

ABSTRAK

Pada tahap pubertas remaja putri mengalami salah satu ciri yaitu menstruasi. Lebih dari setengah wanita yang sedang menstruasi mengalami kelainan menstruasi yang disebut dismenore. Dismenore merupakan gejala rasa sakit atau rasa tidak enak pada perut bagian bawah pada masa menstruasi sampai dapat mengganggu aktifitas sehari-hari. Tujuan penelitian ini adalah untuk mencari hubungan antara status gizi, riwayat dismenore keluarga dan kerutinan olahraga dengan kejadian dismenore pada remaja putri.

Penelitian ini merupakan penelitian observasional dan data dikumpulkan secara *cross sectional*. Populasi penelitian adalah siswi kelas X, XI dan XII yang bersekolah di SMAK St. Stanislaus Surabaya sebanyak 123 siswa, sedangkan untuk sampel diambil 56 siswa secara *simple random sampling*. Data yang dikumpulkan adalah karakteristik remaja putri, status gizi berdasarkan indeks massa tubuh menurut umur (IMT/U), riwayat dismenore keluarga, dan kerutinan olahraga. Data dikumpulkan melalui wawancara dengan menggunakan kuesioner serta pengukuran status gizi. Hubungan antara status gizi, riwayat dismenore keluarga dan kerutinan olahraga dengan kejadian dismenore dianalisis dengan menggunakan *Chi Square Test*.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa proporsi status gizi lebih pada responden relatif besar (>30%), sebagian besar responden memiliki riwayat dismenore keluarga (67,85%) dan tidak melakukan olahraga secara rutin (80,4%). Terdapat hubungan antara status gizi ($p=0,027$) riwayat dismenore keluarga ($p=0,01$) dan kerutinan olahraga ($p=0,045$) dengan kejadian dismenore pada remaja putri.

Berdasarkan penelitian ini dapat disimpulkan bahwa status gizi, riwayat dismenore keluarga dan kerutinan olahraga berhubungan dengan kejadian dismenore pada remaja putri. Dengan demikian perlu adanya penyuluhan mengenai gaya hidup sehat pada remaja untuk mencapai status gizi yang optimal serta penyuluhan terkait kesehatan reproduksi khususnya dismenore.

Kata Kunci: Dismenore, Remaja Putri, Status Gizi, Riwayat Dismenore Keluarga, Kerutinan Olahraga