

SKRIPSI
GAMBARAN DISMENORE DAN AKTIVITAS
BELAJAR PADA REMAJA PUTRI DI
SMPN 05 KOTA BENGKULU
TAHUN 2026



OLEH :

WINDI ARISTA
P01740322093

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
TAHUN 2026

SKRIPSI
GAMBARAN DISMENORE DAN AKTIVITAS
BELAJAR PADA REMAJA PUTRI DI
SMPN 05 KOTA BENGKULU
TAHUN 2026

Skripsi Ini Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Mendapatkan Gelar
Sarjana Terapan Kebidanan (S.Tr.Keb)



DISUSUN OLEH :

WINDI ARISTA
P01740322093

KEMENTERIAN KESEHATAN REPUBLIK INDONESIA
POLITEKNIK KESEHATAN KEMENKES BENGKULU
PRODI SARJANA TERAPAN KEBIDANAN
JURUSAN KEBIDANAN
TAHUN 2026

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

GAMBARAN DISMENORE DAN AKTIVITAS BELAJAR PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 05 KOTA BENGKULU TAHUN 2026

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh:

WINDI ARISTA
P01740322093

Skripsi Ini Telah Diperiksa Dan Disetujui Untuk Dipresentasikan Dihadapan Tim
Penguji Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan
Pada Tanggal: 18 Juni 2026

Oleh:
Pembimbing Skripsi

Pembimbing 1



Elly Wahyuni, SST.,M.Pd
NIP. 196603211986012001

Pembimbing 2



Rina, SST.,M.Tr.Keb
NIP. 197908202005022001

HALAMAN PENGESAHAN
SKRIPSI
GAMBARAN DISMENORE DAN AKTIVITAS
BELAJAR PADA REMAJA PUTRI DI
SMPN 05 KOTA BENGKULU
TAHUN 2026

Yang Dipersiapkan dan Dipresentasikan Oleh:

WINDI ARISTA
P01740322093

Skripsi ini Telah Diuji dan Dipresentasikan Dihadapan Tim Penguji
Poltekkes Kemenkes Bengkulu Jurusan Kebidanan
Pada Tanggal: 30 Juni 2026
Dinyatakan Telah Memenuhi Syarat Untuk Diterima

Tim Penguji,

Ketua Dewan Penguji



Elvi Destariyani, SST.,M.Kes
NIP. 197812032002122003

Penguji I



Epti Yorita, SST.,MPH
NIP. 197401091992032001

Penguji II



Elly Wahyuni, SST.,M.Pd
NIP. 196603211986012001

Penguji III



Rina, SST.,M.Tr.Keb
NIP. 197908202005022001

Mengataskan
Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan
Poltekkes Kemenkes Bengkulu



Lusi Andriani, SST., M.Kes
NIP. 198008192002122002

SURAT PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT DAN MEMALSUKAN DATA

Saya yang bertanda tangan dibawah ini:

Nama : Windi Arista
Tempat/Tanggal Lahir : Selubuk, 09 Oktober 2003
NIM : P01740322093
Program Studi : Sarjana Terapan Kebidanan

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa skripsi saya yang berjudul
“Gambaran Disminore dan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri Di SMPN 05 Kota
Bengkulu Tahun 2026”

1. Adalah benar-benar hasil karya saya sendiri (tidak hasil plagiasi / jiplakan)
2. Tidak didasarkan pada data palsu

Apabila pada kemudian hari terbukti bahwa pernyataan saya tidak benar,
saya bersedia menanggung resiko dan siap diperkarakan sesuai dengan aturan yang
berlaku.

Demikianlah surat pernyataan ini saya buat dengan sesungguhnya.

