

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN STATUS GIZI KAITANNYA DENGAN  
KEJADIAN DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI  
PROGRAM STUDI D-III GIZI CIREBON POLTEKKES  
KEMENKES TASIKMALAYA TAHUN 2026**



**BIRRU ZETTY OLIVIA  
NIM. P2.06.31.2.23.013**

**PROGRAM STUDI DIII GIZI CIREBON  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
TAHUN 2026**

**KARYA TULIS ILMIAH**

**GAMBARAN STATUS GIZI KAITANNYA DENGAN  
KEJADIAN DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI  
PROGRAM STUDI D-III GIZI CIREBON POLTEKKES  
KEMENKES TASIKMALAYA TAHUN 2026**



**BIRRU ZETTY OLIVIA  
NIM. P2.06.31.2.23.013**

**PROGRAM STUDI DIII GIZI CIREBON  
JURUSAN GIZI  
POLITEKNIK KESEHATAN TASIKMALAYA  
KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA  
TAHUN 2026**

## KATA PENGANTAR

Puji syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya sehingga penelitian ini dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah dengan judul **“Gambaran Status Gizi Kaitannya dengan Kejadian Dismenorea pada Remaja Putri di Program Studi D-III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya Tahun 2026”**

Penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini diajukan sebagai syarat menyelesaikan Pendidikan gelar Ahli Madya Gizi Program Studi DIII Gizi Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Tasikmalaya. Dalam penulisan Karya Tulis Ilmiah ini penulis banyak mendapat bimbingan dan petunjuk dari berbagai pihak. Oleh karena itu, penulis mengucapkan terimakasih kepada :

1. Dr. Dini Mariani, S.Kep, Ners, M.Kep selaku Direktur Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya.
2. Ibu Dr. Wiwit Estuti STP, Msi selaku Kepala Program Studi D-III Gizi Cirebon.
3. Dosen pembimbing Karya Tulis Ilmiah Ibu Dewi Vimala, SST, M.PH yang telah memberikan bimbingan, arahan, solusi, saran serta motivasi selama proses penyusunan Karya Tulis Ilmiah penelitian ini.
4. Dosen Penguji 1 Ibu Dwi Kusumayanti, SKM, MKM dan Dosen Penguji 2 Ibu Diah Sri Yuhandini, S.SiT, SKM, M.Pd terimakasih atas saran dan masukannya dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini.
5. Seluruh dosen Politeknik Kesehatan Kemenkes Tasikmalaya Prodi D-III Gizi Cirebon yang telah memberikan ilmu selama perkuliahan kepada penulis.
6. Kesekretariatan Program Studi D-III Gizi Cirebon yang telah membantu membuatkan surat izin penelitian.
7. Kedua orang tua, khususnya Ibu Roidah, sosok ibu tercinta yang paling berharga dalam hidup penulis, yang dengan penuh kasih dan ketulusan telah berjuang membiayai, mendukung, dan mendoakan setiap langkah penulis.

8. Birru Zetta Olivia & Zahra Kameela sebagai saudara kandung penulis yang selalu memberikan semangat dan penghiburan dalam setiap lelah dan keraguan.
9. Nenek tersayang dan seluruh keluarga yang senantiasa mendoakan dan memberikan perhatian, dan dukungan yang tak terbatas.
10. Jingga Nurawalia sebagai sahabat penulis dari kecil yang selalu memberikan dukungan, semangat, dan kebersamaan hingga saat ini. Terimakasih atas do'a dan kehadirannya yang menjadi sumber motivasi bagi penulis.
11. Para sahabat tersayang, khususnya Azzahra Falensha, Nur Fie, Luviatin, Fitria Barokah, Tria, Annisa dan Naura yang selalu hadir memberikan semangat, tawa, serta kebersamaan yang membuat perjalanan penulis lebih terisi dan bermakna.

Penulis menyadari bahwa Karya Tulis Ilmiah ini masih terdapat banyak kekurangan karena keterbatasan pengetahuan. Penulis mengharapkan saran dan kritik dari pembaca yang bersifat membangun agar Karya Tulis Ilmiah ini dapat lebih baik.

