

HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN TINGKAT STRESS DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA SISWI SMA YAYASAN PUPUK KALTIM

NUNING WAHYU EKA CAHYANI- 25000118110143
2022-SKRIPSI

Salah satu gangguan menstruasi yang paling sering dirasakan remaja putri adalah dismenore primer. Dismenore primer yang dirasakan remaja putri kerap kali mengganggu aktivitas belajar di sekolah. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dan tingkat stress dengan kejadian dismenore primer pada siswi SMA. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMA YPK. Penelitian ini menggunakan desain studi cross sectional dengan besar sampel sebanyak 167 responden. Instrumen penelitian yang digunakan berupa angket yang disebarakan secara online. Data hasil penelitian dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebanyak 85,5% responden mengalami dismenore, 58,8% memiliki tingkat aktivitas ringan dan 77,1% memiliki tingkat stress kategori sedang. Terdapat hubungan antara tingkat aktivitas fisik ($p\text{-value} = 0,003$) dengan kejadian dismenore primer pada siswi SMA YPK. namun, tidak terdapat hubungan antara tingkat sttress ($p\text{-value} = 0,25$) dengan kejadian dismenore primer pada siswi SMA YPK. Diharapkan kepada siswi untuk menambah kegiatan olahraga kegiatan sekolah untuk mencegah atau mengurangi kejadian dismenore primer.

Kata Kunci : Dismenore, Aktivitas Fisik, Tingkat Stres, Siswi SMA