

**HUBUNGAN TINGKAT
PENGETAHUAN TENTANG *DISMENOREA*
PRIMER DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
SIKAP PENANGANAN *DISMENOREA PRIMER* PADA
REMAJA KELAS VIII DI SMP N 2 SAMPANG TAHUN 2025**

SKRIPSI



Oleh:

MEI CINDY LESTARI

NIM. 108121033

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS AL-IRSYAD CILACAP
2025**

**HUBUNGAN TINGKAT
PENGETAHUAN TENTANG *DISMENOREA*
PRIMER DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN
SIKAP PENANGANAN *DISMENOREA PRIMER* PADA
REMAJA KELAS VIII DI SMP N 2 SAMPANG TAHUN 2025**

SKRIPSI



**Diajukan sebagai salah satu syarat untuk memenuhi sebagian persyaratan
mencapai derajat Sarjana Keperawatan (S.Kep) Pada Program Studi S1
Keperawatan**

Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

Oleh:

MEI CINDY LESTARI

NIM. 108121033

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS AL-IRSYAD
CILACAP**

2025

**HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ATAU
KEASLIAN PENELITIAN**

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun dirujuk telah saya nyatakan dengan benar.

Nama : Mei Cindy Lestari

NIM 108121033

Tanda Tangan :

Tanggal : 30 Juli 2025



HALAMAN PERSETUJUAN
HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG *DISMENOREA*
***PRIMER* DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN SIKAP PENANGANAN**
***DISMENOREA PRIMER* PADA REMAJA KELAS VIII DI SMP N 2**
SAMPANG TAHUN 2025

SKRIPSI

Disusun Oleh:

MEI CINDY LESTARI

NIM. 108121033

Skripsi ini Telah Disetujui Tanggal 30 Juli 2025

Pembimbing Utama: Engkartini, M.Kep.,Ns

()

Pembimbing Anggota: Rusana, M.Kep., Ns., Sp. Kep.An.



Mengetahui,

Ketua Program Studi S1 Keperawatan




Kasron, M.Kep.,Ns.

NP 1031009718

HALAMAN PENGESAHAN

Skripsi ini diajukan oleh :

Nama : Mei Cindy Lestari

NIM : 108121033

Program Studi : S1 Keperawatan

Judul Skripsi : Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang *Dismenorea Primer* dan Aktivitas Fisik Dengan Sikap Penanganan *Dismenorea Primer* Pada Remaja Kelas VIII di SMP N 2 Sampang tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan di hadapan Dewan Penguji dan diterima sebagai bagian persyaratan yang diperlukan untuk memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

DEWAN PENGUJI

Penguji Utama : Trimeilia S, S.Kp., M.Kes

Penguji Anggota I : Engkartini, M.Kep.,Ns

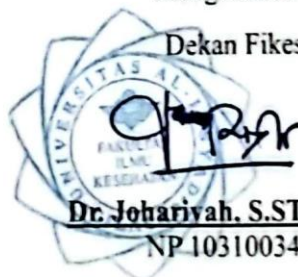
Penguji Anggota II : Rusana, M.Kep., Ns., Sp. Kep.An.

Ditetapkan di : Universitas Al-Irsyad Cilacap

Tanggal : 30 Juli 2025

Mengesahkan,

Dekan Fikes



Dr. Johariyah, S.ST., M.Keb
NP.1031003470

KATA PENGANTAR

Segala puji dan syukur peneliti panjatkan ke hadirat Tuhan Yang Maha Esa atas limpahan rahmat dan karunianya sehingga peneliti dapat menyelesaikan penulisan skripsi ini. Penyusunan skripsi ini merupakan salah satu tahapan yang harus ditempuh untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Keperawatan pada Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas Al-Irsyad Cilacap. Peneliti menyadari bahwa terselesaikannya skripsi ini tidak lepas dari dukungan, bantuan, serta bimbingan dari berbagai pihak selama masa studi hingga proses penulisan skripsi ini. Oleh karena itu, peneliti menyampaikan ucapan terima kasih kepada:

1. Sarwa, AMK., S.Pd., M.Kes. selaku Rektor Universitas Al-Irsyad Cilacap.
2. Dr. Johariyah, S.ST., M.Keb. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.
3. Kasron, M.Kep.,Ns Selaku Ketua Program Studi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.
4. Engkartini, M.Kep.,Ns selaku dosen pembimbing utama yang dengan tulus telah meluangkan waktu,tenaga, serta memberikan arahan dan wawasan yang sangat berharga selama penyusunan skripsi ini.
5. Rusana, M.Kep., Ns., Sp. Kep.An selaku dosen pembimbing anggota yang telah meluangkan waktu,tenaga,serta memberikan arahan,masukan dan bimbingan yang sangat berharga dalam penyusunan skripsi ini.
6. Trimeilia S, S.Kp., M.Kes selaku dosen penguji utama yang telah meluangkan waktunya untuk memberikan penilaian dan masukan konstruktif terhadap hasil skripsi ini.

7. Kepala Sekolah dan Guru Bk SMP N 2 Sampang yang telah memberikan dukungan dan kemudahan dalam proses penelitian pada tahap pengambilan data.
8. Ayah tercinta dan panutanku yaitu bapak Hadi Sucipto, terimakasih sudah berjuang untuk kehidupan penulis, beliau memang hanya tamatan SMP yang tidak pernah bermimpi bisa melanjutkan SMA atau bahkan duduk dibangku kuliah. Namun, beliau mampu mendidik penulis, memotivasi dan memberikan dukungan hingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
9. Ibu tercinta yaitu Saminah yang telah melahirkan, memberikan kasih sayang dan cinta kepada penulis. Terimakasih untuk do'a yang beliau panjatkan selama ini sehingga penulis mampu menyelesaikan studinya sampai sarjana.
10. Kepada seseorang yang tak kalah penting kehadirannya, Fiki Arif Nurcahyono. Terimakasih telah menjadi bagian dalam proses perjalanan penulis menyusun skripsi. Berkontribusi baik tenaga, waktu, menemani, mendukung, serta menghibur penulis dalam kesedihannya, mendengar keluh kesah dan meyakinkan penulis untuk pantang menyerah hingga penyusunan skripsi terselesaikan.

Akhir kata, peneliti berharap Tuhan Yang Maha Esa senantiasa melimpahkan balasan terbaik atas segala kebaikan dan bantuan dari semua pihak yang telah mendukung peneliti. Peneliti berharap skripsi ini bisa memberikan kontribusi positif bagi kemajuan ilmu keperawatan.

Cilacap, 30 Juli 2025

Penulis

HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI

TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Al-Irsyad Cilacap, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Mei Cindy Lestari

NIM 108121033

Program Studi : S1 Keperawatan

Jenis Karya : Skripsi

Demi pengembangan ilmu pengetahuan, menyetujui untuk memberikan kepada Universitas Al Irsyad Cilacap **Hak Bebas Royalti Noneksklusif (*Non-exclusive Royalty-Fire Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :**

“Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang *Dismenorea Primer* dan Aktivitas Fisik Dengan Sikap Penanganan *Dismenorea Primer* Pada Remaja Kelas VIII di SMP N 2 Sampang tahun 2025”

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalti Noneksklusif ini Universitas Al Irsyad Cilacap berhak menyimpan, mengalihmedia/formatkan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (*database*), merawat, dan memublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik Hak Cipta.

Demikian pernyataan ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di :

Pada tanggal :

Yang menyatakan

(Mei Cindy Lestari)

HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN TENTANG DISMENOREA PRIMER DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN SIKAP PENANGANAN DISMENOREA PRIMER PADA REMAJA KELAS VIII DI SMP N 2 SAMPANG TAHUN 2025

Relationship Between Knowledge Level About Primary Dysmenorrhea And Physical Activity With Attitude Towards Handling Primary Dysmenorrhea In Grade Viii Adolescents At Smp N 2 Sampang In 2025

