

## ABSTRAK

**Ridha Zahra Rambe : Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenorea Primer pada Remaja Putri di SMA Al Washliyah I Medan. Skripsi. Fakultas Teknik Universitas Negeri Medan. 2026.**

Dismenorea primer merupakan nyeri saat menstruasi tanpa adanya kelainan patologis pada organ reproduksi yang sering dialami oleh remaja putri. Kondisi ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, menurunkan konsentrasi belajar, serta memengaruhi kualitas hidup remaja. Salah satu faktor yang diduga berhubungan dengan kejadian dismenorea primer adalah status gizi. Status gizi yang tidak normal, baik gizi kurang maupun gizi lebih, dapat memengaruhi keseimbangan hormon reproduksi sehingga meningkatkan risiko terjadinya nyeri menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui: (1) karakteristik remaja putri di SMA Al Washliyah I Medan, (2) gambaran status gizi responden, (3) gambaran kejadian dismenorea primer, dan (4) hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri di SMA Al Washliyah I Medan.

Desain penelitian ini menggunakan cross sectional. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X–XII di SMA Al Washliyah I Medan sebanyak 62 orang dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner, pengukuran antropometri meliputi berat badan dan tinggi badan untuk menentukan status gizi berdasarkan IMT/U (Z-score), serta pengukuran kejadian dismenorea primer menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat menggunakan uji Rank Spearman.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia 15 tahun (33,9%), usia awal menstruasi >11 tahun (69,4%), lama menstruasi 3–7 hari (53,2%), dan waktu terjadinya dismenorea sebelum menstruasi (54,8%). Distribusi status gizi menunjukkan mayoritas responden memiliki status gizi normal sebanyak 50%, sedangkan kejadian dismenorea primer dialami oleh 64,5% responden. Hasil uji Rank Spearman menunjukkan nilai koefisien korelasi sebesar 0,435 dengan nilai  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ), sehingga terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri di SMA Al Washliyah I Medan.

Kata kunci: Status gizi, dismenorea primer, remaja putri.

## **ABSTRACT**

***Ridha Zahra Rambe : The Association Between Nutritional Status and Primary Dysmenorrhea Incidence Among Female Adolescents at SMA Al Washliyah I Medan.***

*Primary dysmenorrhea is menstrual pain that occurs without pathological abnormalities in the reproductive organs and is commonly experienced by adolescent girls. This condition may interfere with daily activities, reduce concentration in learning, and affect adolescents' quality of life. One of the factors presumed to be associated with the incidence of primary dysmenorrhea is nutritional status. Abnormal nutritional status, both undernutrition and overnutrition, may affect reproductive hormone balance and increase the risk of menstrual pain. This study aimed to determine: (1) the characteristics of adolescent girls at SMA Al Washliyah I Medan, (2) the nutritional status of respondents, (3) the incidence of primary dysmenorrhea, and (4) the relationship between nutritional status and the incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls at SMA Al Washliyah I Medan.*

*This study used a cross-sectional research design. The population consisted of all female students in grades X–XII at SMA Al Washliyah I Medan totaling 62 respondents, and the sampling technique used was total sampling. Data were collected using questionnaires and anthropometric measurements including body weight and height to determine nutritional status based on BMI-for-age (Z-score), while primary dysmenorrhea was measured using the Numeric Rating Scale (NRS). Data analysis was conducted using univariate and bivariate analysis with the Spearman Rank test.*

*The results showed that most respondents were 15 years old (33.9%), experienced menarche at >11 years (69.4%), had menstrual duration of 3–7 days (53.2%), and experienced dysmenorrhea before menstruation (54.8%). The distribution of nutritional status indicated that most respondents had normal nutritional status (50%), while 64.5% experienced primary dysmenorrhea. The results of the Spearman Rank test showed a correlation coefficient value of 0.435 with a p-value = 0.000, indicating that there was a relationship between nutritional status and the incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls at SMA Al Washliyah I Medan.*

*Keywords: Nutritional status, primary dysmenorrhea, adolescent girls.*