



**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORE PRIMER  
PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1 SELO**

**SKRIPSI**

**Oleh:**

**ARIFAH DAMAYANTI**

**010118A018**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2022**



**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENOIRE PRIMER  
PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1 SELO**

**SKRIPSI**

Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar Sarjana (S. Kep.)

**Oleh**

**ARIFAH DAMAYANTI**

**010118A018**

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN**

**FAKULTAS KESEHATAN**

**UNIVERSITAS NGUDI WALUYO**

**2022**

**HALAMAN PERSETUJUAN**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORE PRIMER  
PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1 SELO**

Disusun oleh:

ARIFAH DAMAYANTI

010118A018

PROGRAM STUDI SI KEPERAWATAN  
FAKULTAS KESEHATAN  
UNIVERSITAS NGUDI WALUYO

2021/2022

Telah diperiksa dan disetujui oleh pembimbing serta telah diperkenankan untuk  
diujikan

Ungaran, Februari 2022

**Pembimbing**



Ns. Umi Setyoningrum, S.Kep., M.Kep.

NIDN. 0612118002

## HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi berjudul :

### HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1 SELO

Disusun oleh:

ARIFAH DAMAYANTI

010118A018

Telah dipertahankan di depan Tim Penguji Skripsi Program Studi SI  
Keperawatan, Fakultas Kesehatan, Universitas Ngudi Waluyo, pada :

Hari : Jumat

Tanggal : 4 Maret 2022

**Tim Penguji**

**Ketua/Pembimbing**



Ns. Umi Setyoningrum, S.Kep., M.Kep.

NIDN. 0612118002

Anggota/Penguji 1

Ns. Eko Mardiyarningsih, S.Kep., M.Kep.,

Sp.Kep.Mat.

NIDN. 0607037703

Anggota/Penguji 2

Ns. Natalia Devi Oktarina, S.Kep., M.Kep.,

Sp.Kep.An.

NIDN. 0624128601

Mengesahkan  
Ketua Program Studi SI Keperawatan

Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes.

NIDN. 0614087402

Mengesahkan  
Fakultas Kesehatan



Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep.

NIDN. 0627097501

## PERNYATAAN ORISINILITAS


Yang bertanda tangan di bawah ini saya,


Nama : Arifah Damayanti  
NIM : 010118A018  
Program Studi/ Fakultas : S1 Keperawatan/ Kesehatan

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi berjudul **“HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1 SELO”** adalah karya ilmiah asli dan belum pernah diajukan untuk mendapatkan gelar akademik apapun di Perguruan Tinggi manapun.
2. Skripsi ini merupakan ide dan hasil karya murni saya yang dibimbing dan dibantu oleh tim pembimbing dan narasumber.
3. Skripsi ini tidak memuat karya atau pendapat orang lain yang telah dipublikasikan kecuali secara tertulis dicantumkan dalam naskah sebagai acuan dengan menyebut nama pengarang dan judul aslinya serta dicantumkan dalam daftar pustaka
4. Pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan apabila di kemudian hari terdapat penyimpangan dan ketidak benaran di dalam pernyataan ini, saya bersedia menerima sanksi akademik berupa pencabutan gelar yang telah saya peroleh dan sanksi lain sesuai dengan norma yang berlaku di Universitas Ngudi Waluyo.

Semarang, Februari 2022

Yang membuat pernyataan,  
  
(Arifah Damayanti)



## HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Arifah Damayanti

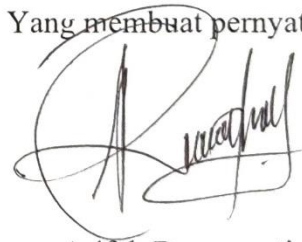
NIM : 010118A018

Mahasiswa : Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Kesehatan  
Universitas Ngudi Waluyo

Menyatakan memberi kewenangan kepada Universitas Ngudi Waluyo untuk menyimpan, mengalih media/formatkan, merawat, mempublikasikan Skripsi saya yang berjudul “Hubungan Status Gizi dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri si SMPN 1 Selo” untuk kepentingan akademik.