Cirebon, 20 Mei 2026



Birru Zetty Olivia

**Dysmenorrhea Among Female Adolescents at the D-III Nutrition Study Program, Cirebon Campus, Health Polytechnic of the Ministry of Health Tasikmalaya, 2026**

*Birru Zetty Olivia <sup>1</sup>, Dewi Vimala <sup>2</sup>*

**ABSTRACT**

**Background:** Dysmenorrhea is menstrual pain commonly experienced by adolescent girls and can interfere with daily activities. Its prevalence is relatively high both globally and in Indonesia. One of the factors associated with the occurrence of dysmenorrhea is nutritional status, both undernutrition and overnutrition, as it can affect the balance of reproductive hormones. Therefore, it is important to conduct research to determine the description of nutritional status in relation to the incidence of dysmenorrhea among adolescent girls.

**Objective:** This study aims to determine the description of nutritional status in relation to the incidence of dysmenorrhea among adolescent girls in the Diploma III Nutrition Study Program, Cirebon, Health Polytechnic of the Ministry of Health Tasikmalaya, in 2026.

**Methods:** This study used a descriptive design with a cross-sectional approach. The sample consisted of 52 adolescent girls selected using purposive sampling technique. Nutritional status data were obtained through Body Mass Index (BMI) measurements, while dysmenorrhea data were collected using a questionnaire. Data analysis was performed univariately in the form of frequency distribution and cross-tabulation.

**Results:** Most respondents had normal nutritional status (50%), followed by undernutrition (23.1%), obesity (15.4%), and overweight (11.5%). The majority of respondents experienced dysmenorrhea (90.4%). Dysmenorrhea was most common among respondents with undernutrition and obesity (100%), and also occurred in most respondents with normal nutritional status (84.6%) and overweight (83.3%).

**Conclusion:** Most respondents had normal nutritional status; however, the incidence of dysmenorrhea was high and found across all nutritional status categories. Dysmenorrhea was most prevalent among respondents with undernutrition and obesity.

**Keywords:** *nutritional status, dysmenorrhea, adolescent girls, BMI*

<sup>1</sup> Student of Diploma III Nutrition Study Program, Cirebon, Health Polytechnic of the Ministry of Health Tasikmalaya

<sup>2</sup> Lecturer of Diploma III Nutrition Study Program, Cirebon, Health Polytechnic of the Ministry of Health Tasikmalaya

**Gambaran Status Gizi Kaitannya dengan Kejadian Dismenorea pada  
Remaja Putri di Program Studi D-III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes  
Tasikmalaya Tahun 2026**

*Birru Zetty Olivia <sup>1</sup>, Dewi Vimala <sup>2</sup>*

**ABSTRAK**

**Latar Belakang:** Dismenorea merupakan nyeri menstruasi yang sering dialami remaja putri dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Prevalensinya cukup tinggi baik secara global maupun di Indonesia. Salah satu faktor yang berkaitan dengan kejadian dismenorea adalah status gizi, baik gizi kurang maupun gizi lebih, karena dapat memengaruhi keseimbangan hormon reproduksi. Oleh karena itu, penting dilakukan penelitian untuk mengetahui gambaran status gizi kaitannya dengan kejadian dismenorea pada remaja putri.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran status gizi kaitannya dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di Program Studi D-III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya tahun 2026.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan cross-sectional. Sampel berjumlah 52 remaja putri yang dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data status gizi diperoleh melalui pengukuran Indeks Massa Tubuh (IMT), sedangkan data dismenorea dikumpulkan menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat dalam bentuk distribusi frekuensi dan tabel silang.

**Hasil:** Sebagian besar responden memiliki status gizi normal sebesar 50%, diikuti gizi kurang 23,1%, obesitas 15,4%, dan overweight 11,5%. Mayoritas responden mengalami dismenorea sebesar 90,4%. Dismenorea paling banyak terjadi pada responden dengan status gizi kurang dan obesitas (100%), serta sebagian besar terjadi pada status gizi normal (84,6%) dan overweight (83,3%).

**Kesimpulan:** Sebagian besar responden memiliki status gizi normal, namun kejadian dismenorea tergolong tinggi dan ditemukan pada semua kategori status gizi. Dismenorea paling banyak terjadi pada responden dengan status gizi kurang dan obesitas.