Mei Cindy Lestari¹, Engkartini², Rusana³

Health Science Institute Al Irsyad Al-Islamiyyah Cilacap

Jl. Cerme No. 24 Sidanegara Cilacap

Email: meicindylstr@gmail.com

ABSTRAK

Dismenorea primer merupakan nyeri haid yang tidak berkaitan dengan kondisi medis tertentu. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan tentang *dismenorea primer* dan aktivitas fisik dengan sikap penanganan *dismenorea primer* pada remaja kelas VIII di SMP N 2 Sampang. Desain penelitian ini adalah *deskriptif correlational* melalui pendekatan *cross-sectional*. Dengan jumlah sampel 41 remaja dan menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian terdiri dari kuesioner tingkat pengetahuan, kuesioner PAQ A dan kuesioner sikap penanganan *dismenorea primer*. Uji statistik menggunakan uji Rank Spearmen, Hasil univariat tingkat pengetahuan remaja kurang (41,5%), aktivitas fisik remaja ringan (53,7%), dan sikap penanganan *dismenorea primer* remaja negatif (68,3%). Terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan *dismenorea primer* dengan sikap penanganan *dismenorea primer* ($p\text{-value } 0,001 < \alpha 0,05$). Tidak terdapat hubungan antara aktivitas fisik dengan sikap penanganan *dismenorea primer* ($p\text{-value } 0,246 > \alpha 0,05$).
Kata kunci: Pengetahuan, aktivitas fisik, penanganan *dismenorea*

ABSTRACT

Primary dysmenorrhea is menstrual pain that is not related to certain medical conditions. This study aims to determine the relationship between the level of knowledge about primary dysmenorrhea and physical activity with attitudes towards handling primary dysmenorrhea in eighth grade adolescents at SMP N 2 Sampang. This study design is descriptive correlational through a cross-sectional approach. With a sample of 41 adolescents and using a total sampling technique. The research instruments consisted of a knowledge level questionnaire, a PAQ A and a questionnaire on attitudes towards handling primary dysmenorrhea. Statistical tests used the Spearman Rank test. Univariate results showed that adolescents' knowledge level was poor (41.5%), adolescents' physical activity was light (53.7%), and attitudes towards handling primary dysmenorrhea were negative (68.3%). There was a relationship between the level of knowledge about primary dysmenorrhea and attitudes towards handling primary dysmenorrhea ($p\text{-value } 0.001 < \alpha 0.05$). There is no relationship between physical activity and attitudes towards handling primary dysmenorrhea ($p\text{-value } 0.246 > \alpha 0.05$).

Keywords: Knowledge, physical activity, dysmenorrhea management

DAFTAR ISI

HALAMAN PERNYATAAN ORISINALITAS ATAU	ii
HALAMAN PERSETUJUAN	iii
HALAMAN PENGESAHAN	iv
KATA PENGANTAR	v
HALAMAN PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	vii
DAFTAR ISI	ix
DAFTAR TABEL	xii
DAFTAR BAGAN	xiii
DAFTAR LAMPIRAN	xiv
BAB I	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah	7
C. Tujuan Penelitian	8
D. Manfaat Penelitian	8
E. Keaslian Penelitian	10
BAB II	18
TINJAUAN PUSTAKA DAN KERANGKA TEORI	18
A. Tinjauan Pustaka	18
1. Konsep Pengetahuan	18
a. Definisi pengetahuan	18
b. Tingkat pengetahuan	18
c. Faktor-faktor yang mempengaruhi pengetahuan	20
d. Pengaruh tingkat pengetahuan terhadap sikap penanganan <i>dismenorea</i> pada remaja	22
e. Pengukuran pengetahuan	23
f. Kategori pengetahuan	23
2. Konsep Remaja	24
a. Definisi Remaja	24
b. Kategori Usia	24
c. Tahapan Remaja	25
d. Perkembangan Remaja	26
3. Konsep Menstruasi	31
a. Pengertian Menstruasi	31