Bengkulu, 30 Juni 2026

Yang menyatakan



Windi Arista
NIM. P01740322093

BIODATA



Nama : Windi Arista

Jenis Kelamin : Perempuan

Tempat, Tanggal Lahir : Selubuk, 09 Oktober 2003

Email : windyarista091003@gmail.com

Agama : Islam

Kebangsaan : Indonesia

Status : Belum Menikah

Alamat : Desa Tepi Laut

Riwayat Pendidikan : 1. SD Negeeri 01 Bengkulu Utara
2. SMP Negeri 1 Pondok Kelapa
3. SMA Negeri 3 Bengkulu Tengah
4. Poltekkes Kemenkes Bengkulu

MOTTO DAN PERSEMBAHAN

MOTTO

"Tidak ada hasil yang mengkhianati proses. Terus berusaha, berdoa, dan percaya bahwa setiap langkah akan membawa pada keberhasilan."

PERSEMBAHAN

Pertama saya ucapkan puji syukur kehadiran Allah SWT atas segala nikmat berupa kesehatan, kekuatan, dan membekali dengan ilmu pengetahuan serta inspirasi yang sangat banyak dalam proses penyelesaian skripsi ini. Shalawat dan salam semoga senantiasa tercurah kepada Nabi Muhammad SAW. Teladan utama bagi seluruh umat manusia. Skripsi ini merupakan bentuk rasa syukur saya dengan perasaan bahagia segalah perjuangan saya hingga sampai dititik ini. Saya persembahkan teruntuk orang-orang hebat selalu menjadi penyemangat saya dalam menyelesaikan skripsi ini.

1. Kepada Ayah tercinta, terima kasih atas setiap tetes keringat, doa yang tak pernah putus, serta kasih sayang yang tak ternilai untuk penulis. Tidak ada kata yang mampu menggambarkan besarnya pengorbanan Ayah dalam mengantarkanku hingga sampai pada titik ini. Yang selalu memberikan semangat dan dukungan, serta pengorbanan yang tiada henti demi keberhasilan dan masa depan penulis. Semoga pencapaian ini dapat menjadi kebanggaan dan kebahagiaan bagi Ayah tercinta.
2. Terimakasih untuk pintu surgaku, Ibunda, yang tiada henti memberikan kasih sayang, doa, dukungan, kesabaran, dan pengorbanan

yang tak pernah berhenti mengiringi setiap langkah penulis hingga penulis mampu menyelesaikan sampai sarjana, yang mengajarkan arti cinta tanpa syarat dan kesabaran tanpa batas. Doa yang enggau panjatkan menjadi cahaya di setiap langkah perjalanan ini, teruslah doakan anak mu ini semoga nanti dapat membuat ibu bangga di setiap harinya. Tiada kata yang mampu menggambarkan besarnya cinta dan perjuangan yang telah Ibu berikan.

3. Terimakasih penulis ucapkan kepada saudara kandung tersayang, Duta Afrilian Riskullah, Zeldi Novran Riskullah, dan Abqa Arganta Riskullah, Kehadiran dan perhatian kalian menjadi salah satu sumber kekuatan bagi penulis dalam menghadapi setiap proses hingga akhirnya dapat menyelesaikan skripsi ini. Tetap jadi penyemangat untuk penulis, semoga pencapaian ini dapat menjadi kebanggaan bagi kalian. Maaf jika penulis belum bisa menjadi kakak yang baik untuk kalian, tetapi percayalah doaku selalu menyertai kalian, semoga kalian kelak lebih sukses dan lebih bahagia dari diriku ini.
4. Terimakasih juga untuk etek wawan dan tante vita, yang selalu memberikan doa, dukungan, perhatian, motivasi, serta bantuan baik secara moril maupun materil selama penulis menempuh pendidikan hingga proses penyusunan skripsi ini. Segala bentuk kasih sayang, nasihat, dan semangat yang diberikan menjadi kekuatan bagi penulis untuk terus berjuang hingga akhirnya skripsi ini dapat terselesaikan dengan baik.
5. Terima kasih untuk diriku sendiri sudah bertahan di atas keraguan sendiri. Terimakasih telah berjuang, bertahan, kuat, sabar dan tidak menyerah dalam

