

SKRIPSI

**KORELASI STRESS TERHADAP INTENSITAS
DISMENORE PADA REMAJA PUTRI KELAS IX DI SMP
NEGERI 1 INDRALAYA**



OLEH

NAMA : RAENYTA MELANI ENDIKA

NIM : 10011282025084

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2024**

SKRIPSI

KORELASI STRESS TERHADAP INTENSITAS DISMENORE PADA REMAJA PUTRI KELAS IX DI SMP NEGERI 1 INDRALAYA

Diajukan untuk memenuhi salah satu syarat untuk memperoleh gelar S1
Sarjana Kesehatan Masyarakat pada Fakultas Kesehatan Masyarakat
Universitas Sriwijaya



OLEH

NAMA : RAENYTA MELANI ENDIKA

NIM : 10011282025084

**PROGRAM STUDI S1 ILMU KESEHATAN MASYARAKAT
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2024**

EPIDEMIOLOGI

FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA

Skripsi, Maret 2024

Raenya Melani Endika; Dibimbing oleh Nurmalia Ermi, S.ST., M.K.M
Korelasi Stress Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX
di SMP Negeri 1 Indralaya

xx + 66 Halaman, 13 tabel, 3 gambar, 7 lampiran

ABSTRAK

Dismenore merupakan salah satu gangguan ginekologis yang paling sering dialami perempuan dan mengakibatkan gangguan dalam aktivitas dan konsentrasi. Banyak factor yang bisa menjadi penyebab meningkatkan intensitas dismenore salah satunya stress. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui korelasi stress terhadap intensitas dismenore pada remaja putri kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya. Desain penelitian ini adalah survei analitik dengan pendekatan *Cross sectional*, data yang digunakan yaitu data primer yang diperoleh dari pengisian kuesioner. Teknik pengambilan sampling menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 103 siswi. Analisis data menggunakan *uji Korelasi Sperman Rank*. Hasil siswi dengan intensitas nyeri ringan sebesar 52,4%. Siswi dengan tingkat stres sedang sebesar 34%. Siswi dengan aktivitas fisik berat sebesar 53,3%. Siswi dengan usia menarche normal sebesar 69,9%. Siswi dengan lama menstruasi normal sebesar 91,3%. Hasil statistik korelasi stress terhadap intensitas dismenore ($p=0,768$), korelasi aktivitas fisik terhadap dismenore ($p=0,390$), korelasi lama menstruasi terhadap intensitas dismenore ($p=0,350$) dan korelasi usia menarche terhadap intensitas dismenore ($p=0,015$). Kesimpulan pada penelitian ini yaitu tidak ada korelasi stress terhadap intensitas dismenore. Hal ini menunjukkan ada factor lain yang menjadi penyebab terjadinya peningkatan intensitas dismenore, sehingga factor stress tidak dapat menjadi faktor tunggal penyebab terjadinya peningkatan intensitas dismenore pada remaja putri. Saran dapat memberikan pengetahuan dan pemahaman tentang stress terhadap intensitas dismenore kepada siswi kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.

Kata Kunci : Nyeri haid (dismenore), stress, remaja putri

Kepustakaan : 67 (2009-2023)

