



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

FAKTOR RISIKO DISMENOREA PRIMER PADA SISWI SMA NEGERI 5 KOTA BOGOR

AZZAHRA NURAQNI PUTRI



**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PERNYATAAN MENGENAI SKRIPSI DAN SUMBER INFORMASI SERTA PELIMPAHAN HAK CIPTA

Dengan ini saya menyatakan bahwa skripsi dengan judul “Faktor Risiko Dismenorea Primer pada Siswi SMA Negeri 5 Kota Bogor” adalah karya saya dengan arahan dari dosen pembimbing dan belum diajukan dalam bentuk apa pun kepada perguruan tinggi mana pun. Sumber informasi yang berasal atau dikutip dari karya yang diterbitkan maupun tidak diterbitkan dari penulis lain telah disebutkan dalam teks dan dicantumkan dalam Daftar Pustaka di bagian akhir skripsi ini.

Dengan ini saya melimpahkan hak cipta dari karya tulis saya kepada Institut Pertanian Bogor.

Bogor, Juli 2025

Azzahra Nuraqni Putri
I1401201901

- Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak mengikuti kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



ABSTRAK

AZZAHRA NURAQNI PUTRI. Faktor Risiko Dismenoreea Primer pada Siswi SMA Negeri 5 Kota Bogor. Dibimbing oleh PURNAWATI HUSTINA RACHMAN.

Dismenoreea primer merupakan masalah menstruasi yang umum terjadi pada kalangan remaja. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis faktor risiko dismenoreea primer pada Siswi SMA Negeri 5 Kota Bogor. Desain penelitian menggunakan *case-control study* dengan jumlah subjek sebanyak 54 orang. Sampel dipilih menggunakan metode *simple random sampling*. Data konsumsi gula, natrium dan lemak, kebiasaan sarapan, karakteristik menstruasi, dan riwayat keluarga diperoleh melalui pengisian kuesioner oleh subjek, sedangkan persentase lemak tubuh diperoleh melalui pengukuran langsung menggunakan *Bio Impedance Analysis*. Konsumsi gula, natrium, dan lemak dinilai menggunakan *Semi Quantitative Food Frequency Questionnaire*. Sebagian besar subjek berusia 17 tahun dan berdomisili di Kota Bogor. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat perbedaan signifikan kebiasaan sarapan, usia *menarche*, dan durasi menstruasi antara kelompok dismenoreea dan normal ($p<0,05$). Faktor risiko dismenoreea primer dalam penelitian ini, yaitu kebiasaan sarapan yang jarang, usia *menarche* dini, dan konsumsi gula dari golongan makanan kemasan.

Kata kunci: dismenoreea primer, karakteristik menstruasi, kebiasaan makan, persentase lemak tubuh, riwayat keluarga

ABSTRACT

AZZAHRA NURAQNI PUTRI. Risk Factors for Primary Dysmenorrhea among Female Students at SMA Negeri 5 Kota Bogor. Supervised by PURNAWATI HUSTINA RACHMAN.

Primary dysmenorrhea is a common menstrual problem among adolescents. This study aimed to analyze the risk factors of primary dysmenorrhea among female students at SMA Negeri 5 Bogor. A case-control study design was used, involving 54 participants. The sample was selected using a simple random sampling method. Data on sugar, sodium, and fat consumption, breakfast habits, menstrual characteristics, and family history were collected through self-administered questionnaires. Body fat percentage was measured directly using Bioelectrical Impedance Analysis. Sugar, sodium, and fat consumption were assessed using a Semi-Quantitative Food Frequency Questionnaire. Most participants were 17 years old and resided in Bogor City. The results showed significant differences in breakfast habits, age at menarche, and menstrual duration between the dysmenorrhea and normal groups ($p<0.05$). The risk factors for primary dysmenorrhea were infrequent breakfast habits, early menarche, and sugar consumption from packaged foods.

Keywords: body fat percentage, eating habits, family history, menstrual characteristics, primary dysmenorrhea



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

© Hak Cipta milik IPB, tahun 2025¹
Hak Cipta dilindungi Undang-Undang

Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan atau menyebutkan sumbernya. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik, atau tinjauan suatu masalah, dan pengutipan tersebut tidak merugikan kepentingan IPB.

Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apa pun tanpa izin IPB.



FAKTOR RISIKO DISMENOREA PRIMER PADA SISWI SMA NEGERI 5 KOTA BOGOR

AZZAHRA NURAQNI PUTRI

Skripsi
sebagai salah satu syarat untuk memperoleh gelar
Sarjana pada
Program Studi Ilmu Gizi

**DEPARTEMEN GIZI MASYARAKAT
FAKULTAS EKOLOGI MANUSIA
INSTITUT PERTANIAN BOGOR
BOGOR
2025**

Tim Penguji pada Ujian Skripsi:
1 Yayat Heryatno, S.P., M.P.S.

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :

a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah

b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



Judul Skripsi : Faktor Risiko Dismenoreia Primer pada Siswi SMA Negeri 5 Kota Bogor
Nama : Azzahra Nuraqni Putri
NIM : I1401201901

©Hak cipta milik IPB University

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
- a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
- b. Pengutipan tidak mengurangi kepentingan yang wajar IPB University.

2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.

Disetujui oleh

Pembimbing:
Purnawati Hustina Rachman, S.Gz., M.Gizi.

Diketahui oleh



Ketua Departemen Gizi Masyarakat:
Prof. Dr. Katrin Roosita, S.P., M.Si.
NIP 197102011999032001

IPB University

Tanggal Ujian:
10 Juli 2025

Tanggal Lulus: 18 JUL 2025

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



PRAKATA

Puji dan syukur penulis panjatkan kepada Allah *subhanahu wa ta'ala* atas segala karunia-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Faktor Risiko Dismenoreia Primer pada Siswi SMA Negeri 5 Kota Bogor”. Penulis juga menyadari bahwa skripsi ini dapat diselesaikan dengan baik berkat dukungan dari berbagai pihak. Penulis menyampaikan terima kasih kepada:

1. Purnawati Hustina Rachman, S.Gz., M.Gizi selaku dosen pembimbing skripsi sekaligus pembimbing akademik yang telah meluangkan waktu untuk memberikan arahan, saran, dan dukungan sejak awal penyusunan hingga terselesaikannya skripsi ini;
2. Yayat Heryatno, S.P., M.P.S. selaku dosen moderator dalam seminar dan dosen penguji skripsi yang telah memberikan ulasan dan saran untuk perbaikan skripsi ini;
3. Drs. Dede Agus Suherman, M.M. selaku Kepala Sekolah SMA Negeri 5 Kota Bogor yang telah bersedia memberikan izin penelitian;
4. Bapak dan Ibu Guru SMA Negeri 5 Kota Bogor, khususnya Ibu Mardalena, S.Pd., M.M.Pd. yang telah membantu selama pengambilan data penelitian;
5. Siswi SMA Negeri 5 Kota Bogor yang telah berpartisipasi dalam penelitian ini;
6. Kedua orang tua tercinta, Bapak Muhyidin dan Ibu Kiki Dwi Kismayati, serta Adik Sekar Dwi Cahyaning Ati yang selalu memberikan dukungan, kasih sayang, dan doa tiada henti kepada penulis;
7. Sahabat terdekat, Ananda Zahra Ariannisa, Alifia Zahri Putri, Nurassyah, dan Gaza Yanuar Iman yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan setia menemani perjalanan penulis mulai dari masa sekolah putih biru, putih abu, hingga saat ini;
8. Teman-teman terdekat Gizi Masyarakat, Ananda Ragil, Bilqist Maisa, Delvia Arriva, Fadhila Amalia, Nisa Nibras, Ilma Winanti, serta Kelas P3 (*Squiccheey*) yang selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis sejak awal perkuliahan hingga saat ini;
9. Teman-teman kelompok KKN, Nabila, Zelin, Tami, Elia, Zia, Zaki, Fahar, Adhan, dan Barieq yang selalu memberikan dukungan dan semangat;
10. Staf Komisi Pendidikan Departemen Gizi Masyarakat yang telah membantu proses administrasi mulai dari penyusunan hingga skripsi ini selesai.

