

# **SKRIPSI**

## **HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORHEA PADA SISWI KELAS 3 SMAN 1 GAMBIRAN BANYUWANGI**



Oleh:

Nama : Ida Masitoh

NIM : 202007T018

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN**

**DAN PENDIDIKAN PROFESI BIDAN**

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI**

**BANYUWANGI**

**2021**

# **SKRIPSI**

## **HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORHEA PADA SISWI KELAS 3 SMAN 1 GAMBIRAN BANYUWANGI**

Untuk Memperoleh Gelar Sarjana Kebidanan (S.Keb)

Pada Program Studi Sarjana Kebidanan Stikes Banyuwangi



Oleh:

Nama : Ida Masitoh

NIM : 202007T018

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN  
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN BANYUWANGI  
BANYUWANGI**

**2021**

## **PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS**

Proposal Skripsi ini adalah hasil karya tulis ilmiah saya sendiri, dan saya tidak melakukan kegiatan plagiat dalam Penulisan Skripsi saya yang berjudul:

### **HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORHEA PADA SISWI KELAS 3 SMAN 1 GAMBIRAN BANYUWANGI**

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat, maka saya menerima sanksi yang telah ditetapkan.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar benarnya.

Banyuwangi, 22 Januari 2022

Yang Membuat Pernyataan



**IDA MASITOH**

**NIM : 202007T018**

## LEMBAR PERSETUJUAN

Skripsi Dengan Judul

### HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORHEA PADA SISWI KELAS 3 SMAN 1 GAMBIHAN BANYUWANGI

Nama Mahasiswa : Ida Masitoh

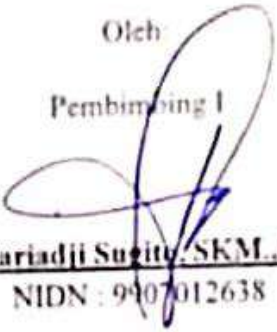
NIM : 2020071018

Telah disetujui untuk diujikan

Pada Tanggal 25 MARET 2022

Oleh

Pembimbing I

  
H. Hariadji Supito, SKM., MM  
NIDN : 9907012638

Pembimbing II

  
Lutvia Dwi Rofika, SST., M.kes  
NIDN : 0727038801

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan dan Profesi Bidan

  
DESI TRIANITA, SST., M.Kes  
NIDN : 0716128602

## LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI

Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORHEA PADA SISWI  
KELAS 3 SMAN 1 GAMBIRAN BANYUWANGI**

Diajukan oleh :

Nama : Ida Masitoh

NIM : 202007T018

Program Studi Sarjana Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

Telah Diuji Dihadapan Tim Penguji

Pada Tanggal : 25 MARET 2022

### TIM PENGUJI

Penguji I : Rima Nur Khasanah, S.Keb., Bd. M.Kes

Penguji II : H.Hariadji Sugito, SKM.,MM

Penguji III: Lutvia Dwi Rofika, SST.,M.kes

*[Handwritten signatures of the three examiners]*

Mengetahui,

Ketua

*[Signature of DR. H. Soekrdjo]*  
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Banyuwangi

**DR. H. Soekrdjo**  
NUPN : 9907159603

## KATA PENGANTAR

Dengan memanjatkan puji syukur kehadirat Allah SWT atas segala rahmat dan anugrah-Nya sehingga skripsi yang berjudul “**Hubungan Status Gizi dengan Dismenorrhea pada Siswi Kelas 3 SMA Negeri 1 Gambiran Banyuwangi**” dapat terselesaikan dengan baik. Penyusunan proposal skripsi ini bertujuan untuk menyelesaikan tugas akhir sebagai syarat kelulusan sarjana.

Penulisan proposal skripsi ini jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu penulis sangat mengharapkan kritik, saran serta masukan yang sifatnya membangun untuk memperbaiki penyusunan proposal ini. Terima kasih kepada seluruh pihak yang berpartisipasi dalam proses penyusunan proposal ini. Semoga penyusunan proposal ini bermanfaat bagi pembaca.

Banyuwangi, 4 November 2021

Penulis

## **HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN**

### **MOTTO**

“Berbuat baiklah tanpa perlu alasan apapun.”

### **PERSEMBAHAN**

Saya ucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT, yang telah melimpahkan rahmat-Nya sehingga saya dapat menyelesaikan tugas akhir saya dengan baik serta tepat waktu. Karya

ini saya persembahkan untuk:

Keluarga saya, yakni suami, kedua anak saya, menantu serta cucu tercinta karena telah memberikan dukungan selama saya menyusun tugas akhir ini serta bersedia membantu saya.

Anak saya Khadiroh Putri Firdaus dan Fajar Haikal Ashomadoni yang telah bersedia mengantarkan saya ke kampus selama proses penyusunan tugas akhir.

