

**HUBUNGAN STATUS GIZI DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN
KEJADIAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI
DI SMPN 4 SUKOWONO**

SKRIPSI



Oleh :

Sabrina Salsabillah Putri D

NIM 21102169

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
JEMBER
2025**

LEMBAR PENGESAHAN

Skripsi yang berjudul "Hubungan Status Gizi Dan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di SMPN 4 Sukowono " telah diuji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan pada :

Nama : Sabrina Salsabillah Putri Damayanti

Nim : 21102169

Hari,tanggal : 10 Juli 2025

Program Studi : Ilmu Keperawatan Universitas dr Soebandi

Ketua Penguji

I Gusti Ayu Kartasih, S.Kep,Ns.,M.Kep.,Sp.Mat

NIDN. 4005116802

Penguji II

Ulfa Fitriani Natista, S.Kep.Ns.,M.Kep

NIDN. 724039301

Penguji III

Umi Sukowati, S.Kep.,Ns.,M.Kep.,Sp.Mat

NIDK. 08894401019

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Kesehatan,

Universitas dr Soebandi

Ap Nur Zannah, S.ST., M. Keb
NIDN. 0719128902

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN SIKLUS MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 4 SUKOWONO

Relationship Nutritional Status Gizi And Menstrual
Cycle With The Incidence Of Dysmenorrhea In
Adolescent Female At SMPN 4 Sukowono

Sabrina Salsabillah Putri Damayanti¹, Umi Sukowati²

¹Ilmu Keperawatan, Ilmu Kesehatan, Universitas dr. Soebandi Jember

E-mail : putrissalsabillah04@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Remaja putri sering mengalami dismenore atau nyeri haid akibat peningkatan prostaglandin, yang dapat mengganggu aktivitas belajar. Prevalensi dismenore cukup tinggi, secara global mencapai 90% di Asia 74,5%, Indonesia 69,35%, dan di jember terdapat 1.457 kasus gangguan menstruasi. Faktor – faktor seperti status gizi, siklus menstruasi, dan ketidakseimbangan hormone turut berperan.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untk mengetahui hubungan status gizi dan siklus menstruasi dengan kejadian dismenore pada remaja putri di smpn 4 sukowono. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan cross sectional ini melibatkan 30 siswi melalui total sampling. Statu gizi diukur dengan IMT, siklus menstruasi dengan menstrual cycle questionnaire, dan dismenore menggunakan numeric rating scale (NRS). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariate dengan uji spearman rho ($p>0,05$). **Hasil:** Setengahnya 50% responden memiliki status gizi normal, dan setengahnya 50% memiliki siklus pendek. Sebagian besar 70% mengalami dismenore tingkat sedang hingga berat. Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dan dismenore ($p=0,438$), maupun antara siklus menstruasi dan dismenore ($p=0,502$). **Diskusi:** Temuan ini kemungkinan disebabkan oleh faktor lain seperti stres, aktivitas fisik, lama menstruasi, riwayat keluarga, dan umur. Meskipun teori menyebutkan bahwa ketidakseimbangan gizi dan gangguan siklus menstruasi dapat memengaruhi intensitas nyeri menstruasi, hasil empiris ini menekankan perlunya pendekatan multidimensional dalam menangani dismenore pada remaja.

Kata kunci: Dismenore, Remaja Putri, Siklus Menstruasi, Status Gizi.