

SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN
DISMENOREA PRIMER PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 2 DENPASAR**



Oleh:
IDA AYU CIPTA DARMAYANI
NIM. P07124222041

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

SKRIPSI

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN
DISMENOREA PRIMER PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 2 DENPASAR**

**Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Menyelesaikan Pendidikan Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan Kebidanan**

**Oleh :
IDA AYU CIPTA DARMAYANI
NIM. P07124222041**

**KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR
JURUSAN KEBIDANAN
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
DENPASAR
2026**

**LEMBAR PERSETUJUAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN
DISMENOREA PRIMER PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 2 DENPASAR**

Oleh :
IDA AYU CIPTA DARMA YANI
NIM. P07124222041

TELAH MENDAPATKAN PERSETUJUAN

Pembimbing Utama



Bdn. Gusti Ayu Tirtawati, S.Si. T., M.Kes
NIP. 197406152006042001

Pembimbing Pendamping



Ni Gusti Kompiang Sriasih, SST., M.Kes
NIP. 197001161989032001

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES DENPASAR



Bdn. Ni Ketut Somavani, SST., M.Biomed
NIP. 196904211989032001


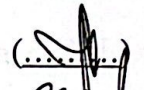

**LEMBAR PENGESAHAN
SKRIPSI**

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN
DISMENOREA PRIMER PADA REMAJA PUTRI
DI SMP NEGERI 2 DENPASAR**

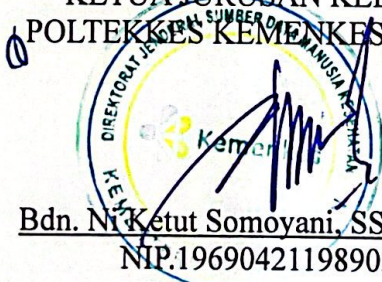
Oleh :
IDA AYU CIPTA DARMA YANI
NIM. P07124222041

**TELAH DIUJI DI HADAPAN TIM PENGUJI
PADA HARI : SELASA
TANGGAL : 5 MEI 2026**

TIM PENGUJI

1. I Nyoman Wirata, S.KM., M.Kes (Ketua) 
2. Bdn. Gusti Ayu Tirtawati, S.Si.T., M.Kes (Sekretaris) 
3. Bdn. Ni Luh Putu Sri Erawati, S.Si.T., M.PH (Anggota) 

MENGETAHUI
KETUA JURUSAN KEBIDANAN
POLTEK KES KEMENKES DENPASAR


Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST., M.Biomed
NIP.196904211989032001

SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT

Saya yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Ida Ayu Cipta Darmayani
NIM : P07124222041
Program studi : Sarjana Terapan Kebidanan
Jurusan : Kebidanan
Tahun Akademik : 2026
Alamat : Banjar Cau, Desa Tua, Kecamatan Marga, Kabupaten
Tabanan, Provinsi Bali

Dengan ini menyatakan bahwa :

1. Skripsi dengan judul Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian *Dismenorea Primer* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar adalah benar **karya sendiri atau bukan hasil plagiat karya orang lain.**
2. Apabila di kemudian hari terbukti bahwa tugas akhir ini bukan karya saya sendiri atau plagiat hasil karya orang lain, saya bersedia menerima sanksi peraturan Mendiknas RI No. 17 Tahun 2010 dan ketentuan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian surat pernyataan saya buat untuk dipergunakan sebagaimana mestinya.

Denpasar, 6 April 2026



Yang membuat pernyataan

Ida Ayu Cipta Darmayani

Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian *Dismenorea Primer* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Denpasar

ABSTRAK

Angka kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri di Kota Denpasar yaitu 7,17%. tingginya angka kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri dapat mengganggu konsentrasi belajar dan aktivitas sehari-hari. Status gizi merupakan faktor risiko yang diduga berhubungan dengan terjadinya *dismenorea primer* melalui mekanisme ketidakseimbangan hormon dan produksi hormon prostaglandin. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar. Jenis penelitian ini merupakan analitik korelasional, rancangan *cross-sectional*, yang dilakukan di SMP Negeri 2 Denpasar, 95 responden yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Data status gizi diperoleh melalui pengukuran antropometri (IMT/U) dan kejadian *dismenorea* diukur menggunakan kuesioner. Analisis data bivariat dilakukan menggunakan *Fisher's Exact Test*. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas responden memiliki status gizi gemuk, (41,1%), dan mayoritas responden mengalami *dismenorea primer* (83,2%). Analisis bivariat menggunakan uji *Fisher's Exact Test* menunjukkan nilai signifikan 0,000 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar. Saran peneliti, remaja putri diharapkan dapat menjaga status gizi yang optimal dan menerapkan pola hidup sehat untuk mengurangi risiko nyeri saat menstruasi.

