



**DETERMINAN KEJADIAN DISMENORE PADA REMAJA
PUTRI DI SMA NEGERI 9 KOTA DEPOK**

SKRIPSI

FARAH NABILLA AZZURA

1910714072

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2023**



**DETERMINAN KEJADIAN DISMENORE PADA REMAJA
PUTRI DI SMA NEGERI 9 KOTA DEPOK**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Gizi**

FARAH NABILLA AZZURA

1910714072

**UNIVERSITAS PEMBANGUNAN NASIONAL “VETERAN” JAKARTA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
PROGRAM STUDI GIZI PROGRAM SARJANA
2023**

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar

Nama : Farah Nabilla Azzura

NRP : 1910714072

Tanggal : 3 Juli 2023

Bilamana di kemudian hari ditemukan ketidaksesuaian dengan pernyataan saya ini, maka saya bersedia dituntut dan diproses dengan ketentuan yang berlaku.

Jakarta, 3 Juli 2023

Yang Menyatakan,

A 10,000 Indonesian postage stamp (METRAJ TEMPEL) with a Garuda emblem and a handwritten signature over it. The stamp features the text 'REPUBLIK INDONESIA', '10000', 'METRAJ TEMPEL', and the serial number '33663A0X533749988'.

(Farah Nabilla Azzura)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI SKRIPSI
UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Sebagai civitas akademik Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Farah Nabilla Azzura
NRP : 1910714072
Fakultas : Ilmu Kesehatan
Program Studi : Gizi Program Sarjana

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Rights*) atas karya ilmiah saya yang berjudul:

"Determinan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMAN 9 Kota Depok"

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti ini Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan mempublikasikan skripsi saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di : Jakarta
Pada Tanggal : 3 Juli 2023

Yang menyatakan,


(Farah Nabilla Azzura)

PENGESAHAN

Skripsi diajukan oleh:

Nama : Farah Nabilla Azzura
NRP : 1910714072
Program Studi : Gizi Program Sarjana
Judul Skripsi : Determinan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMAN 9 Kota Depok

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Tim Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Gizi pada Program Studi Gizi Program Sarjana, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Pembangunan Nasional "Veteran" Jakarta



Lin Fatmawati, S.Gz., MPH.

Ketua Penguji



Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.kom, MKM.

Penguji II

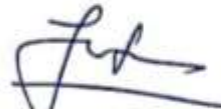


A'immatul Fauziyah, S.Gz. M.Si

Dosen Pembimbing



Desmawati, SKP, Mkep, Sp.Mnt, PhD
Dekan FIKES UPNVJ



Dr. Nur Intania Sofianita, S.I.kom, MKM

Koordinator Program Studi Gizi Program Sarjana

Ditetapkan di : Jakarta

Tanggal Ujian : 3 Juli 2023

DETERMINAN KEJADIAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMAN 9 KOTA DEPOK

Farah Nabilla Azzura

Abstrak

Remaja akan mengalami perubahan biologis seperti menstruasi yang terjadi pada remaja putri, selama menstruasi beberapa dari mereka juga sering mengalami nyeri haid pada perut bagian sisi bawah. Tingginya prevalensi kejadian dismenore di Indonesia mencapai angka 90%. Beberapa faktor yang telah dianalisis sebagai salah satu faktor resiko dismenore adalah pengetahuan rentang dismenore, asupan kalsium, asupan magnesium, asupan zink. Tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMA Negeri 9 Kota Depok. Penelitian menggunakan desain *cross sectional* dengan pengambilan sampel menggunakan metode *stratified random sampling*. Populasi pada penelitian ini adalah kelas X dan XI sebanyak 81 siswi. Analisis frekuensi menunjukkan responden mayoritas mengalami dismenore sebesar 70,4%, pengetahuan rendah 86,4%, asupan kalsium kurang 66,6%, asupan magnesium kurang 56,8%, asupan zink kurang 84%, asupan Fe cukup 69,1%, aktivitas fisik ringan 79%, stress 92,6%. Analisis chi-square didapatkan hubungan ($p < 0,05$) antara pengetahuan, kalsium, magnesium, zink, aktivitas fisik dengan kejadian dismenore dan tidak ada hubungan antara stres dan kejadian dismenore. Siswi yang memiliki pengetahuan yang rendah beresiko 15,784 kali mengalami dismenore dibandingkan dengan siswi yang memiliki pengetahuan baik ($p = 0,012$). Remaja putri perlu meningkatkan pengetahuan tentang dismenore dan lebih memperhatikan asupan gizi yang baik dan tercukupi.