menghadapi setiap proses hingga akhirnya mampu menyelesaikan skripsi ini. Mari tetap semangat untuk melanjutkan Pendidikan ini hingga semua cita-cita tercapai. Mari tetap semangat untuk meyakinkan bahwa kita bisa melewati kesulitan didepan sana. Perjalanan ini tidak mudah banyak menguras tenaga dan pikiran, mari kita merayakan setiap pencapaian yang telah diraih. Allah tidak mungkin memberi beban di batas kemampuan hamba-nya. Jangan pernah membandingkan prosesmu dengan orang lain.

6. Kepada Reza Mahendra, terima kasih telah menjadi bagian dari perjalanan panjang penulis sejak awal memasuki dunia perkuliahan hingga akhirnya sampai pada titik ini. Terima kasih atas segala doa, dukungan, perhatian, kesabaran, serta semangat yang selalu diberikan di setiap proses yang tidak selalu mudah. Terima kasih telah hadir dalam setiap suka dan duka, mendengarkan segala keluh kesah, memberikan motivasi ketika aku merasa lelah, dan selalu meyakinkanku untuk tidak menyerah dalam menyelesaikan pendidikan ini. Semoga langkah baik yang telah kita lalui menjadi awal dari banyak hal indah yang akan datang.
7. Terimakasih kepada pembimbing Ibu Elly Wahyuni dan Ibu Rina, yang telah membimbing penulis dengan sepenuh hati, selalu memberi arahan dengan sangat sabar, mungkin jika tanpa bimbingan ibu skripsi ini tidak akan tercetak dengan sempurna. Ilmu ini yang kelak akan memberikan manfaat yang sangat besar bagi penulis dikemudian hari, semoga kelak tuhan akan membalas kebaikan ibu berlipat-lipat ganda.

**Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan, Jurusan Kebidanan Poltekkes
Kemenkes Bengkulu.**

Windi Ariata

**GAMBARAN DISMENORE DAN AKTIVITAS BELAJAR PADA
REMAJA PUTRI DI SMPN 05 KOTA BENGKULU TAHUN 2026**

ABSTRAK

Dismenore merupakan nyeri yang terjadi selama menstruasi akibat peningkatan produksi prostaglandin yang menyebabkan kontraksi uterus berlebihan. Prevalensi dismenore pada wanita usia reproduksi di dunia berkisar antara 50–90%, sedangkan di Indonesia angka kejadian dismenore mencapai 64,25%, yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Dismenore dapat menimbulkan berbagai keluhan fisik dan psikologis yang berdampak pada aktivitas belajar remaja putri. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan dismenore terhadap aktivitas belajar pada remaja putri di SMPN 05 Kota Bengkulu Tahun 2026.

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang telah mengalami menstruasi di SMPN 05 Kota Bengkulu sebanyak 197 siswi. Sampel penelitian berjumlah 43 responden yang dipilih menggunakan teknik *stratified random sampling*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner tingkat nyeri dismenore dengan skala Numerical Rating Scale (NRS) dan kuesioner aktivitas belajar. Analisis data dilakukan secara univariat yang disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan persentase.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami dismenore berat sebanyak 23 responden (53,5%), responden yang mengalami dismenore sedang sebanyak 10 responden (23,3%) dan dismenore ringan sebanyak 10 responden (23,3). Gambaran aktivitas belajar menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami aktivitas belajar terganggu sebanyak 25 responden (58,1%), sedangkan responden dengan aktivitas belajar tidak terganggu sebanyak 18 responden (41,1%).

Saran peneliti diharapkan hasil penelitian ini dapat meningkatkan edukasi mengenai kesehatan reproduksi dan memberikan perhatian kepada siswi yang mengalami dismenore sehingga keluhan yang dirasakan dapat ditangani dengan baik dan aktivitas belajar tetap optimal.

