

ABSTRAK

SEPTY SRI FAUZIAH

**HUBUNGAN KONSUMSI VITAMIN D, AKTIVITAS FISIK DAN STATUS GIZI
DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PRIMER PADA REMAJA PUTRI SMA
NEGERI KOTA TASIKMALAYA**

Dismenorea merupakan nyeri di perut bagian bawah yang terkadang meluas ke pinggang, punggung bagian bawah, dan paha. Dismenorea dibedakan menjadi primer dan sekunder. Dismenore primer didefinisikan sebagai nyeri haid tanpa adanya penyakit panggul. Faktor risiko terjadinya dismenorea antara lain, Indeks Massa Tubuh (IMT), riwayat keluarga, aktivitas fisik, usia menarche, siklus menstruasi, dan konsumsi vitamin D. Tujuan dari penelitian ini adalah menganalisis konsumsi vitamin D, aktivitas fisik dan status gizi dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri SMA Negeri Kota Tasikmalaya. Penelitian menggunakan metode observasional dengan desain penelitian *cross sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *proportional random sampling* sebanyak 342 responden. Pengumpulan data menggunakan kuesioner. Uji *chi-square* dan regresi logistik digunakan dalam analisis data. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara konsumsi vitamin D dengan kejadian dismenorea ($p\text{-value} = 0,000$) $OR=14,895$, aktivitas fisik dengan kejadian dismenorea ($p\text{-value} = 0,000$) dan tidak signifikan antara status gizi dengan kejadian dismenorea ($p\text{-value} = 0,066$). Konsumsi vitamin D merupakan penyebab paling berpengaruh terhadap kejadian dismenorea dengan nilai $OR = 20,633$. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara kejadian dismenorea pada remaja putri SMA Negeri di Kota Tasikmalaya dengan konsumsi vitamin D, aktivitas fisik, dan tidak ada hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea. Terdapat hubungan antara variabel perancu, yaitu usia menarche, dan riwayat dismenorea keluarga dengan kejadian dismenorea, dan tidak ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian dismenorea pada remaja putri SMA Negeri di Kota Tasikmalaya. Diharapkan siswa memiliki kesadaran untuk lebih memperhatikan konsumsi vitamin D, aktivitas fisik dan status gizi yang baik.

Kata kunci : Aktivitas Fisik, Dismenorea, Konsumsi Vitamin D, Remaja Putri, Status Gizi

**FACULTY OF HEALTH SCIENCES
SILIWANGI UNIVERSITY
TASIKMALAYA
MAJORING IN NUTRITION
2024**

ABSTRACT

SEPTY SRI FAUZIAH

RELATIONSHIP BETWEEN VITAMIN D CONSUMPTION, PHYSICAL ACTIVITY AND NUTRITIONAL STATUS WITH THE INCIDENCE OF PRIMARY DYSMENORRHEA IN FEMALE ADOLESCENTS OF STATE HIGH SCHOOL IN TASIKMALAYA CITY

Dysmenorrhea is pain in the lower abdomen that sometimes extends to the waist, lower back, and thighs. Dysmenorrhea is divided into primary and secondary. Primary dysmenorrhea is defined as menstrual pain without pelvic disease. Risk factors for dysmenorrhea include Body Mass Index (BMI), family history, physical activity, age of menarche, menstrual cycle, and vitamin D consumption. The purpose of this study was to analyze vitamin D consumption, physical activity and nutritional status with the incidence of primary dysmenorrhea in female adolescents at Tasikmalaya City State High School. The study used an observational method with a cross-sectional research design. Sampling used a proportional random sampling technique of 342 respondents. Data collection used a questionnaire. The chi-square test and logistic regression were used in data analysis. The results of the study showed that there was a significant relationship between vitamin D consumption and the incidence of dysmenorrhea ($p\text{-value} = 0.000$) $OR = 14.895$, physical activity with the incidence of dysmenorrhea ($p\text{-value} = 0.000$) and no significant relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea ($p\text{-value} = 0.066$). Vitamin D consumption is the most influential cause of the incidence of dysmenorrhea with an OR value of 20.633. It can be concluded that there is a relationship between the incidence of dysmenorrhea in female high school students in Tasikmalaya City with vitamin D consumption, physical activity, and there is no relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea. There is a relationship between confounding variables, namely age of menarche, and family history of dysmenorrhea with the incidence of dysmenorrhea, and there is no relationship between the length of menstruation and the incidence of dysmenorrhea in female high school students in Tasikmalaya City. It is hoped that students have the awareness to pay more attention to vitamin D consumption, physical activity and good nutritional status.

Keywords: *Dysmenorrhea, Nutritional Status, Physical Activity, Vitamin D Consumption , Young Women*