

**HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN DISMENORE PRIMER
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 11 KOTA
SEMARANG**

SKRIPSI

Disusun untuk Memenuhi Salah Satu Tugas Mata Kuliah Skripsi



Oleh:

ANISA DEWI MAYA

NIM 22020120120004

DEPARTEMEN ILMU KEPERAWATAN

FAKULTAS KEDOKTERAN

UNIVERSITAS DIPONEGORO

SEMARANG, JULI 2024

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya:

Nama : Anisa Dewi Maya
NIM : 22020120120004
Fakultas/ Departemen : Kedokteran/ Keperawatan
Jenis : Skripsi
Judul : Hubungan Gaya Hidup dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri Di SMP Negeri 11 Kota Semarang.

Dengan ini menyatakan bahwa saya menyetujui untuk :

1. Memberikan hak bebas royalti kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP atas penulisan karya ilmiah saya, demi pengembangan ilmu pengetahuan.
2. Memberikan hak menyimpan, mengalih mediakan/mengalih formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*data base*), mendistribusikannya, serta menampilkan dalam bentuk *soft copy* untuk kepentingan akademis kepada Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP, tanpa perlu meminta ijin dari saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/ pencipta.
3. Bersedia dan menjamin untuk menanggung secara pribadi tanpa melibatkan pihak Perpustakaan Departemen Ilmu Keperawatan UNDIP dari semua bentuk tuntutan hukum yang timbul atas pelanggaran hak cipta dalam karya ilmiah ini.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya dan semoga dapat digunakan sebagaimana mestinya.

Semarang, 6 Juli 2024
Yang menyatakan

Anisa Dewi Maya
NIM.22020120120004

PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Nama : Anisa Dewi Maya
Tempat/ tanggal lahir : Bauh Gunung Sari/ 02 Oktober 2001
Alamat Rumah : Desa Bauh Gunung Sari RT. 18 RW.04, Kecamatan
Sekampung Udik, Kabupaten Lampung Timur, Lampung
No. Telp : 082375115538
Email : anisadewimaya43@gmail.com

Dengan ini menyatakan dengan sesungguhnya bahwa penelitian saya yang berjudul “Hubungan Gaya Hidup dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri Di SMP 11 Negeri Kota Semarang” bebas dari plagiarism dengan *similarity index* 17% dan bukan hasil karya orang lain.

Apabila dikemudian hari ditemukan sebagian atau seluruh bagian dari penelitian dan karya ilmiah dari hasil-hasil penelitian tersebut terdapat indikasi plagiarism, saya bersedia menerima sanksi sesuai dengan peraturan perundang-undangan yang berlaku.

Demikian pernyataan ini dibuat dalam keadaan sadar tanpa unsur paksaan dari siapapun.

Semarang, 6 Juli 2024
Yang menyatakan

Anisa Dewi Maya
NIM.22020120120004

LEMBAR PERSETUJUAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 11 KOTA SEMARANG

Dipersiapkan dan disusun oleh:

Nama : Anisa Dewi Maya

NIM : 22020120120004

Telah disetujui sebagai hasil penelitian dan dinyatakan telah memenuhi syarat
untuk direview

Pembimbing,

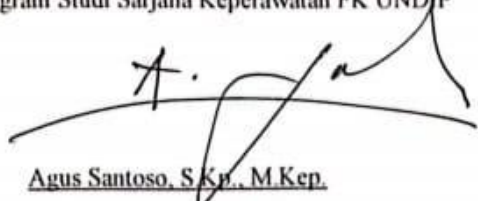


Sari Sudarmiati, S.Kp, M.Kep., Ns., Sp. Kep.Mat

NIP. 19790612202122001

Mengetahui,

Ketua Program Studi Sarjana Keperawatan FK UNDJP



Agus Santoso, S.Kp., M.Kep.