EPIDEMIOLOGY

FACULTY OF PUBLIC HEALTH SRIWIJAYA UNIVERSITY

Thesis, Maret 2024

Raenya Melani Endika; Guided by Nurmalia Ermi, S.ST., M.K.M

Correlation of Stress on the Intensity of Dysmenorrhea in Class IX

Adolescent Girls at SMP Negeri 1 Indralaya

xx + 73 pages, 13 tables, 3 figures, 7 attachments

ABSTRACT

Dysmenorrhea is one of the gynecological disorders most often experienced by women and causes problems in activities and concentration. Many factors can cause increased intensity of dysmenorrhea, one of which is stress. The aim of this research was to determine the correlation of stress with the intensity of dysmenorrhea in class IX teenage girls at SMP Negeri 1 Indralaya. The design of this research is an analytical survey approach Cross sectional, The data used is primary data obtained from filling out questionnaires. The sampling technique used total sampling with a sample size of 103 female students. Data analysis using Sperm Rank Correlation test. The results of students with mild pain intensity were 52.4%. Female students with moderate stress levels were 34%. Female students with heavy physical activity were 53.3%. Female students with normal menarche age were 69.9%. Female students with normal menstrual periods were 91.3%. Statistical results of the correlation between stress and the intensity of dysmenorrhea ($p=0.768$), the correlation between physical activity and dysmenorrhea ($p=0.390$), the correlation between the length of menstruation and the intensity of dysmenorrhea ($p=0.350$) and the correlation between the age of menarche and the intensity of dysmenorrhea ($p=0.015$). The conclusion of this study is that there is no correlation between stress and the intensity of dysmenorrhea. This shows that there are other factors that cause an increase in the intensity of dysmenorrhea, so that stress cannot be the sole factor causing an increase in the intensity of dysmenorrhea in young women. Suggestions can provide knowledge and understanding about stress and the intensity of dysmenorrhea to class IX female students at SMP Negeri 1 Indralaya.

Keywords : Menstrual pain (dysmenorrhea), stress, teenage girls

Bibliography : 67 (2009-2023)

HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME

Saya dengan ini menyatakan bahwa skripsi ini dibuat dengan sejujurnya dengan mengikuti kaidah Etika Akademik FKM Unsri serta menjamin bebas plagiarisme. Bila kemudian diketahui saya melanggar Etika Akademik, maka saya bersedia dinyatakan tidak lulus/gagal.

Indralaya, Maret 2024

Yang bersangkutan,



Raenyta Melani Endika

NIM. 10011282025084

HALAMAN PENGESAHAN

**KORELASI STRESS TERHADAP INTENSITAS DISMENORE
PADA REMAJA PUTRI KELAS IX DI SMP NEGERI 1
INDRALAYA**

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat
Memperoleh Gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat

OLEH :

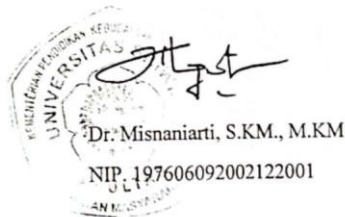
RAENYTA MELANI ENDIKA


10011282025084

Indralaya, Maret 2024

Mengetahui,
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Pembimbing


Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001


Nurmalia Ermi, S.ST., M.KM
NIP 199208022019032020

Dipindai dengan CamScanner

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa skripsi ini dengan judul “Korelasi Stress Terhadap Intensitas Dismenore Pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya” telah dipertahankan dihadapan TIM penguji Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada 2024

Indralaya, Maret 2024

Tim Penguji

Ketua :

1. Dr. Nur Alam Fajar, S.sos., M.Kes
NIP. 196901241993031003

()

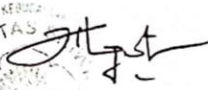
Anggota :

1. Rini Anggraini, S.KM., M.PH
NIP 199001312023212041
2. Nurmalia Ermi, S.ST., M.KM
NIP 199208022019032020

()
()


Mengetahui,

Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat


Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM
NIP. 197606092002122001

Ketua Program Studi

Kesehatan Masyarakat


Asmaripa Ainy, S.Si., M.Kes
NIP 197909152006042005

RIWAYAT HIDUP

Data Pribadi

Nama : Raenya Melani Endika
NIM : 10011282025084
Tempat dan Tanggal Lahir : Majalengka, 24 November 2002
Agama : Islam
Jenis Kelamin : Perempuan
Alamat : Blok Pon 1 RT/RW 01/03, Desa Jerukleuet,
Kecamatan Sindangwangi, Kabupaten Majalengka
No. Telepon/HP : 085721918004
Email : raenyame@gmail.com
Nama Orang Tua
Ayah : Suteja
Ibu : Hayati

Riwayat Pendidikan

2018 – 2014 : SDN Jerukleuet
2014 – 2017 : MTS Daarul Uluum PUI Majalengka
2017 – 2020 : SMAIQ Al-Bahjah Cirebon
2020 – Sekarang

