

ABSTRAK
EFEK KONSUMSI KALSIUM TERHADAP
SKALA NYERI DISMENORE PRIMER
PADA PEREMPUAN USIA 19-24 TAHUN

Alfred Tri Susanto, 2016; Pembimbing I : Fen Tih, dr., M.Kes
Pembimbing II : Cherry Azaria, dr., M.Kes

Dismenore merupakan gejala ginekologi yang paling umum yang dikeluhkan oleh remaja dan perempuan dewasa muda. Ada banyak cara untuk mengurangi dismenore, salah satunya dengan menggunakan analgetik tetapi memiliki banyak efek samping. Cara lain untuk mengatasi dismenore adalah mengonsumsi kalsium. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui efek konsumsi kalsium terhadap skala nyeri dismenore primer. Penelitian ini menggunakan metode eksperimental kuasi dengan rancangan *pretest* dan *posttest*. Analisis data menggunakan uji “t” berpasangan dengan $\alpha=0,05$. Kalsium dosis 1000 mg/hari diberikan kepada perempuan usia 19-24 tahun dengan dismenore primer selama 1 siklus menstruasi secara peroral dan diukur skala nyeri dengan Visual Analog Scale (VAS). Hasil penelitian menunjukkan rerata skala nyeri dari 6,98 menjadi 3,80. Hasil uji “t” berpasangan didapatkan skala nyeri menurun setelah mengonsumsi kalsium ($p<0,05$). Penelitian ini membuktikan bahwa konsumsi kalsium mengurangi dismenore primer pada perempuan usia 19-24 tahun.

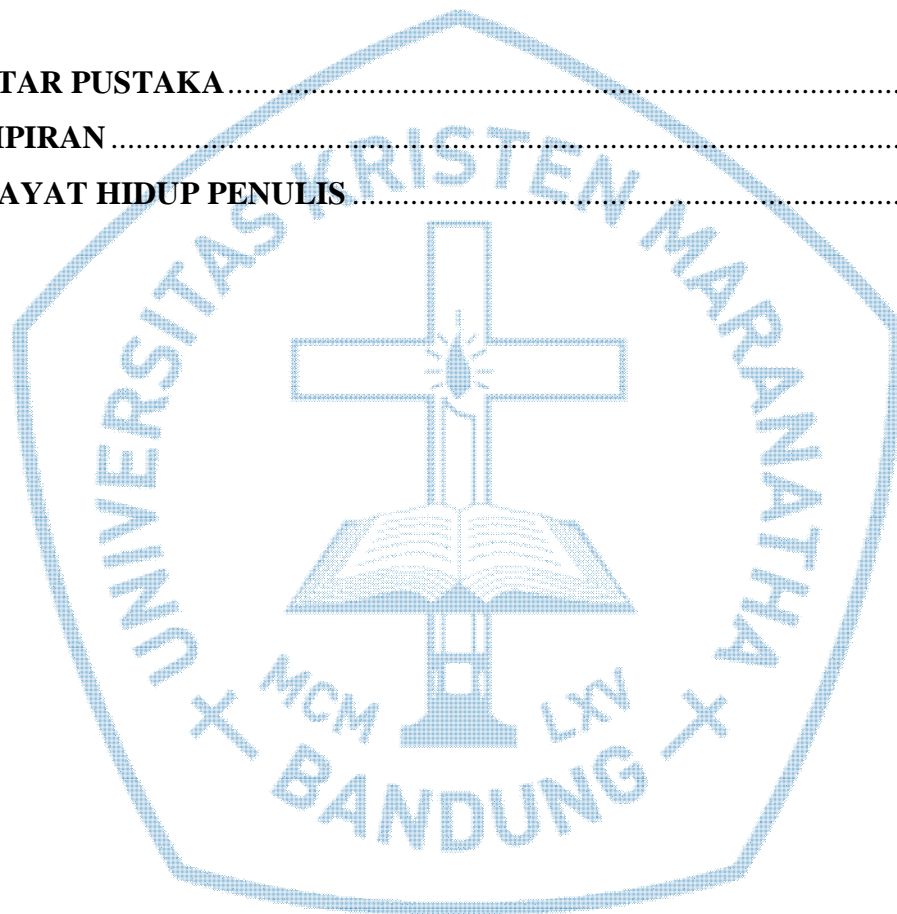
Kata Kunci: kalsium, dismenore primer, gejala menstruasi