NIP. 197208211999031002

LEMBAR PENGESAHAN

Yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bahwa Skripsi yang berjudul:

HUBUNGAN GAYA HIDUP DENGAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 11 KOTA SEMARANG

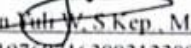
Dipersiapkan dan disusun oleh

Nama Anisa Dewi Maya


NIM 22020120120004

Telah diuji pada 10 Juli 2024 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk
mendapatkan gelar Sarjana Keperawatan

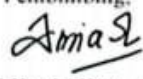
Ketua Penguji


Ns. Dyan Yuli W., S.Kep., M.Kep
NIP. 197607162002122002

Anggota Penguji,

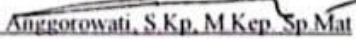

Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep
NIP. 197502122010122001

Pembimbing,


Sari Sudarmati, S.Kp., M.Kep., Ns., Sp. Kep. Mat
NIP. 197906122002122001

Mengetahui,

Ketua Departemen Ilmu Keperawatan FK Undip


Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp. Mat
NIP. 197708302001122001

KATA PENGANTAR

Alhamdulillahirabbil'alamin puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan penelitian ini dengan judul “Hubungan Gaya Hidup dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri Di SMP Negeri 11 Kota Semarang”. Harapan peneliti dengan menyusun skripsi ini semoga dapat bermanfaat bagi pembaca, bagi perkembangan ilmu keperawatan, terutama mahasiswa keperawatan yang nantinya akan menjadi perawat. Selain itu, penelitian ini dapat menjadi *evidence based* bagi penelitian selanjutnya. Peneliti menyadari bahwa dalam penyusunan skripsi masih terdapat kekurangan dan jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, peneliti mengharapkan kritik dan saran yang membangun untuk perbaikan skripsi ini dari berbagai pihak.

Semarang, 6 Juli 2024

Anisa Dewi Maya

NIM.22020120120004

UCAPAN TERIMA KASIH

Alhamdulillahirabbil'alamin puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan skripsi dengan judul “Hubungan Gaya Hidup dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri Di SMP Negeri 11 Kota Semarang”.

Peneliti menyadari bahwa masih banyak kekurangan dan kelemahan dalam proses penyusunan skripsi ini. Namun semua itu dapat teratasi karena bantuan yang tulus oleh berbagai pihak. Oleh karena itu, peneliti mengucapkan terima kasih kepada semua pihak yang telah memberikan bimbingan, pengarahan, nasihat, pemikiran dalam penulisan ini, terutama kepada:

1. Dr. Anggorowati, S.Kp., M.Kep., Sp.Mat. selaku Ketua Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
2. Agus Santoso, S.Kp., M.Kep. selaku Ketua Program Studi Keperawatan, Departemen Ilmu Keperawatan, Fakultas Kedokteran, Universitas Diponegoro.
3. Sari Sudarmiati, S.Kp, M.Kep., Ns., Sp. Kep.Mat selaku dosen pembimbing yang telah memberikan banyak bimbingan, saran, dan dukungan selama proses penyusunan proposal skripsi.
4. Ns. Diyan Yuli W, S.Kep., M.Kep selaku dosen penguji I ujian proposal yang telah memberikan saran membangun untuk perbaikan proposal.
5. Ns. Elis Hartati, S.Kep., M.Kep selaku penguji II ujian proposal yang telah memberikan saran membangun untuk perbaikan proposal.
6. Orang tua peneliti, Bapak Supardi dan Ibu Yayuk Erna Wati, yang selalu

memberikan doa dan semangat selama menyelesaikan proposal skripsi.

7. Teman-teman yang telah membantu dan memberikan dukungan kepada peneliti.
8. Semua pihak yang terlibat untuk membantu penelitian ini yang tidak dapat disebutkan satu-persatu oleh peneliti.

Semarang, 9 Juli 2024

Anisa Dewi Maya

22020120120004

DAFTAR ISI

SURAT PERNYATAAN PUBLIKASI KARYA ILMIAH	ii
PERNYATAAN BEBAS PALGIARISME	iii
LEMBAR PERSETUJUAN	iv
LEMBAR PENGESAHAN	v
KATA PENGANTAR	vi
UCAPAN TERIMA KASIH	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
ABSTRAK	xv
<i>ABSTRACT</i>	xvi
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Perumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat Penelitian	6
1.4.1 Bagi Keperawatan	6
1.4.2 Bagi Siswi	7
1.4.3 Bagi Sekolah	7
1.4.4 Bagi Peneliti Selanjutnya	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	8
2.1 Konsep Dismenore	8
2.1.1 Pengertian Dismenore	8
2.1.2 Klasifikasi Dismenore	9
2.1.3 Patofisiologi Dismenore Primer	10
2.1.4 Faktor-Faktor Risiko Dismenore Primer	11
2.1.5 Gejala Klinis Dismenore Primer	14
2.1.5 Alat Ukur Dismenore Primer	15
2.2 Konsep Gaya Hidup	16