Riwayat Organisasi

2018 – 2019 : Anggota LDF BKM Adz-Dzikra
2020 – 2021 : Anggota LDK Nadwah

KATA PENGANTAR

Dengan menyebut nama Allah SWT yang Maha Pengasih dan Maha Penyayang, puji syukur atas kehadiran Allah SWT yang telah melimpahkan rahmat, taufik dan hidayah-Nya, sehingga penulis dapat menyelesaikan karya tulis ilmiah skripsi dengan judul “Korelasi Stress Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya” untuk memenuhi syarat mencapai gelar Sarjana Kesehatan Masyarakat di Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya. Proses penyelesaian skripsi ini tidak lepas dari bimbingan, bantuan, dukungan dan do’a dari berbagai pihak. Maka, penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada :

1. Allah SWT yang telah memberi nikmat, sehat, kekuatan dan kelancaran dalam proses penyelesaian skripsi.
2. Keluarga penulis, Ayah, Ibu, Kaka, Adik dan Kaka Ipar yang selalu memberikan do’a, nasihat, dukungan dalam setiap langkah pengerjaan skripsi, sehingga penulis dapat menyelesaikan studi dan skripsi dengan baik.
3. Ibu Dr. Misnaniarti, S.K.M., M.K.M selaku dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
4. Ibu Nurmalia Ermi, S.ST., M.K.M selaku dosen pembimbing, Bapak Nuralam Fajar, S.Sos., M.Kes selaku penguji 1 dan Ibu Rini Anggraini, S.K.M., M.P.H selaku penguji 2 yang selalu sabar dalam membimbing penulis.
5. Ibu Yolandan, seluruh guru dan staff di SMP Negeri 1 Indralaya yang telah banyak membantu penulis dalam pengumpulan data dan telah memberi semangat kepada penulis.
6. Para dosen dan staff civitas akademik Fakultas Kesehatan Masyarakat yang telah memberikan banyak ilmu dan bantuan kepada penulis selama di bangku perkuliahan

7. Teman Seperjuangan Epidemiologi Angkatan 2020 yang selalu memberi semangat kepada penulis.
8. 3 orang sahabat saya yang sudah membantu dan yang selalu memberikan semangat kepada penulis agar bisa lulus dengan cepat.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dalam penyusunan skripsi ini dan masih jauh dari kata sempurna. Penulis berharap skripsi ini dapat memberi manfaat dan wawasan. Oleh karena itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang baik dan membangun. Akhir kata penulis ucapkan terima kasih, semoga skripsi ini dapat bermanfaat dan memberikan banyak informasi.

Indralaya, Maret 2024

]



Raenyta Melani Endika

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai civitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Raenya Melani Endika
NIM : 10011282025084
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan hak kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Non eksklusif** (*None-exclusive Royalty Free Right*) atas karya ilmiah saya yang berjudul :

KORELASI STRESS TERHADAP INTENSITAS DISMENORE PADA REMAJA PUTRI KELAS IX DI SMP NEGERI 1 INDRALAYA

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan). Dengan Hak Bebas Royalty Non Eksklusif ini, Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/format kan, mengelola dalam bentuk pangkalan data (database), merawat dan mempublikasikan tugas akhir saya selama tetap mencantumkan nama saya sebagai penulis/pencipta dan sebagai pemilik hak cipta.
Demikian pernyataan saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat: di Indralaya

Pada Tanggal : Maret 2024

Yang Menyatakan

Raenya Melani Endika

10011282025084

DAFTAR ISI

ABSTRAK	iii
ABSTRACT	iv
HALAMAN PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	v
HALAMAN PENGESAHAN	vi
HALAMAN PERSETUJUAN	vii
RIWAYAT HIDUP	viii
KATA PENGANTAR	x
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI	xi
DAFTAR ISI	xii
DAFTAR TABEL	xvii
DAFTAR GAMBAR	xviii
DAFTAR SINGKATAN	xix
DAFTAR LAMPIRAN	xx
BAB 1 PENDAHULUAN	1
1.2 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	6
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum	6
1.3.2 Tujuan Khusus	6
1.4 Manfaat.....	7
1.4.1 Bagi Peneliti	7
1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat.....	7
1.4.3 Bagi Responden.....	7
1.5 Ruang Lingkup.....	7

