

SKRIPSI

PENGARUH PEMBERIAN SUSU KEDELAI TERHADAP INTENSITAS *DYSMENORRHEA* PADA MAHASISWI PRODI S1 KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi persyaratan
memperoleh gelar Sarjana Kebidanan



CINTA AULIA AZZAHRA
NIM: 2239059

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN

2026

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul "PENGARUH PEMBERIAN SUSU KEDELAI TERHADAP INTENSITAS *DYSMENORRHEA* PADA MAHASISWI PRODI SI KEBIDANAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN TAHUN 2026" telah disetujui sebagai Skripsi dan dinyatakan memenuhi syarat untuk diseminarkan.

Pasir Pengaraian, 20 Mei 2026

Menyetujui,

Pembimbing



Bdn. Eka Yuli Handayani, SST, M.Kes
NIDN.1024098801

HALAMAN PENGESAHAN
PENGARUIH PEMBERIAN SUSU KEDELAI TERHADAP
INTENSITAS DYSPMINORRHEA PADA MAHASISWI
PRODI S-1 KEBIDANAN FAKULTAS ILMU
KESEHATAN UNIVERSITAS PASIR
PENGARAIAAN TAHUN 2026

Skripsi

Disusun oleh :

Cinta Aulia Azzahra

NIM : 2239059

Diuji dalam Sidang Skripsi Pada Tanggal 20 Mei 2026

Mengetahui
Ketua Penguji



Bdn. Eka Yuli Handayani, SST, M. Kes
NIDN. 1024098801

Penguji I



Bdn. Yuvun Beyelli Fahmi, SST, M. Keb
NIDN. 1008048704

Penguji II



Bdn. Elvira Junita, SST, M. Kes
NIDN. 8838930017

Pasir Pengaraian, 20 Mei 2026
Program Studi Sarjana Kebidanan
Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Pasir Pengaraian

Disahkan Oleh :

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan



Ns. Romy Wahyuny, Skep., M. Kes
NIDN. 1017068404

Disetujui Oleh :

Ketua Program Studi Sarjana Kebidanan



Bdn. Andria, SST, M. Biomed
NIDN. 10080586007

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Cinta Aulia Azzahra

NIM : 2239059

Program Studi : Sarjana Kebidanan

Judul Skripsi : Pengaruh Pemberian susu kedelai Terhadap Intensitas *Dysmenorrhea* pada Mahasiswi Prodi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa skripsi yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan alih tulis atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa skripsi ini hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan sendiri.

Pasir Pengaraian, 20 Mei 2026
Yang Membuat Pernyataan



Cinta Aulla Azzahra

DAFTAR RIWAYAT HIDUP



Nama Lengkap : Cinta Aulia Azzahra
Nim : 2239059
Tempat/Tanggal Lahir : Rambah samo, 18 Oktober 2003
Agama : Islam
Suku/Kebangsaan : Minang
Anak Ke : 1 (anak pertama) dari 2 bersaudara
Alamat Rumah : RT 001, RW 001, Desa Rambah barat, Kec. Rambah
Samo, Kabupaten Rokan Hulu, Provinsi Riau.
No. Handphone : 0823-8532-9910
Email : zahra181003@gmail.com
Riwayat Sekolah : 1. TK Kartini 1 Tahun 2008-2009
2. SDN 002 Rambah Samo Tahun 2009-2016
3. SMPN 01 Rambah Samo Tahun 2016-2019
4. SMAN 01 Rambah Samo Tahun 2019-2022

Data Orangtua :
Nama Ayah : Rendi Sofyan
Tempat/Tanggal Lahir : Brebes, 05 Desember 1975
Pekerjaan : Wiraswasta

Nama Ibu : Novi Amelia
Tempat/Tanggal Lahir : Rambah samo, 29 November 1982
Pekerjaan : Ibu Rumah Tangga

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi ini dengan judul “Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Intensitas *Dysmenorrhea* pada Mahasiswi Prodi SI kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian Tahun 2026”.

Penulis menyadari adanya kekurangan dalam penulisan Skripsi ini, oleh karena itu penulis mengharapkan kritikan dan saran yang membangun untuk kesempurnaan skripsi.

Skripsi ini diajukan untuk memenuhi syarat dalam menyelesaikan tugas akhir Program Studi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. Dalam penyusunan skripsi ini penulis banyak mendapat bantuan dari beberapa pihak oleh sebab itu penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Assoc prof Dr. Hardianto, SPd, M,Pd selaku Rektor Universitas Pasir Pengaraian.
2. Lutfita Nur Alfiah, M.Si Selaku Wakil Rektor I Universitas Pasir Pengaraian.
3. H. Hidayat, MM, Selaku Wakil Rektor II Universitas Pasir Pengaraian.
4. Ns.Romy Wahyuni, S.Kep., M.Kes Selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
5. Bdn. Andria, SST, M. Biomed selaku Ka. Prodi S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian.
6. Bdn. Eka Yuli Handayani, SST, M.Kes selaku Pembimbing penelitian ini yang telah memberikan bimbingan, pengarahan dan petunjuk selama menyelesaikan proposal ini.
7. Bdn. Yuyun Bewelli Fahmi, SST, M.Keb selaku Penguji 1 yang mem. banyak masukan, nasehat, saran dan kritik selama melakukan bimbingan dalam pembuatan skripsi ini.
8. Bdn. Elvira Junita, SST, M.Kes selaku Penguji II yang memberikan banyak masukan, nasehat, saran dan kritik selama melakukan bimbingan dalam pembuatan skripsi ini.

