

INTISARI

Dismenorea merupakan kondisi dimana terdapat nyeri atau kram pada bagian perut yang dapat mengganggu aktivitas dan mengurangi kualitas hidup. Nyeri dan kram tersebut dapat dikarenakan oleh peningkatan prostaglandin. Kalsium berfungsi untuk mengurangi nyeri dan kram saat menstruasi. Vitamin B6 dan vitamin D dapat membantu menurunkan tingkat kecemasan pada sindrom premenstruasi. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian suplemen kombinasi kalsium terhadap nyeri dismenorea dan kualitas hidup responden.

Jenis penelitian ini adalah *quasy experimental*. Sebanyak 70 orang mahasiswi Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Yogyakarta yang mengalami nyeri dismenorea dibagi menjadi 2 kelompok yaitu kelompok kontrol yang tidak mendapatkan perlakuan dan kelompok uji yang mendapatkan perlakuan berupa konsumsi suplemen kombinasi kalsium, vitamin B6, vitamin D, dan vitamin C dalam bentuk tablet *effervescent* Protecal Solid[®] yang diberikan pada hari ke 15 siklus menstruasi hingga hari pertama menstruasi. Pengukuran skala nyeri *Visual Analogue Scale* (VAS) dan kualitas hidup *Brief Pain Inventory* (BPI) dilakukan pada hari ke 15 siklus menstruasi dan hari pertama menstruasi. Data dianalisis menggunakan metode *Paired Sample T Test* dan *Independent Sample T Test*.

Hasil analisis dengan uji *independent sample t test* menunjukkan terdapat penurunan skala nyeri VAS kelompok kontrol dan kelompok perlakuan dengan nilai penurunan berturut-turut 0.80 ± 1.64 dan 1.74 ± 1.52 (*p-value* $0,015 < 0,05$). Hasil yang didapatkan dari analisis nilai BPI yaitu terjadi peningkatan kualitas hidup pada kelompok perlakuan dibandingkan kelompok kontrol dengan hasil berturut-turut 3.20 ± 0.79 dan 1.80 ± 0.49 (*p-value* $0,002 < 0,05$). Pemberian suplemen kombinasi kalsium, vitamin B6, vitamin D, dan vitamin C dalam bentuk tablet *effervescent* Protecal Solid[®] dapat menurunkan skala nyeri dan meningkatkan kualitas hidup pada wanita yang mengalami dismenorea.

Kata Kunci: Dismenorea, BPI (*Brief Pain Inventory*), VAS (*Visual Analogue Scale*), Kalsium, Vitamin B6, Vitamin D

ABSTRACT

Dysmenorrhoea is a condition where there is pain or cramps in the abdomen that can interfere daily activity and reduce quality of life. These pain and cramps may be due to increased prostaglandins. Calcium serves to reduce pain and cramps during menstruation. Vitamin B6 and vitamin D can help to reduce anxiety levels in premenstrual syndrome. The purpose of this study was to determine the effect of calcium combination supplement on dysmenorrhea pain and quality of life of the respondents.

This research use quasy experimental method. A total of 70 students of Faculty of Medicine and Health Sciences of Muhammadiyah University of Yogyakarta who suffered from Dysmenorrhoea pain were divided into 2 groups: the control group that did not get treatment and the test group that received treatment which was to consume supplement combination of calcium, vitamin B6, vitamin D, and vitamin C in the form of effective Protocal Solid[®] effervescent tablets administered on the 15th day of the menstrual cycle until the first day of menstruation. The measurement with the VAS pain scale and BPI quality of life was performed on the 15th day of the menstrual cycle and the first day of menstruation. Data were analyzed using paired sample t test and independent sample t test.

The result of the analysis with independent sample t test showed that there was a decrease of VAS pain scale in control group and treatment group with decreasing for 0.80 ± 1.64 and 1.74 ± 1.52 consecutively (*p-value* $0,015 < 0,05$). The results obtained from BPI value analysis were improved quality of life in treatment group compared to the control group with consecutive result 3.20 ± 0.79 and 1.80 ± 0.49 (*p-value* $0,002 < 0,05$). Supplement combination of calcium, vitamin B6, vitamin D, and vitamin C administration in the form of Protocal Solid[®] effervescent tablets can reduce the scale of pain and improve quality of life in women with Dysmenorrhoea.

Keywords: Dysmenorrhoea, BPI (*Brief Pain Inventory*), VAS (*Visual Analoge Scale*), Calcium, Vitamin B6, Vitamin D