Ungaran, Februari 2022

Yang membuat pernyataan



Arifah Damayanti

**Universitas Ngudi Waluyo**

**Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Kesehatan**

**Skripsi, Februari 2022**

**Arifah Damayanti**

**010118A018**

## **HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENOIRE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1 SELO**

### **ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Dismenore primer sering dialami wanita usia reproduktif dimana prevalensi tertinggi terjadi pada remaja. Status gizi menjadi salah satu faktor yang sering dikaitkan dengan dismenore primer. Selain merupakan masalah pada menstruasi, dismenore juga berdampak terhadap kualitas hidup wanita, mengganggu kegiatan belajar, menurunkan prestasi akademik maupun non akademik dan mengganggu aktivitas serta produktivitas pada remaja.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan status gizi dengan dismenore primer pada remaja putri di SMPN 1 Selo.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode *analitik observasional* dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel berjumlah 102 responden dengan tehnik *Kuota Sampling*. Instrumen penelitian Status Gizi menggunakan instrumen baku Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Dismenore Primer menggunakan kuesioner dismenore primer. Analisis statistik digunakan uji *Chi-Square*.

**Hasil:** Mayoritas responden berusia 14 tahun. Kejadian dismenore primer pada responden sebesar 63,7%. Responden dengan *underweight* (50,0%) dan mengalami dismenore sebesar 68,6%, *normoweight* (36,3%) dan mengalami dismenore sebesar 48,6% serta *overweight* (13,7%) dan mengalami dismenore sebesar 63,7%. Hasil analisis terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan dismenore primer pada remaja putri di SMPN 1 Selo dengan nilai  $P\text{-value} = 0,029 < \alpha (0,05)$ .

**Saran:** Remaja putri diharapkan dapat mempertahankan status gizi normal untuk menghindari risiko terjadinya dismenore primer.

**Kata Kunci:** *Status Gizi, Dismenore, Remaja*

**Ngudi Waluyo University**

**Study Program of Nursing, Faculty of Health**

**Final Project, February 2022**

**Arifah Damayanti**

**010118A018**

## **RELATIONSHIP OF NUTRITIONAL STATUS AND PRIMARY DYSMENORRHEA IN ADOLESCENT GIRLS AT SMPN 1 SELO**

### **ABSTRACT**

**Background:** Primary dysmenorrhea is often experienced by women of reproductive age, the highest prevalence occurs in adolescents. Nutritional status is one of the factors that frequently related with primary dysmenorrhea. Apart from being a problem in menstruation, dysmenorrhea can also impact quality of life, interfere learning process, reduce academic and non-academic achievements, interfere activities and productivity in adolescents.

**Objective:** To determine the relationship between nutritional status and primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMPN 1 Selo.

**Methods:** This study used cross sectional observational analytic design. The sample is 102 respondents with *Kuota Sampling*. The instrument for Nutritional Status using the Body Mass Index (BMI) and Primary Dysmenorrhea using a questionnaire. Statistical analysis used the *Chi-Square*.

**Results:** The majority of respondents are 14 years old. The incidence of primary dysmenorrhea in respondents is 63,7%. Dysmenorrhea experienced by 50,0% respondents with underweight, 36,3% with normoweight and 13,7% with overweight. The results of the analysis showed that there is a significant relationship between nutritional status and primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMPN 1 Selo with  $P\text{-value} = 0,029 < \alpha (0,05)$ .

**Suggestion:** Adolescent girls are advised to maintain normoweight to avoid the risk of primary dysmenorrhea.

**Keywords:** *Nutritional Status, Dysmenorrhea, Adolescents*



## KATA PENGANTAR

Assalamualaikum Warahmatullahi Wabarakatuh.

Bismillahirrahmanirrahim.

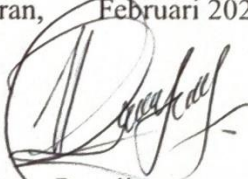
Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENOIRE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 1 SELO”**. Sholawat serta salam tercurahkan kepada junjungan besar Nabi Muhammad SAW yang telah membimbing umatnya dari zaman jahiliyah menuju zaman yang penuh dengan ilmu pengetahuan.

Tersusunnya skripsi ini tidak terlepas dari arahan dan bimbingan dari berbagai pihak yang telah bersedia meluangkan waktu dan pikirannya baik secara materil maupun moril. Oleh sebab itu, penulis mengucapkan banyak terimakasih kepada:

1. Prof. Dr. Subyantoro, M.Hum., selaku Rektor Universitas Ngudi Waluyo.
2. Ns. Eko Susilo, S.Kep., M.Kep., selaku Dekan Fakultas Kesehatan Universitas Ngudi Waluyo.
3. Ns. Umi Aniroh, S.Kep., M.Kes., selaku Kaprodi S1 Keperawatan Universitas Ngudi Waluyo.
4. Ns. Umi Setyoningrum, S.Kep., M.Kep., selaku dosen pembimbing yang telah banyak meluangkan waktu serta sabar dalam memberikan bimbingan, arahan dan inspirasi kepada penulis dalam penyusunan skripsi ini.

