

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN DISMENORE
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 BATANG KUIS**

SKRIPSI



PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA

MEDAN

2022

**HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN DISMENORE
PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 BATANG KUIS**

SKRIPSI

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk
Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan
Masyarakat (S.K.M)**

Oleh

AWALIAH AZIZAH PUTRI TAMA

NIM : 0801182229

**UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN**

PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ISLAM NEGERI SUMATERA UTARA

MEDAN

2022

ABSTRAK

HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN DISMENOIRE

PAD REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 BATANG KUIS

Awaliah Azizah Putri Tama

NIM : 0801182229

Dismenore termasuk salah satu jenis keluhan yang sering dirasakan saat menstruasi oleh perempuan khususnya remaja. Keluhan ini biasanya terjadi pada bagian bawah perut. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara pola makan dengan dismenore pada remaja. Metode penelitian ini menggunakan observasional analitik dengan desain cross sectional. Jumlah populasi dalam penelitian ini sebanyak 170 orang dan jumlah responden dalam penelitian ini sebanyak 100 responden. Data penelitian ini menggunakan kuesioner *WaLLID Score*, frekuensi makan kualitatif, dan pemilihan makan sehat. Hasil uji statistik, didapatkan terdapat hubungan yang signifikan pada konsumsi frekuensi makanan jadi dan pemilihan makanan sehat serta tidak didapatkan hubungan yang signifikan pada frekuensi makan. Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa tidak adanya hubungan antara pola makan dengan kejadian dismenore akan tetapi pemilihan makanan sehat memicu terjadinya dismenore pada remaja putri di SMP Negeri 1 Batang Kuis.

Kata Kunci : Dismenore, Pola Makan, Remaja Putri

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN EATING PATTERNS WITH DYSMENORRHEA IN ADOLESCENT WOMEN

Awaliah Azizah Putri Tama

Nim : 080118229

Dysmenorrhea is one type of complaint that is often felt during menstruation by women, especially teenager. This complaint usually occurs in the lower abdomen. This study aims to determine the relationship between diet and dysmenorrhea in adolescent women. This research method use observational analytic with a cross sectional. The total population in this study was 170 people and the number of respondents in this study were 100 respondents. The data for this study the WaLLID Score questionnaire, Qualitative Eating Frequency, Healthy Food Selection. The results of statistical tests showed that there was a significant relationship between the frequency of consumption of processed food and healthy food choices and there was no significant relationship between the frequency of eating and night eating. Thus, it can be concluded that there is negative relationship between the frequency of eating processed food and a positive relationship between the choice of healthy food triggers dysmenorrhea in young women at SMP Negeri 1 Batang Kuis.

Keywords: Dysmenorrhea, Eating Patterns, Adolescent Women



UNIVERSITAS ISLAM NEGERI
SUMATERA UTARA MEDAN

LEMBAR PERNYATAAN KEASLIAN SKRIPSI

Nama Mahasiswa : AwaliahAzizah Putri Tama
NIM : 0801182229
Program Studi : Kesehatan Masyarakat
Peminatan : Gizi
Tempat/Tgl Lahir : Batang Kuis, 06 Juni 2000
Judul Skripsi : Hubungan Pola Makan Dengan Dismenore Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Batang Kuis

Dengan ini menyatakan bahwa:

1. Skripsi ini merupakan karya asli saya yang diajukan untuk memenuhi salah satu persyaratan memperoleh gelar sarjana Starata 1 di program studi ilmu kesehatan masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
2. Semua sumber yang saya gunakan dalam penulisan ini telah saya cantumkan sesuai dengan ketentuan yang berlaku di program studi ilmu kesehatan masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan.
3. Jika dikemudian hari terbukti bahwa karya ini bukan hasil karya saya asli atau merupakan hasil jiplakan dari karya orang lain, maka saya bersedia menerima sanksi yang berlaku di Program studi ilmu kesehatan masyarakat FKM UIN Sumatera Utara Medan

Medan, Februari 2023



Awaliah Azizah Putri Tama

NIM: 0801182229

HALAMAN PERSETUJUAN

Nama : Awaliah Azizah Putri Tama

NIM 0801182229


HUBUNGAN ANTARA POLA MAKAN DENGAN DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMP NEGERI 1 BATANG KUIS

Dinyatakan bahwa skripsi dari mahasiswa ini telah disetujui, diperiksa, dan dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara Medan (UIN SU Medan)