2.2.1	Pengertian Gaya Hidup	16
2.2.2	Kategori Gaya Hidup	19
2.2.2	Alat Ukur Gaya Hidup	23
2.3	Kerangka Teori	23
2.4	Kerangka Konsep.....	24
2.3	Hipotesis	24
BAB III METODE PENELITIAN.....		25
3.1	Jenis dan Rancangan Penelitian.....	25
3.2	Populasi dan Sampel Penelitian.....	25
3.2.1	Populasi	25
3.2.2	Sample.....	25
3.4	Tempat dan Waktu Penelitian.....	28
3.4	Variabel Penelitian, Definisi Operasional, dan Skala Pengukuran.....	29
3.5	Alat Penelitian dan Cara Pengumpulan Data.....	31
3.5.1	Alat Penelitian.....	31
3.5.2	Uji Validitas dan Reliabilitas	32
3.5.3	Cara Pengumpulan Data.....	33
3.6	Teknik Pengolahan dan Analisis Data	35
3.6.1	Teknik Pengolahan Data	35
3.6.2	Teknik Analisis Data.....	37
3.7	Etika Penelitian	38
BAB IV HASIL PENELITIAN		41
4.1	Analisis Univariat	41
4.1.1	Distribusi Frekuensi Siswi SMP Negeri 11 Kota Semarang Berdasarkan Gaya Hidup	41
4.1.2	Distribusi Frekuensi Siswi SMP Negeri 11 Kota Semarang Berdasarkan Dismenore Primer	41
4.1.3	Sebaran Item Kuesioner Gaya Hidup	42
4.1.4	Sebaran Item Kuesioner <i>WaLLID Score</i>	46
4.2	Analisis Bivariat.....	47
4.2.1	Hubungan Gaya Hidup dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMP Negeri 11 Kota Semarang	47
BAB V PEMBAHASAN		49
5.1	Gambaran Gaya Hidup di SMP Negeri 11 Kota Semarang.....	49
5.2	Gambaran Dismenore Primer di SMP Negeri 11 Kota Semarang.....	52

5.3 Hubungan Gaya Hidup dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMP Negeri 11 Kota Semarang.....	53
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	56
BAB VI SIMPULAN DAN SARAN.....	57
6.1 Simpulan	57
6.2 Saran	57
6.2.1 Bagi Keperawatan	57
6.2.2 Bagi Siswa	58
6.2.3 Bagi Sekolah	58
6.2.4 Bagi Peneliti Selanjutnya	58
DAFTAR PUSTAKA	59

DAFTAR TABEL

Nomor	Tabel	Halaman
1.	Variabel Penelitian, Definisi Operasional dan Skala Pengukuran	29
2.	Coding data penelitian	36
3.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Gaya Hidup di SMP Negeri 11 Kota Semarang:	41
4.	Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dismenore Primer SMP Negeri 11 Kota Semarang	41
5.	Sebaran Item Kuesioner Gambaran Gaya Hidup	42
6.	Sebaran Item Kuesioner <i>WaLLID Score</i>	46
7.	Hubungan Gaya Hidup dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMP Negeri 11 Kota Semarang	47

DAFTAR GAMBAR

Nomor	Gambar	Halaman
1.	Kuesioner WaLIDD	15
2.	Kerangka Teori	23
3.	Kerangka Konsep Penelitian	24

