



UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN KEBIASAAN OLAHRAGA DENGAN KEJADIAN
DISMENORE PADA SISWI PONDOK PESANTREN
SUBULUSSALAM SAYURMAINCAT
KECAMATAN KOTANOPAN
TAHUN 2021**

Oleh :

SITI KHODIJAH RANGKUTI

No. BP. 1711211018

Dosen Pembimbing

- 1. Dr. Mery Ramadani, SKM, MKM**
- 2. Dr. Yessy Markolinda, S.Si, M.Repro**

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT

UNIVERSITAS ANDALAS

PADANG, 2022



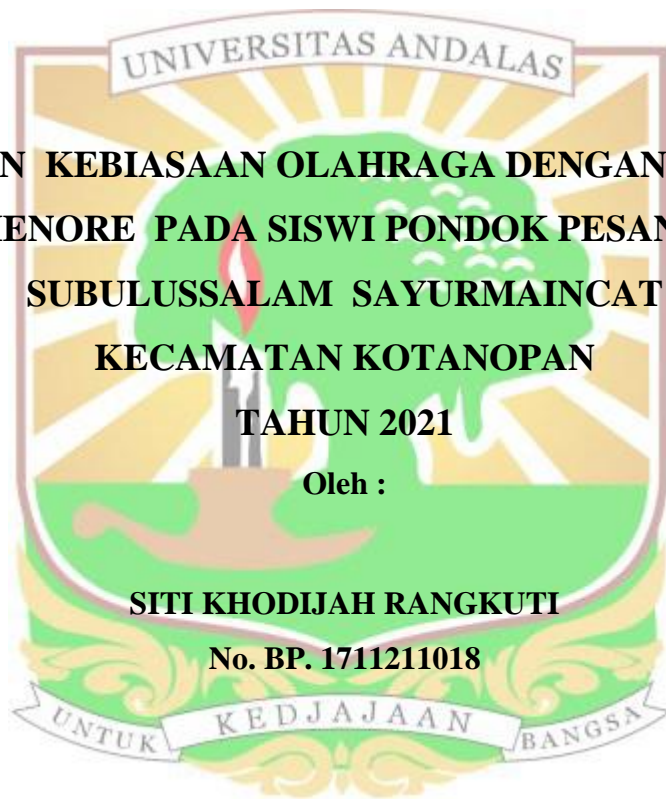
UNIVERSITAS ANDALAS

**HUBUNGAN KEBIASAAN OLAHRAGA DENGAN KEJADIAN
DISMENORE PADA SISWI PONDOK PESANTREN
SUBULUSSALAM SAYURMAINCAT
KECAMATAN KOTANOPAN
TAHUN 2021**

Oleh :

SITI KHODIJAH RANGKUTI

No. BP. 1711211018



**Diajukan Sebagai Pemenuhan Syarat untuk Mendapatkan
Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS
PADANG, 2022**

**FAKULTAS KESEHATAN MASYAARAKAT
UNIVERSITAS ANDALAS**

Skripsi, November 2021

SITI KHODIJAH RANGKUTI, No.BP. 1711211018

**HUBUNGAN KEBIASAAN OLAHRAGA DENGAN KEJADIAN
DISMENORE PADA SISWI PONDOK PESANTREN SUBULUSSALAM
KECAMATAN KOTANOPAN TAHUN 2021**

xi + 73 halaman, 26 tabel, 2 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Tujuan Penelitian

Angka kejadian dismenore terus meningkat dari tahun ke tahun baik secara global hingga ke Indonesia dengan prevalensi dismenore di Indonesia 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore pada siswi pondok pesantren subulussalam sayurmaincat kecamatan kotanopan tahun 2021.

Metode

Jenis penelitian kuantitatif dengan desain *Cross Sectional Study*. Populasi kelas XI dan XII berjumlah 122 orang, jumlah sampel 89 orang. Teknik pengambilan sampel dengan *Proportional Random Sampling*. Data dikumpulkan dengan kuesioner dan analisis dengan univariat, bivariat, multivariat.