Penulis menyadari skripsi ini tidak lepas dari kesalahan dan kekurangan, maka dari itu kritik serta saran diperlukan untuk penyempurnaan tulisan ini di masa yang akan datang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pihak yang membutuhkan dan bagi kemajuan ilmu pengetahuan.

Bogor, Juli 2025

Azzahra Nuraqni Putri



Hak Cipta Dilindungi Undang-undang

1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
 - a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
 - b. Pengutipan tidak merugikan kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



DAFTAR TABEL	viii
DAFTAR GAMBAR	viii
DAFTAR LAMPIRAN	viii
I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan	3
1.4 Hipotesis	3
1.5 Manfaat	4
II KERANGKA PEMIKIRAN	5
III METODE	8
3.1 Desain, Tempat, dan Waktu Penelitian	8
3.2 Jumlah dan Cara Penarikan Subjek	8
3.3 Jenis dan Cara Pengumpulan Data	10
3.4 Pengolahan dan Analisis Data	12
3.5 Definisi Operasional	14
IV HASIL DAN PEMBAHASAN	16
4.1 Karakteristik Subjek	16
4.2 Konsumsi Gula, Natrium, dan Lemak	18
4.3 Kebiasaan Sarapan	25
4.4 Persentase Lemak Tubuh	26
4.5 Usia <i>Menarche</i>	28
4.6 Durasi Menstruasi	29
4.7 Siklus Menstruasi	30
4.8 Riwayat Dismenorea Keluarga	31
4.9 Faktor Risiko Dismenorea Primer	32
4.10 Keterbatasan Penelitian	34
V SIMPULAN DAN SARAN	35
5.1 Simpulan	35
5.2 Saran	35
DAFTAR PUSTAKA	37
LAMPIRAN	47
RIWAYAT HIDUP	66

Hak Cipta Dilindungi Undang-undang
1. Dilarang mengutip sebagian atau seluruh karya tulis ini tanpa mencantumkan dan menyebutkan sumber :
a. Pengutipan hanya untuk kepentingan pendidikan, penelitian, penulisan karya ilmiah, penyusunan laporan, penulisan kritik atau tinjauan suatu masalah
b. Pengutipan tidak mengurangi kepentingan yang wajar IPB University.
2. Dilarang mengumumkan dan memperbanyak sebagian atau seluruh karya tulis ini dalam bentuk apapun tanpa izin IPB University.



3.1	Jumlah subjek pada beberapa variabel penelitian	9
3.2	Jenis dan cara pengumpulan data	11
3.3	Pengkategorian variabel dan data	12
4.1	Sebaran karakteristik subjek	16
4.2	Sebaran jumlah konsumsi gula berdasarkan rekomendasi	18
4.3	Sebaran persentase konsumsi gula per golongan makanan/minuman	19
4.4	Sebaran jumlah konsumsi natrium berdasarkan rekomendasi	21
4.5	Sebaran persentase konsumsi natrium per golongan makanan/minuman	22
4.6	Sebaran jumlah konsumsi lemak berdasarkan rekomendasi	23
4.7	Sebaran persentase konsumsi lemak per golongan makanan	25
4.8	Sebaran kebiasaan sarapan subjek	25
4.9	Sebaran persentase lemak tubuh subjek	27
4.10	Sebaran usia <i>menarche</i> subjek	28
4.11	Sebaran durasi menstruasi subjek	29
4.12	Sebaran siklus menstruasi subjek	30
4.13	Sebaran riwayat dismenorea keluarga subjek	31
4.14	Faktor risiko dismenorea primer	33

DAFTAR GAMBAR

2.1	Kerangka pemikiran faktor risiko dismenorea primer pada Siswi SMA Negeri 5 Kota Bogor	7
3.1	Skema pengambilan subjek	10

DAFTAR LAMPIRAN

1	Keterangan lolos kaji etik manusia	48
2	Lembar naskah penjelasan penelitian	49
3	<i>Informed consent</i>	50
4	<i>Informed Assent</i>	51
5	Kuesioner Skrining	52
6	Kuesioner Penelitian	55