

SKRIPSI

**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN *DISMENOREA*
PRIMER PADA REMAJA PUTRI PADA SAAT PERIODE
MENSTRUASI DI SMA ADABIAH 2 PADANG
TAHUN 2025**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Menyelesaikan
Pendidikan Strata S-I Kebidanan



**PROGRAM STUDI KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN DAN TEKNOLOGI INFORMASI
UNIVERSITAS ALIFAH PADANG
TAHUN 2025**

PERNYATAAN TIDAK PLAGIAT

Yang bertanda tangan di bawah ini, saya :

Nama Lengkap : Dela Puspita
Nim : 2115201002
Tempat Tanggal Lahir : Ranah Pantai Cermin, 19 Oktober 2004
Tanggal Masuk : 2021
Program Studi : S1 Kebidanan
Nama Pembimbing Akademik : Desi Sarli, M. Keb. Ph. D
Nama Pembimbing I : Desi Sarli, M. Keb. Ph. D
Nama Pembimbing II : Defi Yulita, M. Biomed

Menyatakan bahwa saya tidak melakukan plagiat dalam penulisan usulan skripsi saya yang berjudul : “ **Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian *Dismenorea primer* Pada Remaja Putri Pada Saat Periode Menstruasi Di SMA Adabiah 2 Padang Tahun 2025**”

Apabila suatu saat nanti terbukti saya melakukan tindakan plagiat dalam penulisan skripsi ini, maka saya akan menerima sanksi yang telah di tetapkan.
Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar- benarnya.

Padang , Juli 2025



Dela Puspita

UNIVERSITAS ALIFAH PADANG

Skripsi, Juli 2025

Dela Puspita

Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian *Dismenorea primer* Pada Remaja Putri Pada Saat Periode Menstruasi Di SMA Adabiah 2 Padang Tahun 2025.
xiii + 51 halaman, 6 tabel, 2 gambar, 14 lampiran

ABSTRAK

Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) kejadian *dismenorea* mempengaruhi 90% wanita di Dunia, yang mana setiap negara 50% wanita mengalami *dismenorea primer*. Sedangkan di Indonesia sebanyak 54,89%. Dan di SMA Adabiah 2 Padang tahun 2025 sebanyak 72,2%. Salah satu faktor terjadinya *dismenorea primer* pada remaja putri yaitu kualitas tidur yang buruk. Tujuan penelitian ini yaitu untuk melihat hubungan kualitas tidur dengan Kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri pada saat periode menstruasi di SMA Adabiah 2 Padang Tahun 2025.

Metode Penelitian yang digunakan yaitu kuantitatif dengan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian dilakukan di SMA Adabiah 2 Padang, populasi pada penelitian yaitu semua remaja putri kelas X dan XI pada tahun 2025 sebanyak 370 Orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *probability sampling* dengan metode *stratified random sampling* dengan jumlah sampel 79 orang. Data yang dikumpulkan menggunakan kuesioner dengan menyebarkan angket. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat dengan *uji chi square*.

Berdasarkan hasil penelitian 57 orang (72,2%) mengalami *dismenorea primer* dan 55 orang (69,6%) memiliki kualitas tidur yang buruk. Berdasarkan uji statistik, terdapat hubungan bermakna antara kualitas tidur dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri pada saat periode menstruasi di SMA Adabiah 2 Padang Tahun 2025 dengan *p-Value* = 0,000.

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan kualitas tidur dengan kejadian *dismenorea primer* pada remaja putri pada saat periode menstruasi di SMA Adabiah 2 Padang Tahun 2025. Diharapkan kepada remaja putri dapat menjaga kesehatan, mengatur waktu dan pola tidur pada malam hari agar tidak terjadinya *dismenorea primer*.