Terima kasih.

**PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI  
TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS**

Yang bertandatangan di bawah ini:

NAMA : IDA MASITOH

NIM : 202007T018

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul:

**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DIMENORHEA PADA SISWI**

**KELAS 3 SMA NEGERI 1 GAMBIRAN BANYUWANGI**

Bersedia untuk dimuat dalam majalah atau jurnal ilmiah atas nama pembimbing dengan tetap mencantumkan nama saya sebagai peneliti.

Banyuwangi, 25 Maret 2022

Yang membuat pernyataan,



IDA MASITOH  
202007T018



**ABSTRAK**  
**HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORHEA PADA SISWI KELAS 3**  
**SMAN 1 GAMBIRAN BANYUWANGI**

Oleh  
**Ida Masitoh**  
Program Studi Sarjana Kebidanan STIKes Banyuwangi  
Email: [idamasitoh07@gmail.com](mailto:idamasitoh07@gmail.com)

---

Dismenorhea merupakan salah satu masalah pada wanita yang mengalami haid, terjadi gangguan rasa nyeri yang timbul akibat adanya kontraksi otot rahim. Berbagai faktor dapat mempengaruhi salah satunya adalah status gizi. Apabila dalam pemenuhan kebutuhan nutrisi tidak diperhatikan dengan baik, maka akan menimbulkan status gizi yang kurang baik pula terutama pada kejadian dismenorhea ketika menstruasi. Peneliti tertarik menganalisis hubungan antara status gizi dengan dismenorhea pada siswi kelas 3 SMAN 1 Gambiran Banyuwangi.

Metode penelitian ini adalah penelitian observasional dengan desain *cross sectional*. Jumlah sampel sebanyak 91 siswi dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *purposive sampling*. Variabel bebas adalah status gizi. Variabel terikat adalah dismenorhea. Instrumen yang digunakan adalah kuesioner. Analisis data menggunakan uji *Rank Spearman*

Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar dismenorhea didominasi oleh dismenorhea ringan sebesar 37,6%, dan terendah adalah dismenorhea berat sebesar 13%. Status gizi didominasi oleh status gizi normal sebesar 54%, dan status gizi dengan frekuensi yang paling rendah adalah obesitas II dengan presentase 0,0% Nilai  $r = 0,018$  dan nilai  $p = 0,865$ . Hal ini menunjukkan bahwa antara status gizi dengan dismenorhea kurang memiliki hubungan. Sedangkan nilai koefisien korelasi ( $r = 0,018$ ) tidak bermakna. Sehingga terdapat hubungan yang lemah dan kurang memiliki hubungan antar variabel yang searah. Artinya menunjukkan status gizi semakin baik, maka belum tentu dismenorhea yang dirasakan juga akan semakin membaik.

Data tersebut didapatkan hasil kurang adanya hubungan antara status gizi dengan dismenorhea pada siswi kelas 3 SMA Negeri 1 Gambiran Banyuwangi.

**Kata Kunci : Status Gizi, Dismenorhea**

**ABSTRACT**  
**THE RELATIONSHIP OF NUTRITIONAL STATUS WITH**  
**DISMENORHEA ON THE STUDENTS OF CLASS 3 SMAN 1 GAMBIRAN**  
**BANYUWANGI**

By

Ida Masitoh

Program of Study Bachelor of Midwifery STIKes Banyuwangi

Email: [idadamasitoh07@gmail.com](mailto:idadamasitoh07@gmail.com)

---

Dismenorhea is one of the problems in women who experience menstruation, occurring disorders pain arising from the muscle contractions of the uterus. Various factors can affect one's nutritional status. If in the fulfillment of nutritional needs is not considered properly, it will cause nutritional status are less well anyway, especially on the incidence of dismenorhea when menstruation. Researchers are interested in analyzing the relationship between nutritional status with dismenorhea on the students of class 3 SMAN 1 Gambiran Banyuwangi.

Methods this research is an observational research design with *cross sectional approach*. A total sample of 91 students with a sampling technique using *purposive sampling*. The independent variable is the nutritional status. The dependent variable is dismenorhea. The instrument used was a questionnaire. Analysis of test data using *Spearman Rank*

The results showed most of the dismenorhea dominated by dismenorhea light at 37.6%, and the lowest is dismenorhea weight by 13%. Nutritional Status was dominated by the normal nutrition status by 54%, and nutritional status with the frequency of the most low is obesity II with a percentage 0,0%  $r$  Value = 0,018 and  $p$ -value = 0,865. This suggests that between nutritional status with dismenorhea less have a relationship. While the value of the correlation coefficient ( $r = 0,018$ ) is not meaningful. So that there is a weak correlation and the lack of relationship between variables in a clockwise direction. That shows the nutritional status getting better, it is not necessarily dismenorhea felt also will be improved.

