

BAB V

KESIMPULAN DAN SARAN

A. Kesimpulan

1. Terdapat pengaruh pemberian suplemen kombinasi kalsium terhadap penurunan skala nyeri antara kelompok kontrol dan perlakuan yang diukur dengan skala VAS masing-masing sebesar 0.80 ± 1.64 dan 1.74 ± 1.52 dengan *p-value* $0,015 < 0,05$ yang berarti berbeda signifikan.
2. Terdapat pengaruh pemberian suplemen kombinasi kalsium terhadap peningkatan kualitas hidup antara kelompok kontrol dan perlakuan yang diukur dengan kuisioner BPI masing-masing adalah 1.80 ± 0.49 dan 3.20 ± 0.79 dengan *p-value* $0,002 < 0,05$ yang berarti berbeda signifikan.

B. Saran

1. Peneliti Selanjutnya

- a. Perlu dilakukannya pengontrolan yang lebih ketat terhadap responden yang mengikuti penelitian agar tidak terdapat faktor bias yang akan mengganggu hasil penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Almatsier, Sunita. 2002. *Prinsip dasar ilmu gizi*. Gramedia Pustaka Utama. Hlm: 167-173, 232-243
- Ardinata, Dedi. 2010. "Multidimensional Nyeri." https://www.researchgate.net/profile/Dedi_Ardinata/publication/48379244_Multidimensional_Nyeri/links/0deec51efa078d4645000000/Multidimensional-Nyeri.pdf.
- Asrinah, Jamingatu. 2011. *Menstruasi Dan Permasalahannya*. Yogyakarta : Pustaka Panasea. Hlm: 241-247
- Berek, Jonathan S., and Emil Novak, eds. 2012. *Berek & Novak's Gynecology*. 15th ed. Philadelphia: Wolters Kluwer Health/Lippincott Williams & Wilkins. Hlm: 866-871.
- Bertone-Johnson ER, Hankinson SE, Bendich A, Johnson SR, Willett WC, Manson JE. Calcium and vitamin D intake and risk of incident premenstrual syndrome. *Archives of Internal Medicine* 2010;165:1246–52.
- Bieri, D., R. A. Reeve, G. D. Champion, L. Addicoat, and J. B. Ziegler. 1990. "The Faces Pain Scale for the Self-Assessment of the Severity of Pain Experienced by Children: Development, Initial Validation, and Preliminary Investigation for Ratio Scale Properties." *Pain* 41 (2): 139–50.
- Bonde, Fitra MP, and Maya Moningka. 2014. "Pengaruh Kompres Panas Terhadap Penurunan Derajat Nyeri Haid Pada Siswi Sma Dan Smk Yadika Kopandakan II." *Jurnal E-Biomedik* 2 (1).
- Dahlan, M. Sopiudin. 2010. *Statistik untuk Kedokteran dan Kesehatan*. 3rd ed. Penerbit Salemba Medika. Hlm: 72-74
- Ernawati, Tri Hartati, and Idris Hadi. 2010. "Terapi Relaksasi Terhadap Nyeri Dimenore Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Semarang." In *Prosiding Seminar Nasional UNIMUS*. Vol. 3. <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/semnasmipa/article/view/2725>.
- Fen Tih, Cherry Azaria, Julia Windi Gunadi, Rizna Tyrani Rumanti, Alfred Tri Susanto, Alissa Amelia Santoso, and Firsty Tasya Evitasari. 2017. "Efek Konsumsi Suplemen Kalsium Dan Magnesium Terhadap Dismenore Primer Dan Sindrom Premenstruasi Pada Perempuan Usia 19–23 Tahun." *Global Medical & Health Communication (GMHC)* 5 (3): 159. <https://doi.org/10.29313/gmhc.v5i3.2161>.