Medan, 29 November 2022

Disetujui,

Pembimbing Skripsi


Reni Agustina Harahap, S.S.T, M.Kes
NIP. 1100000124

Pembimbing Integrasi Keislaman


Dr. Salamudin, M.A
NIP. 197407192007011014


HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi Dengan Judul :
Hubungan Antara Pola Makan Dengan Dismenore
Pada Remaja Putri di SMP Negeri 1 Batang Kuis
Yang Disiapkan Dan Dipertahankan Oleh

AWALIAH AZIZAH PUTRI TAMA
NIM : 0801182229

Telah diuji dan di pertahankan dihadapan tim penguji skripsi pada tanggal 29
November 2022 dan dinyatakan telah memenuhi syarat untuk diterima

TIM PENGUJI
Ketua Penguji


Susilawati, S.H.M, M.Kes
NIP. 197311131998032004


Penguji I


Reni Agustina Harahap, S.S.T,M.Kes
NIP. 1100000124

Penguji II


dr.Nofi Susanti, M.Kes
NIP. 198311292019032002

Penguji Integrasi


Dr. Salamuddin, M.A
NIP. 197407192007011014
Medan, 29 November 2022
Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Islam Negeri Sumatera Utara


Dr. Mhd Furqan, S.Si, M.Comp, Sc
NIP.198008062006041003



RIWAYAT HIDUP PENULIS

Nama : Awaliah Azizah Putri Tama

Tempat, Tgl.Lahir : Batang Kuis, 06 Juni 2000

Jenis Kelamin : Perempuan

Alamat Rumah : Jl. Muspika Gg. Cemara 2 No.72 Batang
Kec. Batang Kuis Kab. Deli Serdang

Contact Person : +6289630770391

Alamat e-mail : Awaliahazizah03@gmail.com

LATAR BELAKANG PENDIDIKAN

SD (2014) : SD NEGERI 107415 BATANG KUIS

SMP (2017) : SMP NEGERI 1 BATANG KUIS

SMA (2018) : MAS EX-PGA UNIVA MEDAN

Perguruan Tinggi : Universitas Islam Negeri Sumatra Utara
(UINSU) Medan, Fakultas Kesehatan
Masyarakat, Program Studi Ilmu
Kesehatan Masyarakat, Pemintan Gizi
Kesehatan Masyarakat.

KATA PENGANTAR

Bismillahirrahmaanirrahim. Dengan menyebut nama Allah Yang Maha Pengasih Lagi Maha Penyayang. Bersyukur kepada Allah *subhanahu wa ta'ala* yang tiada hentinya penulis lakukan hingga saat ini dan seterusnya. Sholawat juga salam tak lupa penulis hadiahkan teruntuk *Rasullah shallahu 'alaihi wasallam*, semoga kita termasuk ke dalam umat yang kelak mendapat syafaanya.

Alhamdulillah, berkat izin serta rahmat dari Allah *subhanahu wa ta'ala* penulis dapat menyelesaikan skripsi penelitian ini yang berjudul “ **Hubungan Antara Pola Makan dengan Dismenore Pada Remaja Putri di SMPN 1 Batang Kuis** ” ini untuk meraih gelar sarjana.

Terima kasih juga yang sedalam-dalamnya serta setinggi-tingginya penghargaan penulis berikan kepada kedua orang tua, **Buyah** dan **Ibu** tersayang, **Bapak Abdul Rohim** dan **Ibu Santi Purwaningsih S.Ag** atas doa, semangat, motivasi serta dukungan yang tidak pernah berhenti dengan cara yang luar biasa. *Baarakalahu fikum umma wa abati.*

Penulis juga mengucapkan terima kasih banyak dengan cinta yang tak terhingga kepada pihak-pihak yang membantu proses pengerjaan skripsi ini baik secara langsung maupun tidak langsung.

