dapat dijadikan pedoman dalam menyusun skripsi dan bermanfaat bagi kita semua.

Penulis

## DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL .....	i
LEMBAR PERSETUJUAN.....	ii
LEMBAR PENGESAHAN .....	iii
SURAT PERNYATAAN .....	iv
ABSTRAK .....	v
ABSTRACT .....	vi
RINGKASAN PENELITIAN .....	vii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	x
DAFTAR TABEL .....	xii
DAFTAR GAMBAR .....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN .....	xiv
BAB I PENDAHULUAN .....	1
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	4
C. Tujuan Penelitian .....	5
D. Manfaat Penelitian .....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA .....	7
A. Dismenorea .....	7
B. Anemia Gizi .....	13
C. Tingkat Konsumsi Zat Gizi .....	24
D. Profil Remaja .....	28

BAB III KERANGKA KONSEP .....	35
A. Kerangka Konsep .....	35
B. Variabel Penelitian .....	37
C. Definisi Operasional .....	38
D. Hipotesis .....	39
BAB IV METODE PENELITIAN .....	40
A. Jenis Penelitian .....	40
B. Tempat dan Waktu Penelitian .....	40
C. Populasi dan Sampel .....	41
D. Jenis dan Cara Pengumpulan Data .....	43
E. Pengolahan dan Analisis Data .....	47
F. Keterbatasa Penelitian .....	50
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....	51
A. Hasil Penelitian .....	51
B. Pembahasan .....	63
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN .....	70
A. Simpulan .....	70
B. Saran .....	71
DAFTAR PUSTAKA .....	72
LAMPIRAN .....	76

## DAFTAR TABEL

Nomor		Halaman
1.	Batas Kadar Hemoglobin .....	20
2.	Kecukupan Gizi Remaja Usia 13-18 tahun .....	25
3.	Definisi Operasional .....	38
4.	Sebaran Jumlah Siswa Menurut Kelas .....	51
5.	Sebaran Sampel Menurut Kelompok Umur .....	53
6.	Sebaran Sampel Menurut Umur Menarche .....	53
7.	Status Anemia Menurut Tingkat Konsumsi Fe .....	61
8.	Status Anemia Menurut Tingkat Konsumsi Vitamin C .....	62
9.	Kejadian Dismenorea Menurut Status Anemia .....	63

## DAFTAR GAMBAR

Nomor		Halaman
1.	Kerangka Konsep .....	35
2.	Sebaran Sampel Menurut Siklus Menstruasi .....	54
3.	Sebaran Sampel Menurut Lama Menstruasi .....	55
4.	Sebaran Sampel Menurut Keteraturan Menstruasi .....	55
5.	Sebaran Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Zat Besi .....	56
6.	Sebaran Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Vitamin C .....	57
7.	Sebaran Sampel Menurut Status Anemia .....	58
8.	Sebaran Sampel Menurut Kejadian Dismenorea .....	58
9.	Sebaran Sampel Menurut Derajat Nyeri Dismenorea .....	59
10.	Sebaran Sampel Menurut Cara Penanganan Dismenorea .....	60
11.	Sebaran Sampel Menurut Lama Gejala Dismenorea pada.....	60

## DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1.	Surat Ijin Penelitian .....	77
2.	Persetujuan Setelah Penjelasan (PSP) .....	81
3.	Kuesioner Pengumpulan Data .....	83
4.	Form Recall .....	86
5.	Perhitungan Besar Sampel .....	87
6.	Dokumentasi Penelitian .....	90
7.	Hasil Analisis .....	91
8.	Master Tabel .....	93