- Fikriya, Ulul, Yeni Agus Safitri, and Tut Rayani Aksohini Wijayanti. 2017. "Pemberian Vitamin B6 Sebagai Upaya Mengurangi Kecemasan Pada Remaja Akhir Dengan Premenstruasi Syndrom." *Jurnal Kesehatan Hesti Wira Sakti* 4 (2): 102–109.
- Gatchel, Robert J., and Dennis C. Turk. 1999. *Psychosocial Factors in Pain: Critical Perspectives*. Guilford Press.
- Gupta, Mona, Mellar Davis, Susan LeGrand, Declan Walsh, and Ruth Lagman. 2013. "Nausea and Vomiting in Advanced Cancer: The Cleveland Clinic Protocol." *The Journal of Supportive Oncology* 11 (1): 8–13. <https://doi.org/10.1016/j.suponc.2012.10.002>.
- Hidayati, Kartika Rohmah. 2015. "Hubungan Antara Asupan Kalsium Dan Zat Besi Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi Di SMK Batik 2 Surakarta." *Skripsi*. Universitas Muhammadiyah Surakarta. <http://eprints.ums.ac.id/37851/>.
- Hurlock, E. B. 2001. *Developmental Psychology*. McGraw-Hill Education.
- Impi, M. 2004. Hubungan Tingkat Konsumsi Vitamin B6 dengan Kejadian Sindrome Premenstruasi pada Mahasiswi Regular Semester II-IV Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Diponegoro. *Skripsi*. Universitas Diponegoro.
- Iqbal, K.M., Rambe, A.S., Sjahrir, H., 2009, Perbandingan Nilai Visual Analog Scale Dengan Skala Verbal Derajat Nyeri Kepala Pada Penderita Nyeri Kepala Primer Di RSUP H. Adam Malik Medan, *Majalah Kedokteran Nusantara*, Vol. 38 (4), 279-285.
- Kaewrudee, Srinaree, Chumnun Kietpeerakool, Porjai Pattanittum, and Pisake Lumbiganon. 2018. "Vitamin or Mineral Supplements for Premenstrual Syndrome." Edited by Cochrane Gynaecology and Fertility Group. *Cochrane Database of Systematic Reviews*, January. <https://doi.org/10.1002/14651858.CD012933>.
- Kartini Kartono. 1992. *Patologi Sosial 2. Kenakalan Remaja*. Rajawali Press:Jakarta. Hlm: 97-102.
- Kelly, Tracey. 2007. *50 Rahasia Alami Meringankan Sindrom Pramenstruasi*. ESENSI. Hlm: 67-80.
- Lefebvre, Guylaine, Odette Pinsonneault, Viola Antao, Amanda Black, Margaret Burnett, Kymm Feldman, Robert Lea, Magali Robert, and others. 2005. "Primary Dysmenorrhea Consensus Guideline." *J Obstet Gynaecol Can* 27 (12): 1117–1146.

- Lestari, Ni Made Sri Dewi. 2013. "Pengaruh Dismenorea Pada Remaja." *Prosiding Seminar Nasional MIPA* 0 (0). <http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/semnasmipa/article/view/2725>.
- Mahmudiono, T, 2011. Fiber, PUFA and Calcium Intake is Associated With The Degree of Primary Dysmenorrhea In Adolescent Girl Surabaya. Indonesia. *Journal of Obstetrics & Gynecology*.
- Mohammad-Alizadeh Charandabi, Sakineh, Mojgan Mirghafourvand, Salimeh Nezamivand-Chegini, and Yousef Javadzadeh. 2017. "Calcium With and Without Magnesium for Primary Dysmenorrhea: A Double-Blind Randomized Placebo Controlled Trial." *International Journal of Women's Health and Reproduction Sciences* 5 (4): 332–38. <https://doi.org/10.15296/ijwhr.2017.56>.
- Moini, Ashraf, Tabandeh Ebrahimi, Nooshin Shirzad, Reihaneh Hosseini, Mania Radfar, Fatemeh Bandarian, Shahrzad Jafari-Adli, Mostafa Qorbani, and Mahboobeh Hemmatabadi. 2016. "The Effect of Vitamin D on Primary Dysmenorrhea with Vitamin D Deficiency: A Randomized Double-Blind Controlled Clinical Trial." *Gynecological Endocrinology* 32 (6): 502–5. <https://doi.org/10.3109/09513590.2015.1136617>.
- Munawaroh, Khoirunnisa', Untung Sujianto, and Mardiyono Mardiyono. 2017. "Modifikasi Pro Self Pain Control Untuk Menurunkan Nyeri Dan Meningkatkan Kemampuan Aktivitas Pada Pasien Kanker Kolorektal Yang Menjalani Kemoterapi." PhD *Thesis*, Faculty of Medicine.
- Oxorn, Harry, and William R. Forte. 2010. *Ilmu Kebidanan : Patologi dan Fisiologi Persalinan*. Penerbit Andi.
- Ningsih, Ratna. 2011. Efektifitas Paket Pereda Terhadap Intensitas Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenore Di SMAN Kecamatan Curup. *Tesis*. Magister Ilmu Keperawatan. Fakultas Ilmu Keperawatan. Universitas Indonesia.
- Osayande, AMIMI S., and Suarna Mehulic. 2014. "Diagnosis and Initial Management of Dysmenorrhea." *Am Fam Physician* 89 (5): 341–6.
- Potter, P A, and A G Perry. 2005. *Konsep Dasar Keperawatan*. EGC. Hlm: 143-150.
- Price, Sylvia Anderson, and Lorraine McCarty Wilson. 2003. *Pathophysiology: Clinical Concepts of Disease Processes*. Mosby.
- Proverawati & Misaroh. 2009. *Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna)*. Jakarta: Nuha Medika. Hlm: 97-112

