

**HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DAN POLA
MAKAN DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER
PADA REMAJA PUTRI DI SMP ISLAM TERPADU
AL-GHOZALI JEMBER**

SKRIPSI



**Oleh:
Kiyana Nela Fauziyah
NIM. 22104071**

**PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS dr. SOEBANDI
2026**

LEMBAR PEGESAHAN

Skripsi dengan judul "Hubungan Tingkat Stres Akademik dan Pola Makan dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri di SMP Islam Terpadu Al-Ghozali Jember" telah di uji dan disahkan oleh Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Pada:

Nama : Kiyana Nela Fauziyah

NIM : 22104071

Hari, Tanggal : Jumat, 21 Agustus 2026

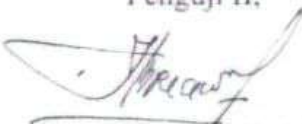
Program Studi : Program Studi Sarjana Kebidanan Universitas dr. Soebandi

Tua Penguji
Ketua Penguji,


Dr. Moch. Wildan A. Per. Pen., M. Pd

NIDN. 4021046801

Penguji II,


Jamhariyah, S. ST., M. Kes

NIDN. 4011016401

Penguji III,


I.G.A Karnasih, S. Kep., Ns., M. Kep., Sp. Mat

NIDN. 4005116802

Mengesahkan,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas dr. Soebandi


Guruh Wirasakti, S. Kep., Ns., M. Kep

NIDN. 0705058706

HUBUNGAN TINGKAT STRES AKADEMIK DAN POLA MAKAN DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMP ISLAM TERPADU AL-GHOZALI JEMBER

The Relationship Between Academic Stress Levels And Eating Patterns And The Incidence Of Primary Dysmenorrhea Among Female Adolescents At Al-Ghozali Integrated Islamic Junior High School In Jember

Kiyana Nela Fauziyah¹, I.G. Ayu Karnasih²

¹Universitas dr. Soebandi, ²Poltekkes Kemenkes Malang, Indonesia

E-mail: kiyananela8h@gmail.com

Received:

Accepted:

Publish:

ABSTRAK

Latar belakang: Dismenore primer merupakan kondisi nyeri perut bagian bawah tipe kolik di daerah suprapubis yang muncul sebelum atau selama menstruasi tanpa adanya patologi pelvis. Menurut data nasional tahun 2024, prevalensi angka kejadian dismenore primer di Indonesia mencapai sekitar 91,27% dan khusus di Jawa Timur secara kumulatif 78,7% remaja putri mengalami dismenore primer. Berdasarkan studi awal pada remaja putri di SMP Islam Terpadu Al-Ghozali Jember diketahui sebesar 70% dari 12 siswi mengalami dismenore primer dengan nyeri yang mengganggu aktivitas mereka. **Tujuan:** Untuk menganalisis hubungan tingkat stres akademik dan pola makan dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMP Islam Terpadu Al-Ghozali Jember. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif deskriptif dengan pendekatan *cross sectional* dan menggunakan uji *Spearman Rank* dengan pengambilan sampel menggunakan *total sampling* dengan jumlah 47 sampel penelitian. **Hasil:** Uji *Spearman Rank* menghasilkan *p-value* 0,004 ($<0,05$), yang berarti terdapat hubungan antara tingkat stres akademik dengan kejadian dismenore primer dan *p-value* 0,422 ($>0,05$), yang berarti tidak terdapat hubungan pola makan dengan kejadian dismenore primer. **Diskusi:** Hasil penelitian menunjukkan bahwa dismenore primer adalah masalah kesehatan yang cukup serius di kalangan remaja putri dan mengindikasikan bahwa faktor tingkat stres akademik mungkin memiliki peran yang lebih besar dalam kejadian dismenore primer dibandingkan dengan faktor pola makan. Memperkuat edukasi kesehatan menstruasi, meningkatkan akses ke manajemen nyeri berbasis bukti, dan mengintegrasikan dukungan kesehatan menstruasi dalam layanan pendidikan sangatlah penting untuk mengurangi beban akademik dan psikososial akibat dismenore di kalangan remaja putri.

Kata kunci: Dismenore primer, Pola makan, Prostaglandin, Remaja putri, Stres akademik