**Kata kunci:** *status gizi, dismenorea, remaja putri, IMT*

<sup>1</sup> Mahasiswa Program Studi D-III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

<sup>2</sup> Dosen Program Studi D-III Gizi Cirebon Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya

## DAFTAR ISI

|                                                                                                   |             |
|---------------------------------------------------------------------------------------------------|-------------|
| <b>PERSETUJUAN PEMBIMBING .....</b>                                                               | <b>ii</b>   |
| <b>HALAMAN PENGESAHAN.....</b>                                                                    | <b>iii</b>  |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS .....</b>                                                      | <b>iv</b>   |
| <b>HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI KARYA<br/>ILMIAH UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS .....</b> | <b>v</b>    |
| <b>KATA PENGANTAR.....</b>                                                                        | <b>iii</b>  |
| <b>DAFTAR ISI.....</b>                                                                            | <b>viii</b> |
| <b>DAFTAR TABEL .....</b>                                                                         | <b>x</b>    |
| <b>DAFTAR GAMBAR.....</b>                                                                         | <b>xi</b>   |
| <b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>                                                                      | <b>xii</b>  |
| <b>ABSTRACT .....</b>                                                                             | <b>xiii</b> |
| <b>ABSTRAK .....</b>                                                                              | <b>xiv</b>  |
| <b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>                                                                     | <b>xiii</b> |
| A. Latar Belakang .....                                                                           | 1           |
| B. Rumusan Masalah .....                                                                          | 5           |
| C. Tujuan Penelitian .....                                                                        | 6           |
| D. Manfaat Penelitian .....                                                                       | 6           |
| <b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>                                                               | <b>8</b>    |
| A. Tinjauan Teori.....                                                                            | 8           |
| B. Kerangka Teori.....                                                                            | 30          |
| C. Kerangka Konsep.....                                                                           | 31          |
| <b>BAB III METODE PENELITIAN .....</b>                                                            | <b>32</b>   |
| A. Jenis Penelitian.....                                                                          | 32          |
| B. Waktu dan Tempat Penelitian .....                                                              | 32          |
| C. Populasi dan Sampel .....                                                                      | 32          |
| D. Variabel dan Definisi Operasional.....                                                         | 37          |
| E. Teknik Pengumpulan Data .....                                                                  | 39          |
| F. Pengolahan dan Analisis Data .....                                                             | 42          |

|                                           |           |
|-------------------------------------------|-----------|
| G. Jalannya Penelitian.....               | 45        |
| <b>BAB IV HASIL &amp; PEMBAHASAN.....</b> | <b>47</b> |
| A. Hasil Penelitian .....                 | 47        |
| B. Pembahasan.....                        | 49        |
| <b>BAB V KESIMPULAN DAN SARAN .....</b>   | <b>58</b> |
| A. Kesimpulan .....                       | 58        |
| B. Saran.....                             | 58        |
| <b>DAFTAR PUSTAKA.....</b>                | <b>60</b> |
| <b>LAMPIRAN.....</b>                      | <b>65</b> |

## DAFTAR TABEL

|                                                                   |    |
|-------------------------------------------------------------------|----|
| Tabel 1. Kategori Indeks Masa Tubuh (IMT) .....                   | 28 |
| Tabel 2. Distribusi Responden yang Menjadi Sampel .....           | 36 |
| Tabel 3. Variabel dan Definisi Operasional .....                  | 38 |
| Tabel 4. Karakteristik Responden berdasarkan Usia dan Kelas ..... | 48 |
| Tabel 5. Status Gizi .....                                        | 48 |
| Tabel 6. Dismenorea .....                                         | 49 |
| Tabel 7. Kaitan Status Gizi dengan Dismenorea .....               | 49 |

## **DAFTAR GAMBAR**

|                                 |    |
|---------------------------------|----|
| Gambar 1. Kerangka Teori.....   | 30 |
| Gambar 2. Kerangka Konsep ..... | 31 |

## **DAFTAR LAMPIRAN**

|                                                                        |    |
|------------------------------------------------------------------------|----|
| Lampiran 1. Penjelasan Sebelum Penelitian dan Lembar Persetujuan ..... | 66 |
| Lampiran 2. Informed Consent .....                                     | 67 |
| Lampiran 3. Lembar Kuesioner Tanda Gejala Dismenorea .....             | 68 |
| Lampiran 4. Output Olah Data SPSS.....                                 | 69 |
| Lampiran 5. Dokumentasi saat Penelitian.....                           | 70 |