The data obtained result is less of a relationship between nutritional status with dismenorhea on the students of class 3 SMA Negeri 1 Gambiran Banyuwangi.

**Keywords: Nutritional Status, Dismenorhea**

## DAFTAR ISI

|                                                         |      |
|---------------------------------------------------------|------|
| HALAMAN JUDUL.....                                      | i    |
| PERNYATAAN TENTANG ORISINALITAS .....                   | ii   |
| LEMBAR PERSETUJUAN.....                                 | iii  |
| LEMBAR PENGESAHAN PENGUJI .....                         | iv   |
| KATA PENGANTAR .....                                    | v    |
| HALAMAN MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....                      | vi   |
| .....                                                   | vii  |
| PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI .....                  | vii  |
| TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....            | vii  |
| DAFTAR ISI.....                                         | x    |
| DAFTAR TABEL .....                                      | xiii |
| DAFTAR GAMBAR .....                                     | xiv  |
| DAFTAR LAMPIRAN .....                                   | xv   |
| DAFTAR SINGKATAN .....                                  | xvi  |
| BAB 1 PENDAHULUAN .....                                 | 1    |
| 1.1 Latar Belakang .....                                | 1    |
| 1.2 Rumusan Masalah .....                               | 4    |
| 1.3 Tujuan Penelitian.....                              | 4    |
| 1.3.1 Tujuan Umum.....                                  | 4    |
| 1.3.2 Tujuan Khusus .....                               | 4    |
| 1.4 Manfaat.....                                        | 5    |
| 1.4.1 Manfaat Teoritis.....                             | 5    |
| 1.4.2 Manfaat praktis .....                             | 5    |
| BAB 2 TINJAUAN PUSTAKA .....                            | 6    |
| 2. 1 Konsep Wanita Usia Subur .....                     | 6    |
| 2. 1. 1 Definisi Wanita Usia Subur .....                | 6    |
| 2. 1. 2 Anatomi Fisiologi Sistem Reproduksi Wanita..... | 6    |
| 2. 2 Konsep Remaja.....                                 | 7    |
| 2.2.1 Definisi Remaja.....                              | 7    |
| 2.2.2 Tahap Perkembangan Remaja.....                    | 8    |
| 2.2.3 Perubahan Fisik Remaja.....                       | 9    |
| 2. 3 Konsep Menstruasi .....                            | 9    |

|                                                          |                                                    |    |
|----------------------------------------------------------|----------------------------------------------------|----|
| 2.3.1                                                    | Definisi Menstruasi .....                          | 9  |
| 2.3.2                                                    | Hormon yang Mengontrol Siklus Haid .....           | 10 |
| 2.3.3                                                    | Fisiologi Siklus Menstruasi .....                  | 12 |
| 2.3.4                                                    | Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi .....   | 15 |
| 2. 4                                                     | Konsep Dismenorea .....                            | 17 |
| 2.4.1                                                    | Definisi Dismenorea .....                          | 17 |
| 2.4.2                                                    | Klasifikasi Dismenorea .....                       | 18 |
| 2.4.3                                                    | Faktor-faktor yang Mempengaruhi Dismenorea .....   | 18 |
| 2.4.4                                                    | Patologis .....                                    | 22 |
| 2.4.5                                                    | Hubungan Prostaglandin dengan Dismenorea .....     | 23 |
| 2.4.6                                                    | Gejala Dismenorea .....                            | 26 |
| 2.4.7                                                    | Pencegahan Dismenorea .....                        | 27 |
| 2.4.8                                                    | Penatalaksanaan Dismenorea .....                   | 28 |
| 2. 5                                                     | Konsep Status Gizi .....                           | 29 |
| 2.5.1                                                    | Definisi Status Gizi .....                         | 29 |
| 2.5.2                                                    | Pengertian Indeks Massa Tubuh (IMT) .....          | 31 |
| 2.5.3                                                    | Klasifikasi Indeks Massa Tubuh (IMT) .....         | 34 |
| 2.5.4                                                    | Hubungan Status Gizi dengan Dismenorea .....       | 34 |
| BAB 3 KERANGKA KONSEPTUAL DAN HIPOTESIS PENELITIAN ..... |                                                    | 38 |
| 3. 1                                                     | Kerangka Konseptual Penelitian .....               | 38 |
| 3. 2                                                     | Hipotesis Penelitian .....                         | 39 |
| BAB 4 METODE PENELITIAN .....                            |                                                    | 40 |
| 4.1                                                      | Jenis Penelitian .....                             | 40 |
| 4.2                                                      | Desain Penelitian .....                            | 40 |
| 4.2.1                                                    | Populasi .....                                     | 40 |
| 4.2.2                                                    | Sampel .....                                       | 40 |
| 4.2.3                                                    | Teknik Pengambilan Sampel .....                    | 42 |
| 4.3                                                      | Variabel Penelitian dan Definisi Operasional ..... | 42 |
| 4.3.1                                                    | Variabel Penelitian .....                          | 42 |
| 4.3.2                                                    | Variabel Independen (Bebas) .....                  | 43 |
| 4.3.3                                                    | Variabel Dependen (Terikat) .....                  | 43 |
| 4.3.4                                                    | Definisi Operasional .....                         | 44 |
| 4.4                                                      | Alat dan Bahan Penelitian .....                    | 45 |
| 4.5                                                      | Instrumen Penelitian .....                         | 45 |