9. Teruntuk kedua Orang tuaku, Ayahanda Rendi, yang telah sekuat tenaga bekerja untuk pemenuhan kebutuhan penulis, yang selalu memberikan dukungan dan motivasi sehingga penulis mampu menyelesaikan dan melewati kesulitan, Panjang umur dan sehat selalu.
10. Untuk Ibu kesayanganku, Ibunda Novi, Terimakasih atas segala do'a, dukungan, yang selalu sabar mendampingi dengan penuh kasih sayang. Ibu adalah segalanya, sosok terdekat dan terbaik dalam hidupku Terimakasih telah hadir sebagai sosok ibu yang luar biasa bagi penulis.
11. Seluruh Dosen dan Civitas Akademika Prodi S-1 Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian yang telah memberikan ilmu serta memfasilitasi dan membantu penulis selama menempuh perkuliahan.
12. Kepada sahabat yang telah banyak memberikan dorongan moral terhadap penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.
13. Terakhir, terimakasih untuk diri sendiri telah berusaha keras dan berjuang sejauh ini.

Akhirnya kepada Allah SWT juga penulis berserah diri dengan harapan semoga proposal ini dapat bermanfaat dan semoga Allah SWT senantiasa melindungi kita semua, aamiin.

Pasir Pengaraian, 20 Mei 2026

Penulis

DAFTAR ISI

Halaman

HALAMAN JUDUL.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PERSETUJUAN.....	Error! Bookmark not defined.
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN.....	iii
DAFTAR RIWAYAT HIDUP.....	vii
KATA PENGANTAR.....	iii
DAFTAR ISI.....	viii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR SKEMA.....	xii
DAFTAR GAMBAR.....	xiii
DAFTAR LAMPIRAN.....	xiv
ABSTRAK.....	xiv
BAB 1 PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
D. Manfaat Penelitian.....	6
E. Keaslian Penelitian.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....	14
A. Tinjauan Teori.....	14
1. Remaja.....	14
2. Menstruasi.....	23
3. Dysminorrhea (Nyeri Haid).....	32

4. Kedelai.....	42
B. Pengaruh Pemberian susu kedelai Terhadap Penurunan Dysminorrhea.....	52
C. Kerangka Teori.....	54
D. Kerangka Konsep.....	55
E. Variabel Penelitian.....	55
F. Hipotesis.....	56
BAB III METODOLOGI PENELITIAN.....	57
A. Jenis dan Rancangan Penelitian.....	57
B. Populasi,Sampel dan Tehnik Sampling.....	58
C. Ruang Lingkup Penelitian.....	59
D. Variabel Penelitian.....	59
E. Aturan Pemberian.....	60
F. Defenisi Operasional.....	60
G. Jenis Pengambilan Data.....	61
H. Teknik Pengumpulan Data.....	61
I. Instrumen Pengambilan Data Penelitian.....	62
J. Pengolahan Data.....	62
K. Analisis Data.....	63
L. Etika Penelitian.....	64
BAB IV HASIL DAN PEMBAHASAN.....	67
A. Hasil Penelitian.....	67
B. Pembahasan.....	69
BAB V KESIMPULAN DAN SARAN.....	73
A. Kesimpulan.....	73

B. Saran.....	74
DAFTAR PUSTAKA.....	67
LAMPIRAN	

DAFTAR TABEL

	Halaman
Tabel 1.1 Keaslian Penelitian.....	7
Tabel 3.1 Desain <i>Quaisy Eksperimental</i>	57
Tabel 3.2 Defenisi Operasion.....	60

DAFTAR SKEMA

Halaman

Skema 2.1 Kerangka Teori.....	54
Skema 2.2 Kerangka Konsep	55

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar 2.1 Siklus Menstruasi	26
Gambar 2.2 Skala VAS	41
Gambar 2.3 Skala NRS	42
Gambar 2.4 Kacang Kedelai	43
Gambar 2.5 Kandungan Isoflavon	47
Gambar 2.6 Kandungan zat gizi kedelai	48
Gambar 2.7 Susu Kedelai	52

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Lembar Persetujuan Menjadi Responden

Lampiran 2. Lembar Observasi

Lampiran 3. Daftar tilik

Lampiran 4. Master Table

Lampiran 5. Lembar Konsultasi

PROGRAM STUDI SARJANA KEBIDANAN

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

UNIVERSITAS PASIR PENGARAIAN

SKRIPSI, 28 Mei 2026

CINTA AULIA AZZAHRA

2239059

**Pengaruh Pemberian Susu Kedelai Terhadap Intensitas *Dysmenorrhea* Pada Mahasiswi
Tingkat II Prodi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Pasir Pengaraian**

