

# Hubungan Asupan Karbohidrat, Asupan Lemak, dan Status Gizi terhadap Kejadian Gangguan Menstruasi pada Mahasiswi Preklinik Fakultas Kedokteran Universitas Indonesia. = The Correlation Between Carbohydrate Intake, Fat Intake and Nutritional Status with The Incidence of Mentsrual Disorders in Preclinical Students Faculty of Medicine at Universitas Indonesia

Dara Ariqah Jibril, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20523335&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

**Pendahuluan:** Kesehatan reproduksi yang kurang baik dapat menyebabkan gangguan menstruasi pada perempuan. Nutrisi merupakan salah satu faktor penting yang berpengaruh dalam kesehatan reproduksi seseorang. Beberapa penelitian sebelumnya menunjukkan bahwa mahasiswa fakultas kedokteran memiliki asupan gizi yang tidak seimbang. Penelitian lainnya juga menunjukkan bahwa status gizi dan asupan zat gizi makro memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian gangguan menstruasi. Sampai saat ini belum ada penelitian mengenai asupan gizi dan gangguan menstruasi yang dilakukan pada mahasiswi preklinik FKUI. Oleh karena itu peneliti ingin meneliti mengenai hubungan asupan karbohidrat dan lemak, serta status gizi terhadap kejadian gangguan menstruasi pada mahasiswi preklinik FKUI.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara asupan karbohidrat, asupan lemak dan status gizi terhadap kejadian gangguan menstruasi pada mahasiswi preklinik FKUI

**Metode:** Desain penelitian ini adalah potong lintang analitik dengan metode consecutive sampling. Data identitas, status gizi dan kesehatan menstruasi diambil menggunakan kuesioner yang telah divalidasi. Data asupan makronutrien pada diambil menggunakan metode wawancara daring dengan mengisi kuesioner 24-hour food recall dan dianalisis menggunakan program Nutrisurvey. Uji bivariat data menggunakan uji Chi-Square atau uji Fisher.

**Hasil:** Data yang berhasil diambil adalah sebanyak 100 mahasiswa preklinik. Tidak ditemukan hubungan yang signifikan antara asupan lemak dan status gizi terhadap gangguan menstruasi. Ditemukan hubungan yang signifikan dari asupan karbohidrat dengan gangguan menstruasi, dimana nilai p yang didapatkan adalah 0,017 ( $<0,05$ ) dengan rasio odd 0,093 yang menunjukkan efek protektif.

**Kesimpulan:** Kesimpulan dari penelitian ini adalah terdapat hubungan antara asupan karbohidrat terhadap kejadian gangguan menstruasi, namun tidak ditemukan hubungan antara asupan lemak dan status gizi dengan gangguan menstruasi.