1.5.1	Lingkup lokasi	7
1.5.2	Lingkup waktu.....	7
1.5.3	Lingkup Materi.....	7
BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....		8
2.1	Menstruasi	8
2.1.1	Definisi Menstruasi	8
2.1.2	Siklus Menstruasi	8
2.1.4	Gangguan Menstruasi.....	10
2.2	Dismenore	11
2.2.1	Definisi Dismenore	11
2.2.2	Klasifikasi Dismenorea	12
2.2.3	Etiologi Dismenore Primer.....	13
2.2.4	Patofisiologi Dismenore.....	14
2.2.5	Potret Klinis Dismenore	15
2.2.6	Derajat Dismenore.....	16
2.3	Stress	16
2.3.1	Definisi Stress	16
2.3.2	Jenis-jenis Stress	17
2.3.3	Dampak Stress	18
2.3.4	Klasifikasi Stress	18
2.3.5	Pengukuran Stress	19
2.4	Aktivitas Fisik	19
2.4.1	Definisi Aktifitas Fisik	19
2.4.2	Jenis-jenis Aktivitas Fisik	19
2.4.3	Manfaat Aktivitas Fisik.....	21
2.4.4	Pengukuran Aktivitas Fisik	21

2.5 Penelitian Terdahulu Terkait Hubungan Tingkat Stress dengan Kejadian Dismenore.....	23
2.6 Kerangka Teori.....	28
2.7 Kerangka Konsep.....	29
2.8 Definisi Operasional	30
2.9 Hipotesis.....	31
BAB III METODE PENELITIAN	33
3.1 Desain Penelitian	32
3.2 Populasi dan Sample Penelitian	32
3.2.1 Populasi	32
3.2.2 Sampel.....	33
3.2.3 Besar Sampel.....	34
3.2.4 Teknik Pengambilan Sampel.....	35
3.3 Jenis, Cara dan Pengumpulan data	35
3.3.2 Jenis Pengumpulan Data	35
3.3.1 Cara Pengumpulan Data.....	36
3.3.3 Alat Pengumpulan Data.....	36
3.4. Pengolahan Data.....	37
3.5 Validitas dan Reabilitas.....	37
3.6 Analisis dan Penyajian Data.....	38
3.6.1 Analisis Data.....	38
3.6.2 Penyajian Data.....	40
BAB IV HASIL PENELITIAN.....	41
4.1 Gambaran umum lokasi penelitian.....	41
4.2 Analisis Univarit.....	41
4.2.1 Karakteristik intensitas dismenore, stress, aktivitas fisik, usia menarche dan lama menstruasi.....	42
4.2.2 Intensitas Dismenore.....	43

4.2.3	Stress.....	43
4.2.4	Aktivitas Fisik.....	43
4.2.5	Usia Menarche.....	44
4.2.6	Lama Menstruasi.....	44
4.3	Analisis Bivariat.....	45
4.3.1	Korlasi Stress Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	45
4.3.2	Korelasi Aktivitas Fisik Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	45
4.3.3	Korelasi Usia Menarche Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	46
4.3.4	Korelasi Lama Menstruasi Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	47
BAB V PEMBAHASAN.....		48
5.1	Keterbatasan Penelitian.....	48
5.2	Pembahasan.....	48
5.2.1	Intensitas Dismenore.....	48
5.2.2	Stres.....	49
5.2.3	Pengaruh Stress Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri KelaS IX SMP Negeri 1 Indralaya.....	51
5.2.4	Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	52
5.2.5	Pengaruh Usia Menarche Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	53
5.2.6	Pengaruh Lama Menstruasi Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	55
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....		56
6.1	Kesimpulan.....	56
6.2	Saran.....	56
DAFTAR PUSTAKA.....		59