Hasil

Hasil penelitian didapatkan 88,8% siswi mengalami dismenore, 84,3% siswi memiliki kebiasaan olahraga tidak teratur, 87,6% siswi mengalami menstruasi pada usia dini, 49,4% siswi memiliki siklus menstruasi yang tidak normal, 41,6% siswi mengalami menstruasi pada waktu yang tidak normal, 41,6% siswi memiliki riwayat keluarga dismenore, 51,7% siswi memiliki status gizi dengan kategori kegemukan. Hasil uji *chi-square* diperoleh ada hubungan antara kebiasaan olahraga (p-value 0,047), usia menarche (p-value 0,019), lama menstruasi (p-value 0,041), riwayat keluarga (p-value 0,041) dan status gizi (p-value 0,045) terhadap kejadian dismenore. Hasil uji regresi logistik usia menarche merupakan variabel yang paling berhubungan dengan dismenore (POR = 6,769)

Kesimpulan

Lebih dari sebagian responden mengalami menstruasi pada usia dini, memiliki siklus menstruasi normal dan mengalami menstruasi pada waktu yang normal, serta lebih dari sebagian responden tidak memiliki riwayat keluarga yang mengalami dismenore dan memiliki status gizi dengan kategori kegemukan. Disarankan kepada pihak sekolah untuk aktif dalam memberikan informasi mengenai kesehatan reproduksi terutama masalah-masalah pada saat menstruasi kepada siswi.

Daftar Pustaka : 53 (2008-2020)

Kata Kunci : Kebiasaan Olahraga, Dismenore, Siswi

**FACULTY OF PUBLIC HEALTH
ANDALAS UNIVERSITY**

Undergraduate Thesis, November 2021

SITI KHODIJAH RANGKUTI, No.BP. 1711211018

The Relationship Of Exercise Habits With The Event Of Dymenorrhea In Subulussalam Sayurmaincat Islamic Boarding School Students In Kotanopan 2021

xi + 73 pages , 26 tables, 2 pictures, 8 appendixes

ABSTRACT

Research Purposes

The incidence of dysmenorrhea continues to increase from year to year both globally and in Indonesia with the prevalence of dysmenorrhea in Indonesia of 64.25% consisting of 54.89% primary dysmenorrhea and 9.36% secondary dysmenorrhea. This study aims to determine the relationship between exercise habits and the incidence of dysmenorrhea in female students of the Subulussalam Islamic boarding school, Sayurmaincat, Kotanopan in 2021.

Methods

This type of research is quantitative with a Cross Sectional Study design. The population of class XI and XII amounted to 122 people, the number of samples was 89 people. Sampling technique with Proportional Random Sampling. Data were collected by questionnaire and analysis with univariate, bivariate, multivariate.

Results

The results showed that 88.8% of female students experienced dysmenorrhea, 84.3% of female students had irregular exercise habits, 87.6% of female students experienced menstruation at an early age, 49.4% of female students had abnormal menstrual cycles, 41.6% of female students experience menstruation at abnormal times, 41.6% of female students have a family history of dysmenorrhea, 51.7% of female students have nutritional status in the obese category. The results of the chi-square test showed that there was a relationship between exercise habits (p-value 0.047), age at menarche (p-value 0.019), menstrual period (p-value 0.041), family history (p-value 0.041) and nutritional status (p-value 0.041). value 0.045) to the incidence of dysmenorrhea. The results of the logistic regression test for age at menarche were the variable most associated with dysmenorrhea (POR = 6.769)

Conclusions

More than some respondents experienced menstruation at an early age, had normal menstrual cycles and experienced menstruation at normal times, and more than some respondents did not have a family history of dysmenorrhea and had nutritional status in the obese category. It is recommended to the school to be active in providing information about reproductive health, especially problems during menstruation to students.

Bibliography : 53 (2008-2020)

Keywords : Sports Habits, Dysmenorrhea, Schoolgirl