DAFTAR ISI

JUDUL	i
LEMBAR PERSETUJUAN	ii
SURAT PERNYATAAN	iii
ABSTRAK	iv
ABSTRACT	v
KATA PENGANTAR	vi
DAFTAR ISI	viii
DAFTAR TABEL	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
DAFTAR LAMPIRAN	xiii
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang.....	1
1.2 Identifikasi Masalah.....	2
1.3 Maksud dan Tujuan Penelitian	2
1.3.1 Maksud Penelitian	2
1.3.2 Tujuan Penelitian.....	2
1.4 Manfaat Penelitian.....	2
1.5 Kerangka Pemikiran.....	3
1.6 Hipotesis Penelitian	3
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	4
2.1 Anatomi Pelvis	4
2.1.1 Rongga Pelvis	4
2.1.2 Viscera Pelvis	4
2.2 Histologi Uterus	7
2.2.1 Perimetrium	7
2.2.2 Miometrium	7

2.2.3 Endometrium	7
2.3 Fisiologi Kontraksi Otot Polos	8
2.4 Fisiologi Menstruasi	9
2.4.1 Fase Haid	9
2.4.2 Fase Proliferatif.....	10
2.4.3 Fase Sekretorik atau Progestasional.....	11
2.5 Dismenore	12
2.5.1 Definisi Dismenore	12
2.5.2 Insidensi dan Faktor Risiko Dismenore	12
2.5.3 Gambaran Klinis Dismenore	12
2.5.4 Patofisiologi Dismenore	13
2.6 Kalsium	13
BAB III BAHAN DAN METODE PENELITIAN	
3.1 Alat dan Subyek Penelitian	16
3.1.1 Alat dan Bahan Penelitian	16
3.1.2 Subyek Penelitian.....	16
3.1.3 Lokasi dan Waktu	16
3.1.4 Ukuran Sampel	17
3.2 Metode Penelitian	17
3.2.1 Desain Penelitian	17
3.2.2 Data yang Diukur.....	17
3.2.3 Analisis Data.....	17
3.3 Variabel Penelitian dan Definisi Operasional	18
3.3.1 Variabel Perlakuan	18
3.3.2 Variabel Respon.....	18
3.3.3 Definisi Operasional Variabel Perlakuan	18
3.3.4 Definisi Operasional Variabel Respon.....	18
3.4 Prosedur Penelitian	18
3.5 Aspek Etik Penelitian	19

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	20
4.1 Hasil Penelitian.....	20
4.2 Pembahasan.....	22
4.3 Pengujian Hipotesis	22
BAB V SIMPULAN DAN SARAN.....	24
5.1 Simpulan	24
5.2 Saran	24
DAFTAR PUSTAKA	25
LAMPIRAN	27
RIWAYAT HIDUP PENULIS	34



DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 <i>Recommended Dietary Allowances</i> (RDA) untuk kalsium	15
Tabel 2.1 Sumber Makanan yang Mengandung Kalsium.....	15
Tabel 4.1 Uji t Berpasangan Terhadap Rerata Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Kalsium	



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Anatomi Uterus	6
Gambar 2.2 Fisiologi Menstruasi	11
Gambar 4.1 Kadar Kalsium Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Kalsium	20
Gambar 4.2 Skala Nyeri Sebelum dan Sesudah Mengonsumsi Kalsium	21



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Tabel Hasil Kadar Kalsium dan Skala Nyeri <i>Pretest & Posttest</i>	27
Lampiran 2 Tabel Berat Badan, Tinggi Badan, dan BMI Subjek Penelitian.....	28
Lampiran 3 Analisis Statistik Skala Nyeri “t” Test Berpasangan	29
Lampiran 4 Lembar Informed Consent.....	30
Lampiran 5 Lembar Kuisisioner <i>Pretest & Posttest</i>	31
Lampiran 6 Keterangan Persetujuan Etik	33