LAMPIRAN.....66

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Penelitian Terdahulu.....	22
Tabel 2.2 Definisi Operasional.....	32
Tabel 3.1 Penentu bentuk sampel.....	37
Tabel 4.1 Karakteristik intensitas dismenore, stress, aktivitas fisik, usia menarche dan lama menstruasi.....	44
Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Intensitas Disemenore pada Siswi Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	45
Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Stress pada Siswi Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	45
Tabel 4.3 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik pada Siswi Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	46
Tabel 4.4 Distribusi Frekuensi Usia Menarche pada Siswi Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	46
Tabel 4.5 Distribusi Frekuensi Lama Menstruasi pada Siswi Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	46
Tabel 4.6 Pengaruh Stress Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	47
Tabel 4.7 Pengaruh Aktivitas Fisik Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	48
Tabel 4.8 Pengaruh Usia Menarche Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	49
Tabel 4.9 Pengaruh Lama Menstruasi Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.....	50

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	23
Gambar 2.2 Kerangka Konsep	29
Gambar 3.1 Bagan pengambilan populasi-sampel.....	35

DAFTAR SINGKATAN

NRS	: Numeric Rating Scale
WHO	: World Health Organization
GPAQ	: Global Physical Questionnaire
DASS	: Depression Anxiety Stress Scale
MET	: Metabolic Equivalen
PG	: Prostagladin
FSH	: Follicle Stimulating Hormone
HCG	: Human Chorionic Gonadotropin
IMT	: Indeks Masa Tubuh

DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1. Informed Consent
- Lampiran 2. Kuesioner Penelitian
- Lampiran 3. Sertifikat Kaji Etik
- Lampiran 4. Surat Izin Penelitian
- Lampiran 5. Analisis Univariat
- Lampiran 6. Analisis Bivariat
- Lampiran 7. Lampiran Dokumentasi Penelitian

BAB 1

PENDAHULUAN

1.2 Latar Belakang

Masa peralihan dari anak-anak ke dewasa yang disebut masa remaja ditandai dengan perkembangan biologis dan psikologis (Sirupa, Wantania and Suparman, 2016). Remaja berusia 10 hingga 24 tahun dikelompokkan dengan membagi penduduk menjadi tiga kelompok, yaitu remaja awal (11–14 tahun), remaja pertengahan (14–17 tahun), dan remaja akhir (17–20 tahun) (Wulandari, 2014). Menurut WHO, usia remaja berkisar antara 10 hingga 19 tahun, dan merupakan masa ketika anak-anak menjadi remaja dan kemudian menjadi dewasa. Perubahan hormonal, fisik, psikologis, dan sosial terjadi selama masa remaja dimana menstruasi merupakan indikator pubertas pada remaja putri (Batubara, 2016).

Dismenore merupakan nyeri perut yang berasal dari kram rahim yang terjadi saat menstruasi. Nyeri perut ini dimulai bersamaan dengan dimulainya menstruasi dan berlangsung hingga mencapai puncak nyeri. Ada dua jenis dismenore yaitu primer dan sekunder (Noor et al., 2010). Dismenore primer adalah suatu kondisi yang menyebabkan nyeri atau kram perut bagian bawah sebelum atau selama menstruasi tanpa adanya kelainan panggul yang mendasarinya dan menjalar ke punggung atau kaki. Dismenore primer biasanya terjadi pada seorang wanita yang mengalami menarche setelah 2-3 tahun dan bisa mencapai umur 15-25 tahun. Frekuensi akan menurun dengan bertambahnya usia dan akan berhenti setelah melahirkan. Peningkatan kadar prostaglandin (PG), khususnya PGF₂, yang menyebabkan kontraksi miometrium, merupakan penyebab utama dismenore primer kontraksi miometrium secara hebat dan mengurangi aliran darah yang menyebabkan iskemia sel miometrium timbulnya nyeri spasmodic (Nuraini, Sa'diah and Fitriany, 2021).

Berdasarkan data dari WHO (2019) prevalensi dismenore biasanya terjadi pada remaja sekitar 16,8 - 81%. Di sebagian besar negara Eropa, dismenore terjadi sekitar 45 - 97% wanita. Negara Finlandia memiliki prevalensi tertinggi sebesar 94% dan Bulgaria memiliki prevalensi terendah 8,8%. Menurut penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat pada tahun 2019, 91% siswa sekolah menengah (berusia 14 hingga 18 tahun) menderita dismenore, yang mana berdampak sebesar 55% dari mereka yang mempengaruhi akademiknya dan 26% di antaranya banyak siswa yang tidak mengikuti pembelajaran di kelas. Dismenore diakui sebagai dampak yang besar bagi remaja yang menyebabkan mereka kerap tidak mengikuti proses pembelajaran di kelas.

