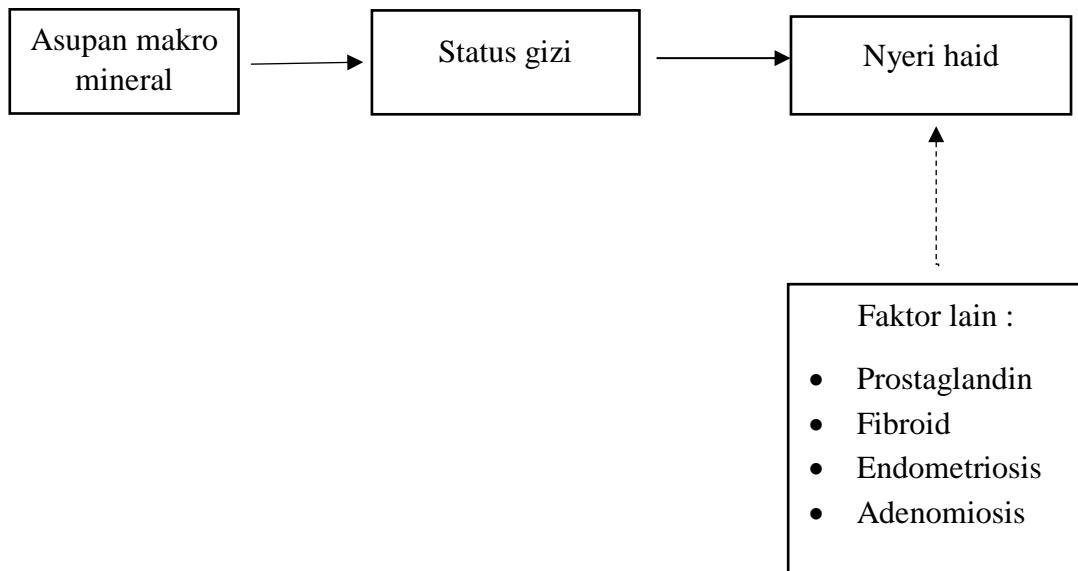


**BAB III**  
**KERANGKA KONSEP**

**A. Kerangka Konsep**



Keterangan:

—————> : Diteliti

----- : Tidak diteliti

Gambar 4. Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Haid

Penjelasan :

Status gizi secara langsung dipengaruhi oleh asupan, baik itu asupan dari zat gizi makro dan zat gizi mikro. Salah satu zat gizi mikro yang berperan yaitu mineral. Mineral terbagi menjadi dua yaitu mineral makro dan mineral mikro. Mineral makro merupakan mineral yang lebih banyak dibutuhkan oleh tubuh. Mineral makro yang akan diteliti adalah kalsium dan magnesium. Kemudian status gizi juga mempengaruhi terjadinya nyeri haid. Selain itu nyeri haid juga disebabkan oleh

faktor prostaglandin, fibroid, endometriosis, dan adenomiosis namun pada penelitian ini faktor tersebut tidak diteliti.

## **B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel**

### **1. Variabel**

- a. Variabel bebas dari penelitian ini yaitu asupan makro mineral
- b. Variabel antara dari penelitian ini yaitu status gizi.
- c. Variabel terikat dari penelitian ini yaitu nyeri haid.

## 2. Definisi Operasional Variabel

Tabel 3  
Definisi Operasional Variabel

Variabel	Definisi Operasional	Cara Ukur Variabel	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
Nyeri haid	Nyeri perut bagian bawah disertai pegal-pegal, pinggang bawah, sakit kepala, muntah, sering buang air kecil, lelah, dan nafsu makan menurun setiap menstruasi.	Wawancara dibantu dengan instrumen penelitian.	Instrumen Penelitian	Kejadian nyeri haid : 1. Ya 2. Tidak	Nominal
Status gizi	Keadaan tubuh sebagai akibat konsumsi makanan dan penggunaan zat-zat gizi.	Menghitung IMT/U dan Z-Score.	Timbangan dan microtoise.	Skor Simbang Baku (SSB).	Rasio
Asupan makro mineral	Jumlah mg makro mineral yang diperoleh dari makan yang dikonsumsi oleh sampel per hari.	Wawancara dibantu dengan form recall dan buku foto makanan.	Form recall (2x24jam)	Berat ( mg) Makro mineral	Interval

### C. Hipotesis

1. Ada perbedaan asupan makro mineral antara siswi yang mengalami nyeri haid dan tidak mengalami nyeri haid.
2. Ada perbedaan status gizi antara siswi yang mengalami nyeri haid dan tidak mengalami nyeri haid.