1. Kepada Rektor Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (UINSU), **Bapak Prof. Dr. H Abu Rokhmad, M.Ag.**

2. Kepada Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Islam Negeri Sumatera Utara (FKM UINSU), **Bapak Prof Dr. Syafaruddin, M.Pd.**
3. Kepada Wakil Dekan I bidang Akademik dan Kelembagaan,
4. Kepada Wakil Dekan II Bidang Administrasi dan Keuangan ,
5. Kepada Wakil Dekan III bidang Kemahasiswaan dan Kerjasama,
6. Kepada Ketua Program Studi Strata 1 (S1) Ilmu Kesehatan Masyarakat FKM UINSU, **Ibu Susilawati, SKM, M.Kes.**
7. Kepada Sekretaris Program Studi (FKM UINSU), **Ibu dr.Nofi Susanti, M.Kes.**
8. Kepada **Ibu Eliska, SKM, M.Kes**, selaku Koordinator Peminatan yang telah memberikan arahan, petunjuk bimbingan dan dukungan dalam menyelesaikan Tugas Akhir Skripsi ini.
9. Kepada **Ibu Fauziah Nasution, M.Psi**, selaku Dosen Pembimbing Akademik, Penulis mengucapkan terima kasih karena telah membimbing penulis selama menjalani perkuliahan di Fakultas Kesehatan Masyarakat UINSU.
10. Kepada **Ibu Susilawati, S.K.M, M.Kes**, sebagai Ketua Penguji, Kepada **Ibu Reni Agustina Harahap, S.ST, M.Kes**, sebagai Dosen Pembimbing Umum juga Penguji I Skripsi, Kepada **Ibu Delfriana Ayu , S.S.T,M.Kes** sebagai dosen penguji II dan Kepada **Bapak Dr. Salamudin, MA**, Sebagai Dosen Pembimbing Integrasi dan Penguji III , Penulis sangat berterima kasih dengan sepenuh hati atas arahan dan bimbingan selama mengerjakan skripsi.

11. Kepada **Seluruh Staff dan Dosen Pengajar di FKM UINSU**, Penulis sangat mengucapkan terima kasih atas ilmu dan pengalaman yang diajarkan selama masa perkuliahan.
12. Kepada **Bapak Zainul Bahri S.Pd. M.Pd**, selaku Kepala Sekolah SMP Negeri 1 Batang Kuis, Penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya karena telah memberikan izin dan bantuan untuk dapat menyelesaikan skripsi ini.
13. Kepada **Ibu Yusika Ayati S.Pd** ,Penulis mengucapkan terima kasih karena telah mendukung serta membantu dalam mencari data primer dan sekunder untuk kelengkapan skripsi ini.
14. Kepada **seluruh siswi SMP Negeri 1 Batang Kuis**, Penulis mengucapkan terima kasih karena telah bersedia menjadi sampel pada penelitian ini
15. Kepada adik- adik **Kelas IX-3 T.A 2022-2023 SMP Negeri 1 Batang Kuis**, Penulis mengucakan terima kasih banyak karena telah membantu penulis di lokasi Penelitian skripsi.
16. Kepada **Guru dan Staff SMP Negeri 1 Batang Kuis**, Penulis ucapkan terima kasih karena telah memberi pelajaran dalam menjalani proses penelitian skripsi ini.
17. Terkhusus untuk adik kakak tersayang (**Muhammad Abdul Hafiz dan Ayla Zakiah**), Penulis sangat berterima kasih dengan penuh cinta karena doa dan semangat yang tidak pernah berhenti kalian berdua berikan kepada penulis.

18. Teruntuk diri saya sendiri **Awaliah Azizah Putri Tama S.K.M**, Penulis sangat berterima kasih banyak dengan rasa kagum karena kamu telah berjuang sehebat ini dan kamu mau belajar berdiri di kaki kamu sendiri.
19. Kepada sahabat terdekat “**YTТА**” (**Tatik, Anggik, Dewik, dan Odie**), Penulis mengucapkan terima kasih atas semangat, doa, dukungan, serta waktu yang telah diberikan untuk membantu proses pengerjaan skripsi.
20. Kepada sahabat terbaik **Nur Izni Zubaidah, Intan Fauziah dan Bobaclasik (Silvi, Nadya, Laras, Tami, dan Rehan)** yang selalu mendukung dan mendoakan dalam mengerjakan skripsi.
21. Kepada teman seperjuangan, **KELUARGA BESAR IKM-3 2018 dan Peminatan Gizi 2018**, terima kasih sudah menjadi partner terbaik dalam belajar selama masa perkuliahan.

