

ABSTRAK

Hesty Yolanda Sari, 17S10222

HUBUNGAN SIKLUS MENSTRUASI, STATUS GIZI DAN POLA MAKAN REMAJA PUTRI DENGAN KEJADIAN DISMENOIRE (NYERI HAID) DI SMPN 4 AMUNTAI

Skripsi. Program Studi S1 Gizi. 2022
(xv + 48 + 21 lampiran)

Salah satu permasalahan yang dihadapi oleh remaja putri adalah *dismenore*. Faktor yang mempengaruhi *dismenore* adalah siklus menstruasi, status gizi dan pola makan. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan siklus menstruasi, status gizi dan pola makan remaja putri dengan kejadian *dismenore* (nyeri haid) di SMPN 4 Amuntai. Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah seluruh siswi kelas IX di SMPN 4 Amuntai dengan teknik pengambilan sampel secara total sampling sebanyak 56 orang. Instrumen penelitian ini yaitu kuesioner, alat ukur berat badan dan tinggi badan dan analisis data dengan uji *Rank Spearman*. Dari 56 responden, sebanyak 41 siswi (73,2%) mengalami siklus menstruasi tidak teratur, 29 siswi (51,8%) memiliki status gizi baik, 46 siswi (82,1%) memiliki pola makan tidak sehat, dan 54 siswi (96,4%) mengalami *dismenore*. Hasil penelitian menunjukkan siklus menstruasi terbukti tidak memiliki hubungan dengan kejadian *dismenore* ($p = 0,459$), status gizi terbukti tidak memiliki hubungan dengan kejadian *dismenore* ($p = 0,115$) dan pola makan terbukti memiliki hubungan dengan kejadian *dismenore* ($p = 0,002$). Para siswi diharapkan mengubah pola makannya menjadi lebih sehat dan bergizi seimbang.

Kata kunci: *Dismenore*, pola makan, siklus menstruasi, status gizi

ABSTRACT

Hesty Yolanda Sari, 17S10222

RELATION OF MENSTRUAL CYCLE, NUTRITIONAL STATUS, AND DIETARY PATTERNS OF ADOLESCENT GIRLS WITH THE INCIDENCE OF DISMENOIRE (MENSTRUAL PAIN) AT STATE JUNIOR HIGH SCHOOL 4 AMUNTAI

Undergraduate Thesis. Bachelor of Nutrition Study Program. 2022

(xv + 48 + 21 appendices)

One of the problems faced by young women is dismenore. Factors that influence dismenore are the menstrual cycle, nutritional status and diet. The purpose of this study was to analyze the relation of menstrual cycle, nutritional status and dietary patterns of adolescent girls with the incidence of dismenore (menstrual pain) at State Junior High School 4 Amuntai. This study used an analytical method with a cross sectional approach. The population were all grade IX students at State Junior High School 4 Amuntai with a total sampling technique of 56 people. The instruments of this research are questionnaires, weight and height measurement tools and the data were analyzed using the Spearman Rank test. From 56 respondents, 41 female students (73.2%) experienced irregular menstrual cycles, 29 female students (51.8%) had good nutritional status, 46 female students (82,1%) had unhealthy eating pattern and 54 female students (96.4%) experienced dismenore. The results showed that the menstrual cycle was proven to have no relationship with the incidence of dismenore ($p = 0.459$), nutritional status was proven to have no relationship with the incidence of dismenore ($p = 0.115$) and dietary patterns were proven to have a relationship with the incidence of dismenore ($p = 0.002$). The students are expected to change their diet to be healthier and nutritionally balanced.

Keywords: *Diet, dismenore, menstrual cycle, nutritional status*