Kata Kunci: Dismenore, Aktivitas Belajar, Remaja Putri

**Bachelor of Applied Midwifery Study Program, Department of Midwifery,
Health Polytechnic of the Ministry of Health Bengkulu.**

Windi Arista

**THE RELATIONSHIP BETWEEN DYSMENORRHEA AND LEARNING
ACTIVITIES AMONG FEMALE STUDENTS AT SMPN 05 BENGKULU
CITY IN 2026**

ABSTRACT

Dysmenorrhea is pain that occurs during menstruation due to increased prostaglandin production, which causes excessive uterine contractions. The prevalence of dysmenorrhea among women of reproductive age worldwide ranges from 50% to 90%, while in Indonesia the prevalence reaches 64.25%, consisting of 54.89% primary dysmenorrhea and 9.36% secondary dysmenorrhea. Dysmenorrhea may cause various physical and psychological complaints that can affect the learning activities of adolescent girls. This study aimed to describe dysmenorrhea and learning activities among adolescent girls at SMPN 05 Bengkulu City in 2026.

This study employed a quantitative research design with a descriptive approach. The population consisted of 197 female students who had experienced menstruation at SMPN 05 Bengkulu City. A total of 43 respondents were selected using a stratified random sampling technique. Data were collected using the Numerical Rating Scale (NRS) questionnaire to assess the level of dysmenorrhea pain and a learning activity questionnaire. Data were analyzed using univariate analysis and presented as frequency distributions and percentages.

The results showed that most respondents experienced severe dysmenorrhea, accounting for 23 respondents (53.5%), while moderate and mild dysmenorrhea were each experienced by 10 respondents (23.3%). Regarding learning activities, most respondents had impaired learning activities, with 25 respondents (58.1%), whereas 18 respondents (41.9%) had unimpaired learning activities.

The researcher suggests that the findings of this study can be used to improve reproductive health education and increase attention to students experiencing dysmenorrhea so that the symptoms can be managed properly and learning activities remain optimal.

Keywords: Dysmenorrhea, Learning Activities, Adolescent Girl

KATA PENGANTAR

Puji syukur atas kehadiran Allah Subhanahu wa ta'ala yang telah melimpahkan rahmat dan karunia-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi dengan judul **“Gambaran Dismenore dan Aktivitas Belajar pada Remaja Putri Di SMPN 05 Kota Bengkulu”** dengan baik dan tepat waktu. Skripsi ini merupakan tugas akhir yang diajukan untuk memenuhi syarat dalam memperoleh gelar Sarjana Pendidikan pada Prodi Kebidanan Program Sarjana Terapan Poltekkes Kemenkes Bengkulu.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa terselesainya skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dukungan, dan kerja sama dari berbagai pihak. Oleh karena itu, pada kesempatan ini dengan segala kerendahan hati, penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya kepada:

1. Ibu Linda, SST., M.Kes selaku Direktur Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu yang telah memberikan kesempatan kepada penulis untuk mengikuti pendidikan di Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan dan Pendidikan Profesi Bidan.
2. Ibu Elvi Destariani, SST., M.Kes selaku Ketua Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu yang telah memberikan fasilitas dan arahan selama masa Pendidikan.
3. Ibu Lusi Andriani, SST., M.Kes selaku Ketua Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan yang memberikan fasilitas dan arahan dalam penyusunan skripsi ini.
4. Ibu Elly Wahyuni, SST., M.Pd selaku pembimbing 1 yang telah memberikan dukungan, bimbingan, arahan, serta motivasi untuk terus semangat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
5. Ibu Rina, SST., M.Tr.Keb selaku pembimbing II yang telah memberikan dukungan, bimbingan, arahan, serta motivasi untuk terus semangat menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
6. Ibu Elvi Destariyani, SST., M.Kes. selaku dewan penguji yang telah memberikan saran serta arahan kepada penulis.