111 Halaman, 3 Tabel, 2 Skema, 7 Gambar, 9 Lampiran

ABSTRAK

Dysmenorrhea adalah nyeri menstruasi yang mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari. *Dysmenorrhea* dapat ditangani dengan terapi non farmakologi yaitu konsumsi susu kedelai. Konsumsi susu kedelai dapat menjadi salah satu cara untuk membantu pengurangan nyeri menstruasi, Susu kedelai yang mengandung kalsium dan isoflavon dapat menjadi alternatif terapi nonfarmakologis yang efektif, aman, dan aplikatif bagi remaja putri dalam mengelola nyeri haid, Pemberian susu kedelai berperan terhadap penurunan nyeri *dysmenorrhea* primer pada remaja putri, karena kandungan kalsium dan isoflavon dalam kedelai yang berperan dalam kontraksi otot uterus yang menyebabkan *dysmenorrhea*. Tujuan dilakukan penelitian adalah untuk mengetahui pengaruh pemberian susu kedelai terhadap intensitas *dysmenorrhea* pada mahasiswi tingkat II Prodi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. Jenis penelitian ini adalah penelitian *kuantitatif* dengan Desain Penelitian *Pra Eksperimen* dengan rancangan *One Group Pretest-Posttest*. Sampel dalam penelitian berjumlah 12 orang. Pengambilan sampel menggunakan teknik *Sampling jenuh*. Analisis data menggunakan uji *T Dependent*. Hasil analisis didapatkan bahwa terjadi perubahan intensitas nyeri *dysmenorrhea* sebanyak 12 responden. Rata-rata skala NRS responden sebelum diberikan susu kedelai adalah 5.00 dan setelah diberikan susu kedelai adalah 2.67 dengan rata rata sebelum dan setelah diberikan susu kedelai adalah 2.333 dengan hasil uji *T Dependent* diperoleh $p\text{ value} = 0.000 < 0.05$, hal ini berarti $p\text{ value} < 0.05$. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh pemberian susu kedelai terhadap intensitas *dysmenorrhea* pada mahasiswi tingkat II prodi Sarjana Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Pasir Pengaraian. Diharapkan setelah dilakukan penelitian responden dapat mengkonsumsi susu kedelai untuk menangani *dysmenorrhea* dan menghindari penggunaan teknik farmakologi untuk penanganan *dysmenorrhea*.

Kata Kunci : *Dysmenorrhea*, Susu kedelai, Skala NRS

Referensi : 2022-2025

BACHELOR OF MIDWIFERY STUDY PROGRAM

FACULTY OF HEALTH SCIENCES

UNIVERSITY OF PASIR PENGARAIAAN

THESIS, Mei 2026

CINTA AULIA AZZAHRA

2239059

**The Effect Of Giving Soy Milk On *Dysmenorrhea Intensity* For Students
Of The 2th Grade Students Of The Faculty Bachelor Of Midwifery
Study Program health Sciences University
Of Pasir Pengaraian**

111 Pages, 3 Tables, 2 Schemes, 7 Figures, 9 Appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is menstrual pain that disrupts daily activities. Dysmenorrhea can be treated with non-pharmacological therapy, namely consuming soy milk. Consuming soy milk can be one way to help reduce menstrual pain. Soy milk containing calcium and isoflavones can be an effective, safe, and applicable non-pharmacological therapy alternative for adolescent girls in managing menstrual pain. Giving soy milk plays a role in reducing primary dysmenorrhea pain in adolescent girls, because the calcium and isoflavone content in soybeans plays a role in uterine muscle contractions that cause dysmenorrhea. The purpose of this study was to determine the effect of giving soy milk on the intensity of dysmenorrhea in second-year students of the Bachelor of Midwifery Study Program, Faculty of Health Sciences, Pasir Pengaraian University. This type of research is a quantitative study with a Pre-Experimental Research Design with a One Group Pretest-Posttest design. The sample in the study amounted to 12 people. Sampling used a saturated sampling technique. Data analysis used a Dependent T test. The results of the analysis showed that there was a change in the intensity of dysmenorrhea pain in 12 respondents. The average NRS scale of respondents before being given soy milk was 5.00 and after being given soy milk was 2.67 with an average before and after being given soy milk was 2.333 with the results of the Dependent T test obtained $p \text{ value} = 0.000 < 0.05$, this means $p \text{ value} < 0.05$. So it can be concluded that there is an effect of giving soy milk on the intensity of dysmenorrhea in second-year students of the Bachelor of Midwifery study program, Faculty of Health Sciences, Pasir Pengaraian University. It is hoped that after the study, respondents can consume soy milk to treat dysmenorrhea and avoid the use of pharmacological techniques for treating dysmenorrhea.

Keywords: *Dysmenorrhea* , Soy Milk, NRS Scale

Reference : 2022-2025