DAFTAR LAMPIRAN

Nomor		Halaman
1.	Surat Izin Studi Pendahuluan	66
2.	Uji Instrumen Penelitian	67
3.	Uji Validitas dan Reliabilitas Kuesioner	68
4.	Ethical Clearance	72
5.	Surat Izin Penelitian	74
6.	Informed Consent	76
7.	Instrumen Penelitian	79
8.	Bukti Turnitin Analisis Plagiarisme	83
9.	Hasil Analisis Uji Statistik	84
10.	Lembar Konsultasi	94
11.	<i>Logbook</i> Bimbingan Konsultasi	95

Departemen Ilmu Keperawatan

Fakultas Kedokteran

Universitas Diponegoro

Juli, 2024

ABSTRAK

Anisa Dewi Maya

Hubungan Gaya Hidup dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di Smp Negeri 11 Kota Semarang

xvii + 98 Halaman + 7 Tabel + 3 Gambar + 11 Lampiran

Dismenore primer sering terjadi pada remaja putri. Salah satu yang mempengaruhi terjadinya dismenore primer yaitu gaya hidup. Studi terdahulu menyebutkan terdapat hubungan pola makan, aktivitas fisik/olahraga dan istirahat/tidur dengan dismenore primer, namun juga ada yang menyatakan tidak terdapat hubungan pola makan, aktivitas fisik/olahraga dan istirahat/tidur dengan dismenore primer. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan gaya hidup dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMP Negeri 11 Kota Semarang. Jenis penelitian adalah korelasional dengan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan sample menggunakan quota sampling, dengan jumlah sample sebanyak 164 siswi (kelas VII dan VIII). Pengumpulan data menggunakan kuesioner gaya hidup dan (WaLLIDD) score. Analisis data menggunakan uji non parametrik Rank Spearman. Hasil penelitian ini adalah diketahui bahwa responden mengalami gaya hidup sehat sebanyak 116 siswi (70,7%) dan sebanyak 69 siswi mengalami dismenore sedang (42,1%). Hasil analisis uji non parametrik Rank Spearman p value = 0,003, nilai ρ (Rho) -0,234 yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara gaya hidup dengan dismenore primer dengan tingkat hubungan yang lemah dan arah korelasi negatif. Kesimpulan penelitian ini adalah terdapat hubungan antara gaya hidup dengan dismenore primer pada remaja putri di SMP Negeri 11 Kota Semarang. Dari hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi langkah preventif dan promotif dalam menangani masalah dismenore primer.

Kata Kunci: dismenore primer, gaya hidup, remaja putri

Daftar Pustaka: 46 (2016-2024)

Department of Nursing
Faculty of Medicine
Diponegoro University
July, 2024

Anisa Dewi Maya

The Relationship Between Lifestyle and Primary Dysmenorrhea in Adolescent Girls at Smp Negeri 11 Semarang City

xvii + 98 Page + 7 Tables + 3 Pictures + 11 Attachments

ABSTRACT

Primary dysmenorrhea often occurs in adolescent girls. One of the things that affects the occurrence of primary dysmenorrhea is lifestyle. Previous studies stated that there was a relationship between diet, physical activity/exercise and rest/sleep with primary dysmenorrhea, but there were also those who stated that there was no relationship between diet, physical activity/exercise and rest/sleep with primary dysmenorrhea. The purpose of this study is to determine the relationship between lifestyle and the incidence of primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMP Negeri 11 Semarang City. The type of research is correlational with a cross sectional approach. The sampling technique uses quota sampling, with a sample of 164 students (grades VII and VIII). Data collection uses a lifestyle questionnaire and (WaLLIDD) score. Data analysis uses the Rank Spearman non-parametric test. The results of this study are known that the respondents experienced a healthy lifestyle as many as 116 female students (70.7%) and as many as 69 female students experienced moderate dysmenorrhea (42.1%). The results of the analysis of the non-parametric test Rank Spearman p value = 0.003, ρ (Rho) value -0.234 which means that there is a significant relationship between lifestyle and primary dysmenorrhea with a weak relationship level and negative correlation direction. The conclusion of this study is that there is a relationship between lifestyle and primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMP Negeri 11 Semarang City. From the results of this study, it is hoped that it can be a preventive and promotive step in dealing with the problem of primary dysmenorrhea.

Keywords: primary dysmenorrhea, lifestyle, adolescent women

References: 46 (2016-2024)