Menurut Riskesdas (2010) kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% yang mengalami dismenore primer dan 9,36% mengalami dismenore sekunder. Data Riskesdas tahun 2016 kejadian dismenore sebanyak 64,25% dari jumlah wanita usia subur pada tahun (2019) sedangkan, angka kejadian dismenore di Indonesia masih tinggi sebesar 64,25% (Riskesdas, 2019). Berdasarkan data yang didapat dari Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir tahun 2018 menyatakan bahwa 64,3% mengalami dismenore saat menstruasi dan ditahun 2019 kejadian dismenore pada remaja putri didapat sebesar 66,3% sedangkan untuk tahun 2020 angka kejadian dismenore tetap di angka 66,3% (Dinkes Kabupaten Ogan Ilir, 2018).

Dampak dari dismenore yang tidak segera diobati ialah dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, retrograde menstruasi, infertilitas (kemandulan), kehamilan tidak terdeteksi, pecahnya ektopik, pecahnya kista, perforasi rahim dari IUD, dan infeksi (Ridwan, 2015). Nyeri haid yang dialami saat proses belajar mengajar menjadi penyebab terganggunya aktivitas belajar remaja putri karena ketidaknyamanan yang mereka alami saat nyeri haid dan remaja putri merasa kesulitan untuk fokus, untuk mencegah dampak tersebut maka dismenore pada remaja harus diatasi (Awal Isgiyanto, 2009).

Dismenore pada remaja sering kali disebabkan oleh beberapa faktor, salah satunya salah stress yang merupakan komponen psikologis. Stres adalah respons fisiologis dan psikologis yang terjadi secara alami terhadap tekanan

internal dan eksternal. Remaja yang berusia antara 12 hingga 15 tahun merupakan kelompok yang paling rentan mengalami stres berat. Remaja perempuan lebih kecil kemungkinannya tdk mengalami kesedihan atau suasana hati yang buruk dibandingkan remaja laki-laki yang seiring bertambahnya usia. Stres disebabkan oleh beberapa hal. Remaja yang menderita dismenore sering kali mengalami gejala yang lebih parah khususnya seringkali mengalami emosi yang tidak stabil akibat kurangnya pengetahuan mereka tentang proses menstruasi. Mereka juga sering mengalami masalah dari lingkungan rumah dan sekolah sehingga dapat memperparah tingkat stress yang mana akan menyebabkan gangguan fungsi sistem endokrin sehingga meningkatkan kontraksi otot rahim dan meningkatkan persepsi nyeri sepanjang siklus menstruasi (Mivanda, Follona and Aticeh, 2023).

Faktor yang mempengaruhi disemenore salah satunya stress. Stress merupakan salah satu penyebab psikologis dismenore. Stress merupakan reaksi individu terhadap situasi atau peristiwa yang mengancam dan mengganggu kemampuan seseorang. Stres dapat mengganggu kemampuan fungsi sistem endokrin, yang dapat menyebabkan dismenore dan menstruasi tidak teratur (Utami *et al.*, 2021). Penelitian yang dilakukan Sri Rejeki dan Hayati (2019) salah satunya ialah faktor stress yang menunjukkan bahwa penelitian dengan menggunakan uji korelasi Rank Spearman didapatkan koefisien korelasi sebesar - 0,345 dengan nilai *p-value* sebesar 0,006 ($p < 0,05$) sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian dismenore primer. Hasil penelitian ini menunjukkan tingkat stress siswi dapat memperburuk kejadian dismenore primer pada siswi kelas VIII SMPN 3 Sragi. Dalam penelitian ini juga mengatakan tidak ada siswi yang mengalami tingkat stress berat karena siswi selalu terbuka dengan teman sekelasnya sehingga mereka tidak sangat terbebani dengan masalah yang mereka miliki (Sri Rejeki and Hayati, 2019).