Kata Kunci : Aktivitas Fisik, Asupan Mikro, Dismenore, Pengetahuan, Tingkat Stres

DETERMINANTS OF DYSMENORRHEA IN YOUNG WOMEN AT SMA 9 DEPOK CITY

Farah Nabilla Azzura

Abstract

Teenagers will experience biological changes such as menstruation that occurs in young women, during menstruation some of them also often experience menstrual pain in the lower abdomen. The high prevalence of dysmenorrhea in Indonesia reaches 90%. Several factors that have been analyzed as a risk factor for dysmenorrhea are knowledge of the range of dysmenorrhea, calcium intake, magnesium intake, zinc intake. The purpose of this study was to determine the factors associated with the incidence of dysmenorrhea in young women at SMA Negeri 9 Depok City. The study used a cross-sectional design with stratified random sampling used as a sample. The population in this study were class X and XI as many as 81 students. Frequency analysis showed that the majority of respondents experienced dysmenorrhea of 70.4%, low knowledge of 86.4%, insufficient intake of calcium 66.6%, insufficient intake of magnesium 56.8%, insufficient intake of zinc 84%, adequate intake of Fe 69.1%, light physical activity 79%, stress 92.6%. Chi-square analysis found a relationship ($p < 0.05$) between knowledge, calcium, magnesium, zinc, physical activity and the incidence of dysmenorrhea and there was no relationship between stress and the incidence of dysmenorrhea. Siwi who have low knowledge are at risk of experiencing dysmenorrhea 15.784 times compared to female students who have good knowledge ($p = 0.012$). Young women need to increase their knowledge about dysmenorrhea and pay more attention to good and adequate nutrition.

Keywords : Physical Activity, Micro Intake, Dysmenorrhea, Knowledge, Stress Level

KATA PENGANTAR

Puji dan rasa syukur penulis panjatkan kepada Allah SWT atas segala rahmat dan karunia-Nya, alhamdulillah penulis dapat menyelesaikan penyusunan skripsi yang berjudul “Determinan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMA Negeri 9 Kota Depok”. Rasa terima kasih tak lupa penulis ucapkan kepada :

1. Ibu Dr. Nur Intania Sofianita, MKM selaku Ketua Program Studi Gizi Program Sarjana Universitas Pembangunan Nasional Veteran Jakarta.
2. Ibu Aimmatul Fauziah, S.Gz, M.Si selaku pembimbing atas bimbingan dan juga motivasinya selama penulisan skripsi ini, ibu Dr. Nur Intania Sofianita, MKM selaku penguji 2 dan Ibu Iin Fatmawati Imrar, S.Gz, MPH selaku penguji utama skripsi atas segala saran dan masukannya dalam perbaikan skripsi ini.
3. Orang tua saya bapak Haris dan ibu Masrurroh, Reza dan Emir yang tiada hentinya memberikan doa, dukungan, serta kasih sayangnya sehingga memberikan kekuatan kepada saya untuk dapat selalu berjuang.
4. Bu Sri selaku guru SMAN 9 Kota Depok yang telah mengizinkan penelitian dan mendampingi selama pengambilan data.
5. Teman-teman terdekat saya, Aira, Kadek, Ghina, Farah, Titania, Lulu, Tasya yang telah memberikan semangat dan dukungannya. Terima kasih juga penulis ucapkan kepada Adya yang telah support segala hal.

