

## SUMMARY

# HUBUNGAN ANTARA ASUPAN KALSIMUM, VITAMIN B6, KEBIASAAN MAKAN KARBOHIDRAT KOMPLEKS, TINGKAT STRES DAN SINDROM PRAMENSTRUASI PADA SISWI SMP NEGERI 191 JAKARTA

Created by RIMA NOVELTA

**Subject** : ASUPAN, KEBIASAAN, MENSTRUASI, STRES

**Subject Alt** : INTAKE, HABITS, MENSTRUAL, STRESS

**Keyword** : kalsium;vitamin;karbohidrat

### Description :

Sindrom pramenstruasi dapat disebabkan oleh berbagai macam faktor seperti rendahnya asupan vitamin dan mineral. Kebiasaan makan tidak sehat, kurang konsumsi karbohidrat, dan stres atau masalah emosional seperti depresi bisa meningkatkan risiko terjadinya sindrom pramenstruasi. Selain itu, perubahan hormon selama siklus menstruasi tampaknya menjadi penyebab penting dari sindrom pramenstruasi. Asupan kalsium dan vitamin B6 diukur dengan metode recall 24 jam, kebiasaan makan karbohidrat kompleks menggunakan food frequency, tingkat stres menggunakan kuesioner HARS, dan sindrom pramenstruasi menggunakan catatan harian sindrom pramenstruasi. Analisis bivariat dengan uji chi square. Hasil penelitian menyatakan ada hubungan yang signifikan antara asupan kalsium, vitamin B6, kebiasaan makan karbohidrat kompleks, tingkat stres, dan sindrom pramenstruasi dengan nilai  $p < 0,05$ .

**Contributor** : Erry Yudhya Mulyani, M.Sc

**Date Create** : 29/11/2016

**Type** : Text

**Format** : PDF

**Language** : Indonesian

**Identifier** : UEU-Undergraduate-201432136

**Collection** : 201432136

**Call Number** : 32-2016-S021

**Source** : Undergraduate Theses of Nutrition

**Relation Collection** Fakultas Ilmu Kesehatan

**COverage** : Civitas Akademika Universitas Esa Unggul

**Right** : @Perpustakaan Universitas Esa Unggul

### Full file - Member Only

If You want to view FullText...Please Register as MEMBER

### Contact Person :

Astrid Chrisafi (mutiaraadinda@yahoo.com)

Thank You,

Astrid ( [astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id](mailto:astrid.chrisafi@esaunggul.ac.id) )

Supervisor