

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN AKTIVITAS FISIK
DENGAN DERAJAT *DISMENOREA* PADA
REMAJA PUTRI DI AREA *RURAL***

SKRIPSI

Untuk Memenuhi Persyaratan Penelitian Skripsi dalam Rangka Memperoleh
Gelar Sarjana Keperawatan (S.Kep)



Oleh:
Novi Dina Karsio NIM.
22102322

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS
dr. SOEBANDI
2024**

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul Hubungan Status Gizi Dan Aktivitas Fisik Dengan Derajat Dismenorea Pada Remaja Putri 16 Antra Rural telah direvisi dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Pada:

Nama : Nivi Dina Karsio
NIM : 22102322
Hari, Tanggal : Senin, 15 Juli 2024
Program Studi : Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas dr. Soehardi

Ketua Penguji,



Korita, S.KM, M.Kep
NIDN:020118403

Pengji I,



Irwina Anggela Silvanusari, S.Kep, Ns, M.Kep
NIDN:070099005

Pengji III,



Ns Nurhidayah Ali Haris, M.Kep, Sp.Kep.K
NIDN: 0431128105

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan,

Universitas dr. Soehardi



Xi Nur Zamah, S.ST, M.Keb
NIK. 19891219 201309 2 039

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN DERAJAT *DISMENOREA* PADA REMAJA PUTRI DI AREA RURAL

Novi Dina Karsio^{1*}, Irwina Angelina Silvanasari², Ns.Achmad Ali Basr³ ¹Ilmu
Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, Email ²Ilmu
Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, Email ³Ilmu
Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi, Email
**Korespondensi Penulis :*

Received:

Accepted:

Published:

Abstrak

Latar Belakang: Dismenorea merupakan salah satu keluhan yang banyak dialami remaja putri di area rural. disebabkan status gizi dan aktifitas fisik. **Tujuan:** untuk menganalisis status gizi dan aktivitas fisik dengan derajat dismenorea. **Metode:** Penelitian ini adalah kuantitatif korelasional dengan populasi sebanyak 303 dari kelas X dan XI siswi SMAN Arjasa. Peneliti menggunakan teknik cluster random sampling. Jumlah sampel sebanyak 172 siswi. Penelitian ini menggunakan deskriptif statistik, uji korelasirank spearman. Variabel dependent yaitu status gizi dan aktivitas fisik dan variable dependent yaitu derajat dismenorea. Instrument penelitian ini menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan korelasi spearman. **Hasil:** Hasil penelitian menunjukkan status gizi remaja putri di area rural sebagian besar obesitas sebanyak 70,9% sedangkan aktivitas hampir seluruh kurang baik sebanyak 93,6%. Hampir setengahnya memiliki Derajat dismenorea berat sebanyak 41,9%. Hasil analisis korelasi spearman menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara status gizi dengan derajat dismenorea Hal ini dibuktikan dengan nilai p-value $0.007 < 0,05$. Untuk Aktivitas fisik menunjukkan tidak ada hubungan aktifitas fisik dengan derajat dismenorea hal ini dibuktikan pada nilai p-value sebesar $0,884 > 0,05$. **Diskusi:** Remaja rural sebagian besar memiliki status gizi obesitas dan hampir seluruh responden memiliki derajat dismenorea sedang, maka dari itu p remaja rural dapat lebih memperhatikan status gizinya dan berolah raga secara teratur.

Kata Kunci: aktivitas fisik, *Dismenorea*, remaja, rural dan status gizi,

Abstract

Introduction: Dysmenorrhea is one of the most common complaints experienced by adolescent girls in rural areas. Caused by nutritional status and physical activity. **Objective:** To analyze nutritional status and physical activity with the degree of dysmenorrhea. **Method:** This study was a quantitative correlational study with a population of 303 students from grades X and XI of SMAN Arjasa. The researcher used a cluster random sampling technique. The number of samples was 172 students. This study used descriptive statistics, Spearman rank correlation test. The dependent variables were nutritional status and physical activity and the dependent variable was the degree of dysmenorrhea. The research instrument used a questionnaire. Data analysis used Spearman correlation. **Results:** The results showed that the nutritional status of adolescent girls in rural areas was mostly obese at 70.9% while almost all of their activities were poor at 93.6%. Almost half had a degree of severe dysmenorrhea at 41.9%. The results of the Spearman correlation analysis showed a significant relationship between nutritional status and the degree of dysmenorrhea. This is evidenced by the p-value of $0.007 < 0.05$. For physical activity, there is no relationship between physical activity and the degree of dysmenorrhea. This is evidenced by the p-value of $0.884 > 0.05$. **Discussion:** Most rural adolescents have obesity nutritional status and almost all respondents have moderate dysmenorrhea, therefore rural adolescents can pay more attention to their nutritional status and exercise regularly.

Keywords: physical activity, dysmenorhea, adolescents, rural areas and nutritional status,