7. Ibu Epti Yorita, SST.MPH. selaku penguji 1 yang telah memberikan saran serta arahan kepada penulis.
8. Seluruh dosen dan staf Jurusan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu yang telah memberikan ilmu dan bantuan selama masa Pendidikan.
9. Kedua orang tua tercinta, ibu dan ayah, serta adik tersayang yang telah memberi materi, motivasi dan doa yang tiada henti untuk dalam menyelesaikan skripsi ini.
10. Teman-teman seperjuangan Program Studi Sarjana Terapan Kebidanan Politeknik Kesehatan Kementerian Kesehatan Bengkulu Angkatan 2022 yang telah memberikan semangat dan dukungan.
11. Semua pihak yang tidak dapat penulis sebutkan satu per satu yang telah berkontribusi dalam terselesaikannya skripsi ini.

Semoga Allah SWT membalas segala kebaikan dan bantuan yang telah diberikan kepada penulis. Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan. Oleh karena itu, kritik dan saran yang membangun sangat diharapkan demi perbaikan di masa mendatang. Semoga skripsi ini dapat bermanfaat bagi pembaca dan pihak-pihak yang memerlukan

Bengkulu,.....2026

Penulis

Windi Arista

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN.....	iv
BIODATA.....	v
MOTTO DAN PERSEMBAHAN.....	vi
ABSTRAK.....	ix
ABSTRACT.....	x
KATA PENGANTAR.....	xi
DAFTAR ISI	xiii
DAFTAR TABEL.....	xv
DAFTAR BAGAN.....	xvi
DAFTAR GAMBAR.....	xvii
DAFTAR LAMPIRAN	xviii
 BAB 1 PENDAHULUAN.....	 1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian	7
 BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	 9
A. Konsep Dasar Remaja.....	9
B. Aktivitas Belajar.....	12
C. Dismenore	19
D. Definisi Operasional Aktivitas Belajar	28
E. Hubungan Dismenore Terhadap Aktivitas Belajar	29
F. Kerangka Teori.....	31
G. Kerangka konsep	31
 BAB III METODE PENELITIAN	 32
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	32
B. Variable Penelitian.....	33
C. Tempat dan Waktu Penelitian	33
D. Populasi dan Sample	33
E. Definisi Operasional	37
F. Alur Penelitian.....	38
G. Instrumen Penelitian	39
H. Teknik Pengumpulan Data	40
I. Etika Penelitian.....	41
 BAB 1V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	 43
A. Jalannya Penelitian	43
B. Hasil Penelitian.....	45

C. Pembahasan.....	46
D. Keterbatasan Penelitian.....	48
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	49
A. Kesimpulan.....	49
B. Saran.....	49
DAFTAR PUSTAKA	51
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	7
Table 3.1 Pengambilan Sampel	36
Tabel 3.2 Definisi Oprasional.....	37
Table 4.1 Distribusi Frekuensi Dismenore	45
Table 4.2 Distribusi Frekuensi Aktivitas Belajar.....	46



DAFTAR BAGAN

Bagan 2.1 Kerangka Teori.....	31
Bagan 2.2 Kerangka Konsep	31
Bagan 3.1 Desai Penelitian	32
Bagan 3.2 Variabel Penelitian.....	33



DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Skala Intensitas Nyeri Numeric Reting Scale	22
--	----



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1	: Surat Izin Pra Penelitian
Lampiran 2	: Surat Izin Penelitian
Lampiran 3	: Surat Rekomendasi
Lampiran 4	: Surat Selesai Penelitian
Lampiran 5	: Surat Layak Etik
Lampiran 6	: Lembar Bimbingan
Lampiran 7	: Lembar Persetujuan Menjadi Responden
Lampiran 8	: Kuesioner Penelitian
Lampiran 9	: Hasil Uji Analisis
Lampiran 10	: Dokumentasi