Jakarta, 3 Juli 2023

Penulis

Farah Nabilla Azzura

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
PERNYATAAN ORISINALITAS	ii
PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	iii
PENGESAHAN	iii
ABSTRAK	v
ABSTRACT	vi
KATA PENGANTAR	vii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
BAB I PENDAHULUAN	1
I.1 Latar Belakang	1
I.2 Rumusan Masalah.....	4
I.3 Tujuan Penelitian	4
I.4 Manfaat Penelitian	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	7
II.1 Remaja Putri.....	7
II.2 Dismenore	7
II.3 Pengetahuan tentang Dismenore.....	9
II.4 Kalsium	9
II.5 Magnesium.....	10
II.6 Zink	11
II.7 Fe.....	12
II.8 Penilaian Asupan Zat Gizi	13
II.9 Faktor Non Gizi	13
II.10 Aktivitas Fisik.....	14
II.11 Stres.....	15
II.12 Matriks Penelitian	18
II.13 Kerangka Teori	22
II.14 Kerangka Konsep.....	23
II.15 Hipotesis	23
BAB III METODE PENELITIAN.....	24
III.1 Waktu dan Penelitian	24
III.2 Desain Penelitian	24
III.3 Populasi dan Sampel.....	24
III.4 Pengumpulan Data	27
III.5 Etik Penelitian.....	28
III.6 Definisi Operasional	29
III.7 Analisis Data.....	31

BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN	33
IV.1 Gambaran Umum Lokasi Penelitian	33
IV.2 Uji Validitas dan Reliabilitas	33
IV.3 Hasil Analisis Univariat	35
IV.4 Hasil Analisis Bivariat	44
IV.5 Hasil Analisis Multivariat	54
IV.6 Keterbatasan Penelitian.....	59
 BAB V PENUTUP.....	 60
V.1 Kesimpulan	60
V.2 Saran	60
 DAFTAR PUSTAKA	 62
RIWAYAT HIDUP	
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

Tabel 1.	Sumber Kalsium.....	10
Tabel 2.	Sumber Magnesium	11
Tabel 3.	Sumber Zink.....	12
Tabel 4.	Sumber Fe	13
Tabel 5.	Matriks Penelitian	18
Tabel 7.	Definisi Operasional	29
Tabel 8.	Hasil Uji Validitas.....	34
Tabel 9.	Hasil Uji Reliabilitas.....	34
Tabel 10.	Karakteristik Responden	35
Tabel 11.	Gambaran Kejadian Dismenore	36
Tabel 12.	Gambaran Hasil Pengetahuan Tentang Dismenore	37
Tabel 13.	Gambaran Asupan Kalsium	38
Tabel 14.	Gambaran Asupan Magnesium	39
Tabel 15.	Gambaran Asupan Zink	40
Tabel 16.	Gambaran Asupan Fe.....	41
Tabel 17.	Gambaran Aktivitas Fisik	42
Tabel 18.	Gambaran Tingkat Stres.....	43
Tabel 19.	Hubungan Pengetahuan Tentang Dismenore dengan Kejadian Dismenore	44
Tabel 20.	Hubungan Asupan Kalsium dengan Kejadian Dismenore.....	46
Tabel 21.	Hubungan Asupan Magnesium dengan Kejadian Dismenore	47
Tabel 22.	Hubungan Asupan Zink dengan Kejadian Dismenore.....	48
Tabel 23.	Hubungan Asupan Fe dengan Kejadian Dismenore	49
Tabel 24.	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore.....	51
Tabel 25.	Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore	52
Tabel 26.	Hasil Analisis Bivariat	54
Tabel 27.	Hasil Awal Permodelan Regresi Logistik	55
Tabel 28.	Hasil Akhir Permodelan Regresi Logistik	55

DAFTAR GAMBAR

Gambar 1. <i>Numerical Rating Scale</i>	8
Gambar 2. Kerangka Teori.....	22
Gambar 3. Kerangka Konsep	23
Gambar 4. Prosedur Pengumpulan Data	28
Gambar 5. Peta Lokasi Penelitian	33

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	<i>Ethical Clearance</i>
Lampiran 2	Monitoring Bimbingan
Lampiran 3	Surat Izin Penelitian dan Pengambilan Data
Lampiran 4	Lembar Persetujuan Sebelum Penjelasan (PSP)
Lampiran 5	<i>Informed Consent</i>
Lampiran 6	Kuesioner Penelitian
Lampiran 7	Dokumentasi Penelitian
Lampiran 8	Hasil Uji Statistik
Lampiran 9	Surat Pernyataan Bebas Plagiarism
Lampiran 10	Hasil Turnitin