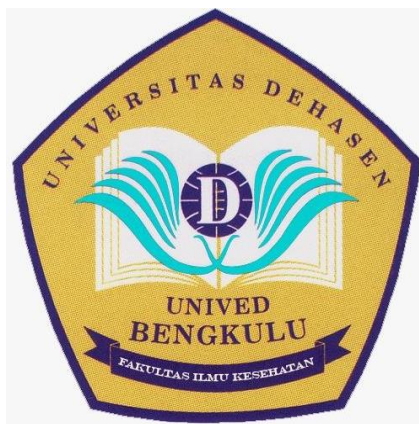


**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN STATUS GIZI DENGAN
KELUHAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMK
NEGERI 3 LUBUK LINGGAU**

SKIRPSI



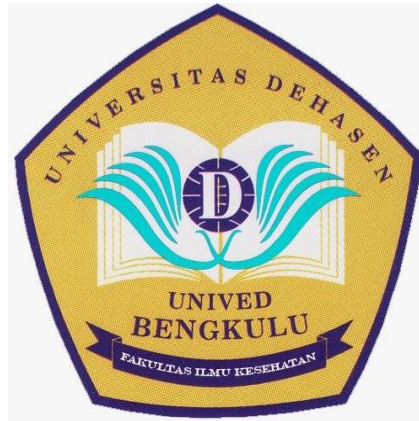
OLEH:

WELLI NOPRIYANTI
NPM : 21270147P

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN (FIKES)
UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU
TAHUN 2023**

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN STATUS GIZI DENGAN
KELUHAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMK
NEGERI 3 LUBUK LINGGAU**

SKIRPSI



OLEH:

WELLI NOPRIYANTI
NPM : 21270147P

**Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar Sarjana
Kebidanan pada Program Studi Kebidanan Program Sarjana**

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS ILMU KESEHATAN (FIKES)
UNIVERSITAS DEHASEN BENGKULU
TAHUN 2023**

ABSTRAK
HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN STATUS GIZI DENGAN KELUHAN
DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 3
LUBUK LINGGAU

Oleh :
Welli Nopriyanti1)
Danur Azissah RS 2)
Yatri Hilinti 2)

SMK Negeri 3 memiliki 9 kelas dengan jumlah siswa yang memiliki keluhan dismenore sebanyak 228 orang. Remaja termasuk siswi yang masih sekolah memiliki aktivitas fisik dalam kategori ringan, aktivitas mereka lebih cenderung belajar disekolah yang mungkin ada pelajaran tambahan serta berbagai aktivitas harian lainnya, setelah pulang sekolah memungkinkan aktivitas fisik para siswi di SMK N 3 Lubuk Linggau tergolong dalam aktivitas fisik berat. Didapatkan dari 10 siswi sebanyak 4 siswi (40,0%) sering tidak hadir kesekolah karena dismenore yang dialaminya tepat saat hari pertama dan hari kedua menstruasi sedang berlangsung, Tujuan penelitian ini yaitu Diketahuinya hubungan aktivitas fisik dan status gizi dengan keluhan dismenore pada remaja putri di SMK Negeri 3 Lubuk Linggau. Penelitian ini bersifat deskriptif analitik. Penelitian analitik merupakan penelitian yang dimaksudkan untuk mengetahui ada tidaknya hubungan antara aktivitas fisik dan status gizi dengan keluhan dismenore pada remaja putri di SMKN 3 Lubuk Linggau. Populasi dalam penelitian ini yaitu 228 orang remaja putrid an sampel sebanyak 70 siswi. Hasil Penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki aktivitas fisik ringan, sebagian besar responden memiliki status gizi normal dan dengan menggunakan uji *chi-square* ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan keluhan dismenore dan tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat keluhan dismenore dengan status gizi pada remaja putri di SMK Negeri 3 Lubuk Linggau. Peneliti menyarankan kepada pihak SMKN 3 Lubuklinggau dapat meningkatkan pemberian KIE (komunikasi, informasi dan edukasi) pada remaja putri terutama tentang dismenore untuk mengurangi keluhan nyeri dismenore.

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Status Gizi,Dismenore

Keterangan :

1: Calon Sarjana Kebidanan

2: Pembimbing

ABSTRACT
A CORRELATION BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND NUTRITIONAL STATUS WITH DYSMENORRHEA COMPLAINTS IN YOUNG WOMEN AT SMK NEGERI 3 LUBUK LINGGAU

By:

Welli Nopriyanti¹⁾

Danur Azissah RS²⁾

Yatri Hilinti²⁾

SMK Negeri 3 has 9 classes with a total of 228 students who have complaints of dysmenorrhea. Adolescents, including female students who are still at school, have physical activity in the light category, their activities are more likely to be studying at school where there may be additional lessons and various other daily activities, after school it is possible for the physical activity of female students at SMK N 3 Lubuk Linggau to be classified as heavy physical activity. It was found that from 10 female students, 4 students (40.0%) often did not attend school because of the dysmenorrhea they experienced right on the first and second day of menstruation. The aim of this research was to find out the relationship between physical activity and nutritional status with complaints of dysmenorrhea in young women in State Vocational School 3 Lubuk Linggau. This research is descriptive analytical in nature. Analytical research is research intended to determine whether there is a relationship between physical activity and nutritional status and complaints of dysmenorrhea in young women at SMKN 3 Lubuk Linggau. The population in this research was 228 teenage girls and a sample of 70 female students. The research results showed that the majority of respondents had light physical activity, the majority of respondents had normal nutritional status and using the chi-square test there was a significant relationship between physical activity and dysmenorrhea complaints and there was no significant relationship between the level of dysmenorrhea complaints and nutritional status in adolescents. Daughter at SMK Negeri 3 Lubuk Linggau. Researchers suggest that SMKN 3 Lubuklinggau can increase the provision of CID (communication, information and education) to young women, especially regarding dysmenorrhea to reduce complaints of dysmenorrhea pain.

Keywords : Physical Activity, Nutritional Status, Dysmenorrhea.

Information :

1. Candidate Bachelor of Midwifery
2. Mentor