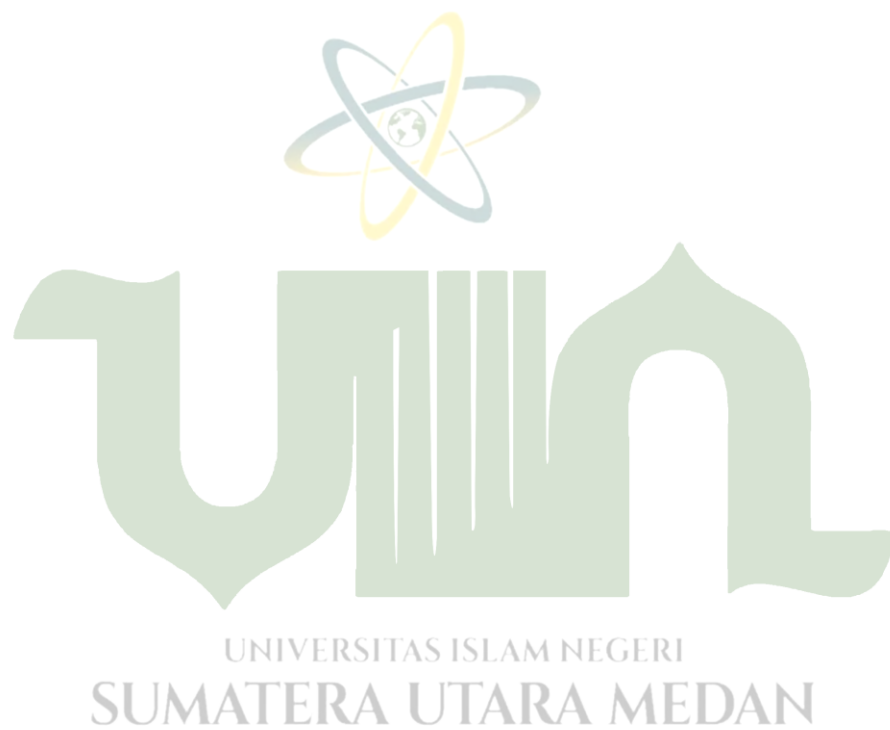
Di akhir, Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh pihak yang telah membantu yang tidak dapat disebutkan satu persatu. Dengan segala kerendahan hati, penulis sangat menyadari bahwa masih banyak kekurangan pada skripsi ni. Maka dari itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang membangun dari para pembaca demi kepentingan penyempurnaan skripsi ini.

Wasalamu'alaikum warahmatullahi wabarakatuh. Baarakallahu fikum.

Medan, Oktober 2022

Penulis

Awaliah Azizah Putri Tama



DAFTAR ISI

DAFTAR ISI

KATA PENGANTAR	11
DAFTAR TABEL	19
DAFTAR GAMBAR	20

BAB I PENDAHULUAN	21
1.1 Latar Belakang.....	21
1.2 Rumusan Masalah.....	24
1.3 Tujuan.....	24
1.3.1 Tujuan Umum	24
1.3.2 Tujuan Khusus	24
1.4 Manfaat Penelitian	24
BAB II LANDASAN TEORI.....	26
2.1 Konsep Dasar Pola Makan	26
2.1.1 Pengertian Pola Makan	26
2.1.2 Pola Makan Sehat.....	27
2.1.3 Pola Makan Tidak Sehat	29
2.1.4 Akibat Pola Makan Tidak Sehat	31
2.1.5 Hubungan Pola Makan Dengan Dismenore.....	32
2.3 Status Gizi	34
2.3 Menstruasi.....	37
2.3.1 Definisi Menstruasi	37
2.3.1 Definisi Dismenore	39
2.3.2 Klasifikasi Dismenore.....	40
2.3.3 Dismenore Berdasarkan Jenis Nyeri	41
2.3.4 Penyebab Dismenore.....	42
2.3.5 Faktor Resiko Dismenore.....	44
2.3.6 Pengukuran Dismenore	46
2.3.7 Perspektif Islan Tentang Pola Makan	47
2.4 Kerangka Teori.....	53
2.5 Kerangka Konsep.....	56
2.6 Hipotesis	56
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	44
3.1 Jenis Peneletian.....	44
3.2 Lokasi dan Waktu Penelitian	44
3.2.1 Lokasi Penelitian	44
3.2.2 Waktu Penelitian	45
3.3 Populasi dan Sampel	45
3.3.1 Populasi	45
3.3.2 Sampel.....	45
3.3.3 Kriteria Penelitian	46