Faktor lainnya yang mempengaruhi dismenore seperti aktivitas fisik, usia menarche dan lama menstruasi. Aktivitas fisik didefinisikan sebagai kegiatan sehari-hari yang dilakukan oleh responden yang meliputi olahraga, kegiatan diwaktu bekerja, serta kegiatan diwaktu luang yang mengakibatkan pemakaian energi dalam tubuh (Wibawati, 2021). Peneliitian yang dilakukan Kadek Dwi

Ariesthi (2020) ditemukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan kejadian dismenore pada remaja putri di Kota Kupang. Hasil dari penelitian ini banyaknya siswi yang beraktivitas rendah dan sedang. Rendahnya aktivitas fisik disebabkan oleh banyak faktor seperti capek, bosan, malas, tidak memiliki alat olahraga, dan tidak ada waktu. Melakukan aktivitas fisik secara rutin atau melakukan olahraga akan menghasilkan hormone endorphin. Hormon ini berfungsi sebagai obat penenang sehingga menimbulkan rasa nyaman (Kadek Dwi Ariesthi, 2020).

Selanjutnya penelitian mengenai usia menarche yang dilakukan oleh Savitri (2019) pada siswi SMP Negeri 2 Sawan angka kejadian dismenore paling tinggi terjadi pada usia menarche dini yakni sebanyak 21 orang sedangkan usia menarche normal sebanyak 18 orang. Hasil analisis korelasi menunjukkan nilai $p=0,005$, maka terdapat hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenore dengan tingkat korelasi rendah ($r = 0,341$). Rendahnya tingkat korelasi dapat disebabkan karena adanya faktor lain yang mendukung seperti kurangnya kebiasaan olahraga, riwayat keluarga dengan dismenore dan yang belum pernah melahirkan (Savitri, Citrawathi and Dewi, 2019). Hal ini juga dikatakan oleh Malisa Arini (2018) bahwa usia menarche salah satu penyebab dismenore karena sistem reproduksi wanita belum siap mengalami perubahan dan leher rahim masih menyempit, hal itu dapat memungkinkan terjadinya dismenore yang akibatnya timbul rasa tidak nyaman saat menstruasi (Ariani, 2018).

Adapun hasil penelitian mengenai lama menstruasi berdasarkan penelitian yang dilakukan Nurul Maoliza menemukan bahwa dari 57 remaja putri di MTs Negeri 3 Medan Tahun 2019, dengan lama menstruasi normal yang mengalami dismenore sebanyak 16 orang (28,1%), dan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 11 orang (19,3%). Sedangkan lama menstruasi tidak normal yang mengalami dismenore sebanyak 26 orang (45,6%), dan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 4 orang (7,0%) dan nilai $p = 0,033$. Dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan lama menstruasi dengan dismenore di MTs Negeri 3 Medan Tahun 2019. Menstruasi yang normal biasanya berlangsung 4–7 hari dengan jumlah darahnya 30–80 ml. Menstruasi yang berkepanjangan

menyebabkan peningkatan kontraksi rahim dan pelepasan prostaglandin. Produksi prostaglandin yang berlebihan menyebabkan nyeri, sedangkan kontraksi uterus yang terus-menerus akan memutus suplai darah uterus dan menyebabkan dismenore (Mouliza, 2020). Stres yang dialami oleh remaja bisa disebabkan oleh banyak hal diantaranya stress dapat dipicu karena mau menghadapi ujian, stres karena kehilangan atau bertengkar dengan pacar, atau orang yang disayangi bisa membuat remaja menjadi stress, jika terlalu dipikirkan kemudian kehidupan sekolah juga menjadi salah satu faktor penyebab stres pada remaja. (Windastiwi, Pujiastuti and Mundarti, 2019).