|                                          |                                                |    |
|------------------------------------------|------------------------------------------------|----|
| 4.5.1                                    | Status Gizi .....                              | 45 |
| 4.5.2                                    | Dismenorea .....                               | 46 |
| 4.6                                      | Lokasi dan Waktu Penelitian.....               | 46 |
| 4.7                                      | Prosedur Pengambilan dan Pengumpulan Data..... | 46 |
| 4.8                                      | Cara Analisis Data .....                       | 48 |
| 4.9                                      | Kerangka Operasional/Kerja .....               | 51 |
| 4.10                                     | Etika Penelitian.....                          | 52 |
| BAB 5 HASIL DAN ANALISIS PENELITIAN..... |                                                | 54 |
| 5.1                                      | Hasil Penelitian.....                          | 54 |
| 5.1.1                                    | Gambaran Umum Lokasi Penelitian .....          | 54 |
| 5.1.2                                    | Data Umum .....                                | 55 |
| 5.1.3                                    | Data Khusus .....                              | 56 |
| 5.1.4                                    | Hasil Analisis Bivariat .....                  | 57 |
| BAB 6 PEMBAHASAN .....                   |                                                | 59 |
| 6.1                                      | Status Gizi .....                              | 59 |
| 6.2                                      | Dismenorea.....                                | 60 |
| 6.3                                      | Hubungan Status Gizi dan Dismenorea.....       | 61 |
| 6.4                                      | Keterbatasan Penelitian .....                  | 66 |
| BAB 7 PENUTUP .....                      |                                                | 67 |
| 7.1                                      | Kesimpulan.....                                | 67 |
| 7.2                                      | Saran.....                                     | 67 |
| 7.2.1                                    | Institusi.....                                 | 67 |
| 7.2.2                                    | Peneliti .....                                 | 68 |
| 7.2.3                                    | Masyarakat .....                               | 68 |
| DAFTAR PUSTAKA .....                     |                                                | 69 |
| LAMPIRAN.....                            |                                                | 74 |

## DAFTAR TABEL

|                                                     |    |
|-----------------------------------------------------|----|
| Tabel 2. 1 Klasifikasi IMT (Kemenses RI, 2018)..... | 34 |
| Tabel 2. 2 Sintesis Penelitian .....                | 35 |
| Tabel 4. 1 Definisi Operasional .....               | 44 |
| Tabel 4. 2 Distribusi Frekuensi .....               | 48 |
| Tabel 4. 3 Uji Korelasi Spearman .....              | 49 |

## DAFTAR GAMBAR

|                                                                                                                                     |    |
|-------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------------|----|
| Gambar 2. 1 Anatomi Organ Reproduksi Wanita.....                                                                                    | 7  |
| Gambar 2. 2 Fisiologis Siklus Menstruasi .....                                                                                      | 14 |
| Gambar 3. 1 Kerangka Konseptual Hubungan Status Gizi dengan Dismenorea<br>pada Siswi Kelas 3 SMA Negeri 1 Gambiran Banyuwangi ..... | 38 |

## DAFTAR LAMPIRAN

|                                                               |           |
|---------------------------------------------------------------|-----------|
| <b>Lampiran 1 Surat Izin Studi Pendahuluan .....</b>          | <b>74</b> |
| <b>Lampiran 2 Informed Consent .....</b>                      | <b>76</b> |
| <b>Lampiran 3 Kuesioner Status Gizi pada Dismenorea .....</b> | <b>77</b> |
| <b>Lampiran 4 Lembar Konsultasi .....</b>                     | <b>79</b> |
| <b>Lampiran 5 Jadwal Penelitian .....</b>                     | <b>80</b> |
| <b>Lampiran 6 Daftar Riwayat Hidup .....</b>                  | <b>67</b> |
| <b>Lampiran 7 Daftar Riwayat Hidup Dosen Pembimbing .....</b> | <b>68</b> |



## DAFTAR SINGKATAN

5P : Pewarna, pemanis, perasa, pengawet dan penyedap

BMI : *Body Mass Index*

FSH : *Follicle Stimulating Hormone*

GnRH : *Gonadotropin-Releasing Hormone*

IMT : Indeks Massa Tubuh

LH : *Luteinizing Hormone* dan

WUS : Wanita Usia Subur