5. Seluruh dosen dan staf Universitas Ngudi Waluyo yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah memberikan banyak bimbingan, wawasannya dan ilmu yang bermanfaat kepada penulis.
6. Seluruh guru, staf dan siswi SMP Negeri 1 Selo yang telah memberikan kesempatan dan dukungan dalam penelitian ini.
7. Orangtua tercinta ayahanda Tarmin dan ibunda Sri Lestari, adik tercinta Anindira Damay Kirana serta keluarga besar yang tidak pernah lelah dalam memberikan dukungan, kasih sayang, semangat, motivasi serta do'a kepada penulis. Semoga Allah SWT senantiasa mencurahkan rahmat-Nya.
8. Sahabat Musthofa Kamal, Danika Septiana, Lailatul Masruroh, Diva Yhuna A, Paulina Apriliani E P D, Zanita Wahyu S serta seluruh teman-teman seperjuangan PSIK angkatan 2018 yang telah memberikan dukungan baik secara materil maupun moril.
9. Kakak tingkat Tri Alan Mugi Rahayu yang telah banyak meluangkan waktu dalam memberikan arahan dan dukungan.
10. Serta kepada seluruh pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah banyak membantu dalam penyusunan skripsi ini.

Ungaran, Februari 2022



Penulis

## DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL .....	i
HALAMAN PERSETUJUAN PEMBIMBING .....	iii
HALAMAN PENGESAHAN PENGUJI .....	iv
PERNYATAAN KEASLIAN TUGAS AKHIR .....	v
HALAMAN KESEDIAAN PUBLIKASI .....	vi
ABSTRAK .....	vii
ABSTRACT .....	viii
KATA PENGANTAR .....	ix
DAFTAR ISI .....	xi
DAFTAR TABEL .....	xiii
DAFTAR GAMBAR .....	xiv
DAFTAR LAMPIRAN .....	xv
BAB I PENDAHULUAN	
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah .....	5
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	6
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	
A. Tinjauan Teoretis .....	8
B. Kerangka Teoretis .....	28
C. Kerangka Konsep .....	28
D. Hipotesis .....	29
BAB III METODE PENELITIAN	
A. Desain Penelitian .....	30
B. Lokasi Penelitian .....	30
C. Subjek Penelitian .....	31
D. Definisi Operasional .....	34
E. Pengumpulan Data .....	34

F. Pengolahan Data .....	41
G. Analisis Data .....	42
<b>BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN</b>	
A. Gambaran Umum Objek Penelitian .....	44
B. Hasil Penelitian .....	45
C. Hasil Pembahasan .....	47
D. Keterbatasan Penelitian .....	55
<b>BAB V PENUTUP</b>	
A. Simpulan .....	56
B. Saran .....	57
<b>DAFTAR PUSTAKA</b>	
<b>LAMPIRAN</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1. Definisi Operasional .....	34
Tabel 4.1. Distribusi Frekuensi Umur Siswi SMPN 1 Selo .....	44
Tabel 4.2. Distribusi Frekuensi Kelas Siswi SMPN 1 Selo .....	44
Tabel 4.3. Distribusi Frekuensi Tingkat Status Gizi Siswi SMPN 1 Selo ....	45
Tabel 4.4. Distribusi Frekuensi Kejadian Dismenore Primer Siswi SMPN 1 Selo .....	45
Tabel 4.5. Hubungan Status Gizi dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMPN 1 Selo .....	46

## DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1. Kerangka Teori .....	28
Gambar 2.2. Kerangka Konsep .....	28

## DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1.	Surat Studi Pendahuluan .....	62
Lampiran 2.	Surat Balasan Studi Pendahuluan .....	63
Lampiran 3.	Surat Uji Validitas .....	64
Lampiran 4.	Surat Balasan Uji Validitas .....	65
Lampiran 5.	Surat Penelitian dan Mencari Data .....	66
Lampiran 6.	Surat Balasan Penelitian dan Mencari Data .....	67
Lampiran 7.	Lembar <i>Informed Consent</i> .....	68
Lampiran 8.	Kuesioner Penelitian .....	69
Lampiran 9.	Uji Validitas dan Reabilitas Instrumen Dismenore Primer .....	71
Lampiran 10.	Hasil Penelitian .....	73
Lampiran 11.	Dokumentasi Penelitian .....	75
Lampiran 12.	Lembar Bimbingan .....	80