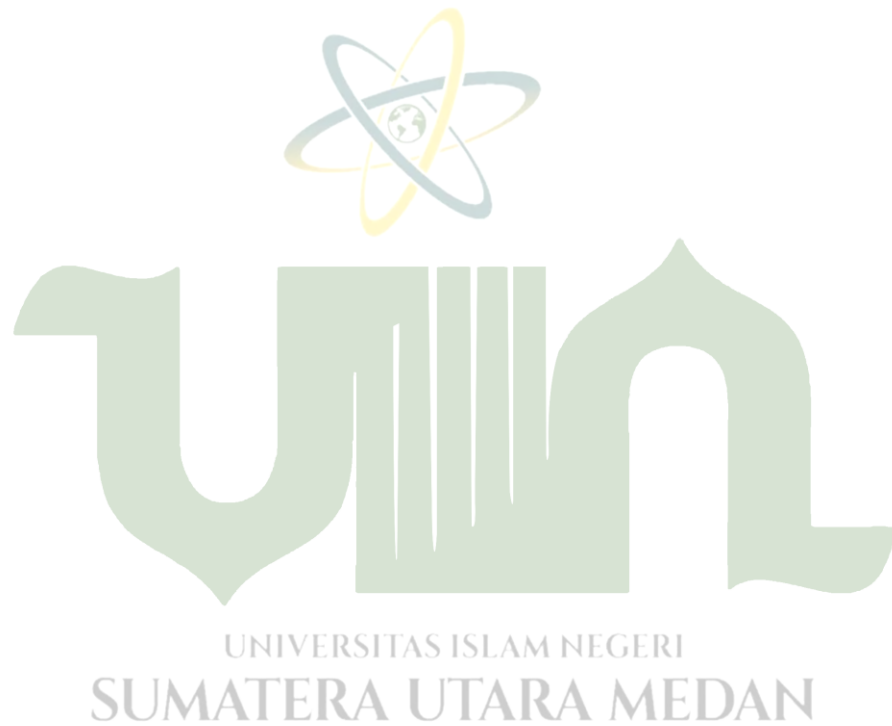
3.4 Variabel dan Definisi Operasional.....	47
3.4.1 Variabel.....	47
3.4.2 Definisi Operasional.....	47
3.5 Metode Pengumpulan Data.....	49
3.6 Metode Pengukuran.....	50
3.7 Metode Pengolahan Data.....	50
3.7.1 Editing (pengeditan).....	50
3.7.2 Coding.....	50
3.7.3 Cleaning Data.....	50
3.8 Metode Analisi Data.....	51
3.8.1 Analisis Univariat.....	51
3.8.2 Analisis Bivariat.....	51
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	52
4.1 Hasil Penelitian.....	52
4.1.1 Deskripsi Lokasi Penelitian.....	52
4.2 Analisis Univariat.....	52
4.3 Analisis Bivariat.....	54
4.3.1 Hubungan frekuensi makan terhadap dismenore.....	55
4.3.2 Hubungan Healthy Food Choice terhadap Dismenore.....	58
4.4 Pembahasan.....	60
4.4.1 Distribusi Kejadian Dismenore pada Remaja.....	60
4.4.2 Distribusi Pola Makan Berdasarkan Frekuensi Makan.....	60
4.4.3 Hubungan Frekuensi Makan Terhadap Dismenore.....	62
4.5 Perspektif Islam Tentang Keluhan Dismenore.....	68
BAB V PENUTUP.....	72
5.1..... Kesimpulan.....	72
5.2. Bagi Instansi Penelitian.....	72
DAFTAR PUSTAKA.....	73
LAMPIRAN.....	76
Lampiran 1.....	76
Lampiran 2.....	77
Lampiran 3.....	78
Lampiran 4.....	79

Lampiran 5	81
Lampiran 7	84
Lampiran 8	86



DAFTAR TABEL

Tabel 3.3.1	24
Tabel 3.3.2	26



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1	8
Gambar 2.2	17
Gambar 2.4	21
Gambar 2.5	25