- Puji, Istiqomah. 2009. "Efektivitas Senam Dismenore Dalam Mengurangi Dismenore Pada Remaja Putri Di SMU N 5 Semarang." *Retrieved Octo* 24: 2010.
- Rakhma, Astrida. 2012. "Gambaran Derajat Dismenore Dan Upaya Penanganannya Pada Siswi Sekolah Menengah Kejuruan Arjuna Depok Jawa Barat. *Skripsi*. UIN Syarif Hidayatulah Jakarta. "http://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/24158.
- Ramali, Ahmad. 1994. *Kamus Kedokteran: Arti Dan Keterangan Istilah*. Djambatan.
- Rustam, Erlina. 2015. "Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) Dan Cara Penanggulangannya." *Jurnal Kesehatan Andalas* 4 (1). <http://jurnal.fk.unand.ac.id/index.php/jka/article/view/236>.
- Saeedian Kia, Afsaneh, Reza Amani, and Bahman Cheraghian. 2015. "The Association between the Risk of Premenstrual Syndrome and Vitamin D, Calcium, and Magnesium Status among University Students: A Case Control Study." *Health Promotion Perspectives* 5 (3): 225–30. <https://doi.org/10.15171/hpp.2015.027>.
- Safitri, Riska, Nurdin Rahman, and Hasanah Hasanah. 2016. "Hubungan Asupan Kalsium Dan Aktivitas Olahraga Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi Kelas Xi Di Sma Negeri 2 Palu." *Healthy Tadulako* 1 (1). <http://jurnal.untad.ac.id/jurnal/index.php/HealthyTadulako/article/view/5734>.
- Saryono. 2009. *Sindrom Premenstruasi*. Yogyakarta: Nuha Medica.
- Setiadi. 2007. *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan*. Edisi Pertama. Yogyakarta: Graha Ilmu. Hlm: 99-120
- Sianipar, Olaf, Nur Chandra Bunawan, Prima Almazini, Neysa Calista, Priyandini Wulandari, Natasha Rovenska, Raissa E. Djuanda, Irene Irene, Seno Adjie, and Eva Suarthana. 2011. "Prevalence of Menstrual Disorder and Associated Factors of Female Students at High School in Pulo Gadung Subdistrict of East Jakarta." *Journal of the Indonesian Medical Association* 59 (07).
- Simorangkir, Vina Edika Rosmawati. 2016. Hubungan Asupan Kalsium, Magnesium, Dan Kebiasaan Olahraga Terhadap Dismenore Pada Siswi SMPN 191 Kebun Jeruk Jakarta Barat. *Skripsi*. Universitas Esa Unggul.

- Sinaga, Fitriani Br. 2012. "Hubungan Asupan Kalsium Dengan Tingkat Dismenore Pada Remaja Putri Vegan Di Vihara Maitreya Medan Tahun 2011.". *Skripsi*. Universitas Sumatera Utara.
- Smeltzer, and Suzanne C. 2001. *Keperawatan Medikal Bedah*. 8th ed. Vol. 2. Jakarta: EGC. Hlm: 231-237
- Soviana, Elida, Putri Apriana Dea. 2017. Hubungan Asupan Vitamin B6 Dan Kalsium Dengan Kejadian Sindrom Premenstruasi Pada Siswi Di Sma N Colomadu. *The 5th Urecol Proceeding*.
- Susilowati. 2014. Perbedaan Efektivitas Susu Dan Cokelat Terhadap Penurunan Skala Nyeri Pada Remaja Putri Dismenore Di SMA N 1 Ungaran. *Skripsi*. STIKES Ngudi Waluyo Ungaran.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2007. *Ilmu kebidanan*. Yayasan Bina Pustaka. Hlm: 133-140.
- Yudiyanta, Novita Khoirunnisa, and Ratih Wahyu Novitasari. 2015. "Assesment Nyeri." *Jurnal CDK* 226. http://www.kalbemed.com/Portals/6/19_226Teknik-Assesment%20Nyeri.pdf.
- Zarei, Somayeh, Sakineh Mohammad-Alizadeh-Charandabi, Mojgan Mirghafourvand, Yousef Javadzadeh, and Fatemeh Effati-Daryani. 2017. "Effects of Calcium-Vitamin D and Calcium-Alone on Pain Intensity and Menstrual Blood Loss in Women with Primary Dysmenorrhea: A Randomized Controlled Trial." *Pain Medicine* 18 (1): 3–13. <https://doi.org/10.1093/pm/pnw121>.