Daftar bacaan : 27 (2012-2024)

Kata kunci : Kualitas Tidur, *Dismenorea Primer*, Remaja

UNIVERSITAS ALIFA PADANG

Bachelor of thesis, July 2025

Dela Puspita

The Relationship Between Sleep Quality and the Incidence of Primary Dysmenorrhea in Adolescent Girls During the Menstrual Period at SMA Adabiah 2 Padang in 2025.

xiii + 51 pages, 6 tables, 2 figures, 14 appendices

ABSTRACT

Based on the data World Health Organization (WHO), dysmenorrhea affects 90% of women worldwide, with approximately 50% of women in each country experiencing primary dysmenorrhea. In Indonesia, the prevalence is 54.89%, while at Adabiah 2 Senior High School in Padang, it reaches 72.2% in 2025. One factor contributing to primary dysmenorrhea among adolescent girls is poor sleep quality. The purpose of this study is to examine the relationship between sleep quality and the incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls during menstruation at Adabiah 2 Senior High School in Padang in 2025.

The research method used was quantitative with a cross-sectional design. The study was conducted at SMA Adabiah 2 Padang. The population consisted of all female students in grades X and XI in 2025, totaling 370 individuals. The sampling technique used was probability sampling with the stratified random sampling method, resulting in a sample size of 79 respondents. Data were collected using a questionnaire distributed in the form of a survey. Data analysis was conducted using univariate and bivariate analyses with the Chi-square test.

The results showed that 57 individuals (72.2%) experienced primary dysmenorrhea, and 55 individuals (69.6%) had poor sleep quality. Based on statistical analysis, there was a significant relationship between sleep quality and the incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls during menstruation at Adabiah 2 Senior High School in Padang in 2025, with a $p\text{-value} = 0.000$.

Based on these findings, it can be concluded that there is a relationship between sleep quality and the incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls during menstruation at Adabiah 2 Senior High School in Padang in 2025. It is advised that adolescent girls maintain their health and manage their time or sleep patterns at night to prevent primary dysmenorrhea.

References : 27 (2013-2024)

Keywords : Sleep Quality, Primary Dysmenorrhea, Teenager

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Dela Puspita

Nim : 2115201002

Program Studi : S1 Kebidanan

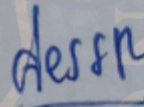
Judul : Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian *Dismenorea primer* Pada Remaja Putri Pada Saat Periode Menstruasi Di SMA Adabiah 2 Padang Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji Seminar Hasil pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informatika Universitas Alifah Padang.

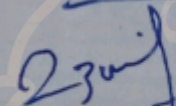
Padang , Juli 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I
Desi Sarli, M. Keb. Ph. D

()

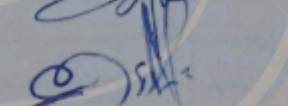
Pembimbing II
Defi Yulita, M. Biomed

()

Penguji I
Dr. Ns. Asmawati, M.Kep, M.KM

()

Penguji II
Arfianingsih Dwi Putri, M. Keb

()

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi



Ns. Syalvia Oresti, M. Kep, Ph. D

PERNYATAAN PENGUJI

Skripsi ini diajukan oleh

Nama : Dela Puspita

Nim : 2115201002

Program Studi : S1 Kebidanan

Judul : Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian *Dismenorea primer* Pada Remaja Putri Pada Saat Periode Menstruasi Di SMA Adabiah 2 Padang Tahun 2025

Telah berhasil dipertahankan dihadapan dewan penguji Seminar Hasil pada Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Dan Teknologi Informatika Universitas Alifah Padang.

Padang , Juli 2025

DEWAN PENGUJI

Pembimbing I

Desi Sarli, M. Keb. Ph. D

Pembimbing II

Defi Yulita, M. Biomed

Penguji I

Dr. Ns. Asmawati, M.Kep, M.KM

Penguji II

Arfianingsih Dwi Putri, M. Keb

Disahkan oleh

Dekan

Fakultas Ilmu Kesehatan dan Teknologi Informasi



Ns. Syalvia Oresti, M. Kep, Ph. D