Kata Kunci: status gizi; *dismenorea primer*; remaja putri

The Relationship Between Nutritional Status And The Incidence Of Primary Dysmenorrhea Among Adolescent Girls At SMP Negeri 2 Denpasar

ABSTRACT

The incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls in Denpasar City has reached 7,17%. This high prevalence can interfere with learning concentration and daily activities. Nutritional status is a risk factor suspected to be associated with primary dysmenorrhea through the mechanisms of hormonal imbalance and prostaglandin production. This study aims to determine the relationship between nutritional status and the incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls at SMP Negeri 2 Denpasar. This was an analytical correlational research with a cross-sectional design conducted at SMP Negeri 2 Denpasar, involving 95 respondents selected using the proportionate stratified random sampling technique. Nutritional status data were obtained through anthropometric measurements (BMI-for-age), and the incidence of dysmenorrhea was measured using a questionnaire, then analyzed using Fisher's Exact Test. The results showed that the majority of respondents had an overweight nutritional status (41.1%) and the majority experienced primary dysmenorrhea (83.2%). The Fisher's Exact Test yielded a significance value of $p = 0.000$, indicating a significant relationship between nutritional status and the incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls at SMP Negeri 2 Denpasar. It is suggested that adolescent girls maintain optimal nutritional status and adopt a healthy lifestyle to reduce the risk of menstrual pain.

Keywords: *nutritional status; primary dysmenorrhea; adolescent girls*

RINGKASAN PENELITIAN
HUBUNGAN ANTARA STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN
***DISMENOREA PRIMER* PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 2**
DENPASAR

Oleh : Ida Ayu Cipta Darmayani (P07124222041)

Tingginya angka kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri dapat mengganggu konsentrasi belajar dan aktivitas sehari-hari. Salah satu faktor fisiologis yang berperan penting dalam munculnya keluhan ini adalah status gizi, di mana ketidakseimbangan asupan nutrisi dapat memengaruhi produksi hormon prostaglandin yang memicu kontraksi otot rahim. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar. Penelitian ini mencakup variabel status gizi yang dikategorikan berdasarkan indeks massa tubuh, serta variabel kejadian *dismenorea* yang ditinjau melalui keberadaan tanda dan gejala klinis yang dirasakan saat menstruasi.

Penelitian ini menggunakan desain analitik korelasi dengan pendekatan *cross-sectional*, melibatkan 95 responden yang dipilih menggunakan teknik *proportionate stratified random sampling*. Data status gizi diperoleh melalui pengukuran tinggi badan dan berat badan (*antropometri*), sedangkan data kejadian *dismenorea* dikumpulkan melalui kuesioner tanda dan gejala *dismenorea primer*. Data dianalisis secara univariat untuk distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji statistik *Fisher's Exact Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi gemuk (41,1%), status gizi obesitas (20,0%), status gizi normal (16,8%), status gizi kurus (15,8%) dan paling sedikit status gizi sangat kurus yaitu (6,3%). Kejadian *dismenorea primer* dari hasil penelitian dialami oleh remaja putri (83,2%), dan remaja putri yang tidak mengalami *dismenorea primer* yaitu sebanyak (16,8%). Gejala *dismenorea primer* banyak ditemukan pada kelompok responden dengan status gizi tidak normal (sangat kurus, kurus, gemuk dan obesitas). Hubungan status gizi remaja putri dengan kejadian *dismenorea primer*, Berdasarkan Hasil uji *Fisher's Exact Test* menunjukkan *p-value* 0,000 terdapat hubungan yang signifikan

antara status gizi dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri di SMP Negeri 2 Denpasar.

Berdasarkan penelitian ini, penulis menyarankan agar remaja putri lebih memperhatikan pemenuhan gizi seimbang untuk mencapai status gizi normal sebagai upaya meminimalisir munculnya gejala *dismenorea primer*.

KATA PENGANTAR

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat rahmat-Nya lah penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul **“Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian *Dismenorea Primer* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Denpasar”** dengan tepat waktu.