b.	Siklus menstruasi	32
c.	Faktor yang mempengaruhi siklus menstruasi	32
d.	Tanda dan gejala menjelang menstruasi	34
e.	Penanganan menstruasi	34
4.	Konsep Dismenorea	35
a.	Pengertian <i>Dismenorea</i>	35
b.	Klasifikasi <i>Dismenorea</i>	36
c.	Tanda dan gejala <i>dismenorea</i>	37
d.	Dampak <i>dismenorea</i>	37
e.	Faktor yang mempengaruhi <i>dismenorea primer</i>	37
f.	Penanganan <i>dismenorea</i>	39
5.	Konsep aktivitas fisik	41
a.	Pengertian aktivitas fisik	41
b.	Jenis aktivitas fisik	42
c.	Manfaat aktivitas fisik	44
d.	Peran aktivitas fisik dalam mengurangi gejala <i>dismenorea</i>	45
e.	Faktor yang mempengaruhi aktivitas fisik	46
f.	Pengukuran aktivitas fisik	47
6.	Konsep Sikap	48
a.	Pengertian sikap	48
b.	Komponen sikap	49
c.	Ciri-ciri sikap	50
d.	Fungsi sikap	51
e.	Faktor yang mempengaruhi pembentukan sikap	52
f.	Pengukuran sikap	55
g.	Sikap penanganan <i>dismenorea primer</i>	56
B.	Kerangka Teori	58
BAB III		59
METODOLOGI PENELITIAN		59
A.	Kerangka Konsep	59
B.	Hipotesis Penelitian	60
C.	Variabel Penelitian	61
D.	Definisi Operasional, Variabel Penelitian, Skala Pengukuran	61
E.	Desain Penelitian	65
F.	Populasi dan Sampel	65
G.	Tempat dan Waktu Penelitian	67

H. Etika Penelitian.....	67
I. Teknik Pengumpulan Data	68
J. Prosedur Pengumpulan Data	73
K. Analisa Data	74
BAB IV	81
HASIL PENELITIAN	81
A. Karakteristik Responden	81
B. Analisa Univariat.....	82
C. Analisa Bivariat.....	84
BAB V.....	88
PEMBAHASAN	88
A. Analisa Univariat.....	88
B. Analisa Bivariat.....	93
C. Keterbatasan Penelitian	100
D. Implikasi Dengan Pelayanan dan Penelitian.....	101
BAB VI.....	102
SIMPULAN DAN SARAN	102
A. Simpulan	102
B. Saran	102
DAFTAR PUSTAKA	104
LAMPIRAN.....	109

DAFTAR TABEL

Tabel 1. 1 Keaslian Penelitian.....	10
Tabel 3.2 Pedoman Interpretasi Koefisien Korelasi Kategori.....	80
Tabel 4.1 Karakteristik responden	81
Tabel 4.2 Distribusi frekuensi tingkat pengetahuan tentang dismenorea primer remaja kelas VIII SMP N 2 Sampang.....	82
Tabel 4.3 Distribusi frekuensi Aktivitas fisik remaja kelas VIII SMP N 2 Sampang	83
Tabel 4.4 Distribusi frekuensi Sikap penanganan dismenorea primer remaja kelas VIII SMP N 2 Sampang.....	83
Tabel 4.5 hubungan antara tingkat pengetahuan tentang dismenorea primer dan sikap penanganan dismenorea primer pada remaja kelas VIII di SMP N 2 Sampang	85
Tabel 4.6 hubungan aktivitas fisik dan sikap penanganan dismenorea primer pada remaja kelas VIII di SMP N 2 Sampang.....	86



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori	58
Bagan 3.1 Kerangka Konsep	59



DAFTAR LAMPIRAN

A. Kuesioner Tingkat Pengetahuan Tentang <i>Dismenorea Primer</i>	110
B. Kuesioner Aktivitas Fisik.....	112
C. Kuesioner Sikap Penangan <i>Dismenorea Primer</i>	116
D. Lembar Persetujuan Menjadi Responden	117
E. Bukti Perizinan Penggunaan Kuesioner.....	118
F. Surat izin survey pendahuluan.....	119
G. Surat balasan izin penelitian	120
H. Tabulasi Kuesioner Tingkat Pengetahuan Tentang <i>Dismenorea Primer</i>	121
I. Tabulasi Kuesioner Aktivitas Fisik	122
J. Tabulasi Kuesioner Sikap Penanganan <i>Dismenorea Primer</i>	123
K. Tabulasi Karakteristik Responden	124
L. Output SPSS	125
M. Hasil Turniti.....	131

