

ABSTRAK

Hubungan antara Status Gizi dengan terjadinya Dismenore dan Cara Penanganannya pada Remaja Putri

Remaja yaitu pada saat seseorang tersebut mulai menunjukkan adanya indikasi kematangan pada organ seksualnya sehingga pada remaja putri akan mengalami menstruasi. Status gizi remaja perempuan sangat mempengaruhi pada terjadinya menstruasi, sehingga adanya keluhan-keluhan yang akan dirasakan semasa fase tersebut, keluhan-keluhan tersebut dinamakan dismenore. Dismenore dipengaruhi oleh status gizi seseorang. Tujuan Penelitian: mengetahui hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore dan penanganannya pada remaja putri (melalui review jurnal periode 2014-2021). Penyajian data bersifat deskriptif dengan mengumpulkan data pada jurnal, textbook atau sumber lain yang sudah diterbitkan dengan melakukan pendekatan secara meta-analisis. Data diperoleh dari 25 sumber referensi dengan hasil yang didapatkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore dengan cara penanganannya pada remaja putri. Didapatkan presentase 84% untuk literatur yang mendukung adanya hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore. Sedangkan 16% untuk literatur yang tidak menyetujui bahwa adanya hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore. Dari hasil analisis tersebut dapat disimpulkan bahwa: 1) terdapat hubungan antara status gizi (*overweight* dan *underweight*) terhadap terjadinya dismenore, 2) dapat disimpulkan bahwa banyak remaja yang melakukan penanganan pada dismenore dengan meminum obat-obatan Pereda nyeri (NSAID).

Kata Kunci: Status Gizi, Dismenore, Cara Penanganan

ABSTRACT

The Relationship between Nutritional Status, the Incidence of Dysmenorrhea and How to handle it in Adolescent Girls

Adolescents, namely when a person begins to show indications of maturity in their sexual organs so that young women will experience menstruation. The nutritional status of adolescent girls greatly influences the occurrence of menstruation, so there are illnesses that will be felt during this phase, these illnesses are called dysmenorrhea. Dysmenorrhea is influenced by a person's nutritional status. Research Objectives: to determine the relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea and its treatment in adolescent girls (through journal reviews for the 2014-2021 period). Presentation of data is descriptive by collecting data from journals, textbooks or other sources that have been published using a meta-analysis approach. Data were obtained from 25 reference sources with the results obtained that there was a relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea and the way it was handled in adolescent girls. Obtained a percentage of 84% for the literature that supports the relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea. Meanwhile, 16% for the literature does not agree that there is a relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea. Though the results of this analysis it can be concluded that: 1) there is a relationship between nutritional status (overweight and underweight) to the occurrence of

dysmenorrhea, 2) it can be concluded that many adolescents treated their dysmenorrhea by taking pain relievers (NSAID).

Keyword: *Nutritional Status, Dysmenorrhea, How to handle it*