Selama proses penyusunan skripsi ini, penulis mendapatkan banyak bimbingan dan bantuan dari berbagai pihak yang berhubungan dengan kegiatan yang dilaksanakan. Oleh karena itu, pada kesempatan ini izinkan penulis menyampaikan ucapan terima kasih kepada :

1. Dr. Sri Rahayu, S.Tr.Keb.,S.Kep.Ners.,M.Kes, selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Denpasar
2. Bdn. Ni Ketut Somoyani, SST.,M.Biomed, selaku Ketua Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar
3. Bdn. Ni Wayan Armini, SST.,M.Keb, sebagai Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Denpasar
4. Bdn. Gusti Ayu Tirtawati, S.Si.T.,M.Kes sebagai Pembimbing Utama peneliti yang telah memberikan bimbingan, arahan, dan dukungan selama peneliti menempuh pendidikan
5. Ni Gusti Kompiang Sriasih, SST.,M.Kes sebagai Pembimbing Pendamping yang telah memberikan bimbingan dan arahan dalam menyelesaikan skripsi.
6. Kepada sekolah SMP Negeri 2 Denpasar yang sudah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan penelitian.
7. Kepada sekolah SMP Negeri 4 Denpasar yang sudah memberikan izin kepada peneliti untuk melakukan uji validitas dan reliabilitas kuesioner.

8. Seluruh dosen dan staf Poltekkes Kemenkes Denpasar Jurusan Kebidanan.
9. Orang tua dan keluarga yang telah memberikan dukungan dan semangat yang penuh.
10. Pihak lain yang tidak dapat disebutkan satu persatu dalam membantu menyelesaikan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih memiliki beberapa kekurangan. Oleh karena itu penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari semua pihak demi perbaikan dan kesempurnaan skripsi ini. Atas segala perhatiannya penulis mengucapkan terima kasih.

Denpasar, 6 April 2026

Peneliti

DAFTAR ISI

HALAMAN SAMPUL	i
HALAMAN JUDUL.....	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
LEMBAR PENGESAHAN	iv
SURAT PERNYATAAN BEBAS PLAGIAT.....	v
ABSTRAK.....	vi
<i>ABSTRACT</i>	vii
RINGKASAN PENELITIAN.....	viii
KATA PENGANTAR.....	x
DAFTAR ISI.....	xii
DAFTAR TABEL.....	xiv
DAFTAR GAMBAR.....	xv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xvi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	6
A. Konsep Dasar Remaja Putri	6
B. Konsep Dasar Menstruasi	8
C. Konsep Dasar <i>Dismenorea</i>	11
D. Konsep Dasar Status Gizi	15
BAB III KERANGKA KONSEP.....	17
A. Kerangka Konsep.....	17
B. Variabel dan Definisi Operasional Variabel	17
C. Hipotesis	18
BAB IV METODE PENELITIAN	19
A. Jenis Penelitian.....	19
B. Alur Penelitian	20
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	21

D. Populasi dan Sampel	21
E. Jenis dan Teknik Pengumpulan Data	24
F. Pengolahan dan Analisa Data.....	28
G. Etika Penelitian	31
BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN.....	33
A. Hasil.....	33
B. Pembahasan.....	37
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	42
A. Simpulan.....	42
B. Saran.....	43
DAFTAR PUSTAKA.....	46
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1	IMT Remaja Putri Berdasarkan Usia 10-19 Tahun.....	16
Tabel 2	Definisi Operasional.....	17
Tabel 3	Karakteristik Subjek Penelitian Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian <i>Dismenorea Primer</i> Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Denpasar.....	34
Tabel 4	Distribusi Status Gizi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Denpasar.....	35
Tabel 5	Distribusi Kejadian <i>Dismenorea Primer</i> Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Denpasar.....	35
Tabel 6	Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian <i>Dismenorea Primer</i> Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 2 Denpasar.....	36

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1 <i>Faces Rating Scale</i>	14
Gambar 2 Kerangka Konsep	17
Gambar 3 Alur Penelitian.....	20

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 2 Persetujuan Setelah Penjelasan (*Informed Consent*)
- Lampiran 3 Jadwal Kegiatan Pelaksanaan Penelitian
- Lampiran 4 Realisasi Penelitian
- Lampiran 5 Kuesioner Penelitian
- Lampiran 6 Lembar Informasi Untuk Orang Tua Atau Wali
- Lampiran 7 Data Uji Validitas Dan Reliabilitas Kuesioner
- Lampiran 8 Master Tabel
- Lampiran 9 Hasil Olah Data Penelitian
- Lampiran 10 Surat Kaji Etik
- Lampiran 11 Surat Izin Melaksanakan Penelitian
- Lampiran 12 Dokumentasi Kegiatan Uji Validitas
- Lampiran 13 Dokumentasi Kegiatan Penelitian
- Lampiran 14 *Similarity Index*