

**HUBUNGAN TINGKAT KECUKUPAN MIKRONUTRIEN, IMT, DAN TINGKAT STRES
DENGAN KEJADIAN DISMENOIRE (Studi pada Mahasiswi FKM Universitas
Diponegoro Angkatan 2021)**

**RAHMA DHINITA AHJAYANTI-25000120120060
2024-SKRIPSI**

Angka rata-rata kejadian dismenore hampir 50% wanita di dunia mengalami dismenore. Data dari Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja (PIK-KRR) terdapat 72,89% perempuan Indonesia mengalami dismenore. Seseorang dengan tingkat kecukupan mikronutrien kurang, status gizi kurang, dan stres akan memicu peningkatan prostaglandin sehingga kontraksi uterus berlebihan saat otot tidak dapat relaksasi yang menyebabkan tubuh tidak tahan dengan nyeri dismenore. Tujuan penelitian adalah menganalisis hubungan tingkat kecukupan kalsium, magnesium, zinc, vitamin C, indeks massa tubuh, dan tingkat stres dengan kejadian dismenore. Studi ini merupakan studi kuantitatif desain *cross-sectional*. Populasi penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro angkatan 2021 sebanyak 310 mahasiswa dengan sampel 76 mahasiswi yang diambil menggunakan *simple random sampling*. Variabel bebas adalah tingkat kecukupan kalsium, magnesium, zinc, vitamin C, Indeks Massa Tubuh dan tingkat stres. Variabel terikat adalah dismenore. Data kejadian dismenore dikumpulkan dengan *kuesioner*, asupan kalsium, magnesium, zinc dan vitamin C dengan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire* (SQFFQ), status gizi (IMT) dengan antropometri, dan tingkat stres dengan *Perceived Stress Scale* (PSS). Analisis data dengan *Chi-Square Test*. Sebagian besar mahasiswi (88,2%) mengalami dismenore, tingkat kecukupan kalsium (93,4%) kurang, tingkat kecukupan magnesium (77,6%) kurang, tingkat kecukupan zinc (51,3%) cukup, tingkat kecukupan vitamin C (52,6%) cukup, indeks massa tubuh (53,9%) normal, tingkat stres (85,5%) sedang sampai berat. Hasil uji korelasi menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan tingkat kecukupan kalsium, magnesium, zinc, vitamin C, status gizi (IMT/U), dan tingkat stres dengan kejadian dismenore ($p > 0,05$).

Kata kunci : dismenore; mikronutrien; status gizi; tingkat stres