Meskipun penyebab pasti dari dismenore primer masih belum jelas, beberapa teori menyatakan bahwa hal tersebut mungkin disebabkan oleh peningkatan produksi prostaglandin. Dismenore primer dimulai 6 sampai 12 bulan setelah menarcho. Menarcho dapat terjadi pada semua usia antara 10 sampai 16 tahun, namun biasanya terjadi antara usia 11 sampai 12 tahun (Ammar, 2016). Dismenore primer seringkali tidak berbahaya, namun dapat mengganggu wanita yang mengidapnya. Setiap wanita akan mengalami rasa sakit yang berbeda-beda, begitu pula kadar gangguannya, meskipun beberapa masih dapat melakukan aktivitas (Proverawati, 2009).

Kejadian dismenore ini kurang mendapat perhatian dari diri sendiri dan masyarakat karena mereka hanya menganggap nyeri sebagai respon yang wajar. Meskipun dismenore dapat membuat seseorang merasa lelah, pucat, dan tidak dapat fokus, sehingga berdampak negative pada kegiatan sehari-hari yang membuat seseorang sulit melakukan aktivitas sehari-hari (seperti sekolah, bekerja, dan aktivitas lainnya) (Khotimah, Kirnantoro and Endang Cahyawati, 2016). Belum banyak konsistensi hasil penelitian tentang korelasi stress terhadap intensitas dismenore pada remaja putri kelas IX SMP, dari itu peneliti tertarik melakukan penelitian terkait “Korelasi Stress Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya”.

1.2 Rumusan Masalah

Masalah pada menstruasi yang sering dialami remaja putri adalah dismenore. Dismenore yang dialami saat proses belajar mengajar menjadi penyebab terganggunya aktivitas belajar remaja putri karena ketidaknyamanan yang mereka alami saat nyeri haid, remaja putri merasa kesulitan untuk fokus. Untuk mencegah dampak tersebut maka dismenore pada remaja harus diatasi (Awal Isgiyanto, 2009). Untuk mencegah masalah yang lebih serius, pengobatan dismenore pada remaja harus dilakukan, meskipun hanya dengan pengobatan sendiri atau pengobatan nonfarmakologis. Tingginya prevalensi dismenore dan dampak yang ditimbulkan mendorong perlunya identifikasi faktor resiko terkait. Namun, dari hasil penelitian mengenai korelasi stress terhadap intensitas dismenore itu tidak selalu konsisten. Berdasarkan uraian diatas, dapat dikemukakan pertanyaan penelitian sebagai berikut. Apakah ada korelasi stress terhadap intensitas dismenore pada remaja putri kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya?

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Mengetahui Korelasi Stress Terhadap Intensitas Dismenore pada Remaja Putri Kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

1. Mengetahui gambaran stress dan intensitas dismenore pada siswi kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya
2. Mengetahui gambaran aktivitas fisik, usia menarche dan lama menstruasi pada siswi kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya
3. Menganalisis korelasi stress terhadap intensitas dismenore pada siswi kelas IX di SMP Negeri 1 Indralaya
4. Menganalisis korelasi aktivitas fisik, usia menarche dan lama menstruasi terhadap intensitas dismenore pada siswi IX di SMP Negeri 1 Indralaya.

1.4 Manfaat

1.4.1 Bagi Peneliti

Penelitian ini berpotensi menambah pemahaman kita dengan memberikan informasi baru dan menerapkan apa yang telah dipelajari selama masa perkuliahan, khususnya berkaitan dengan korelasi antara tingkat stres remaja putri dengan intensitas dismenore yang mereka alami.

1.4.2 Bagi Fakultas Kesehatan Masyarakat

Diharapkan dengan adanya hasil penelitian ini dapat bermanfaat sebagai khasanah wacana kepustakaan, digunakan untuk menambah sumber bacaan di perpustakaan serta bagi pihak institusi untuk mengaplikasikan semua ilmu yang didapat dari masyarakat.

1.4.3 Bagi Responden

Untuk mencegah dampak negatif terhadap kondisi menstruasi remaja putri, diharapkan remaja putri lebih memperhatikan kondisi kesehatan reproduksinya terutama saat sedang menstruasi.

1.5 Ruang Lingkup

1.5.1 Lingkup lokasi

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 1 Indralaya yang berada di Jl. Lintas Timur Km.35 Indralaya Mulia, Kecamatan Indralaya, Kabupaten Ogan Ilir, Provinsi Sumatera Selatan.

1.5.2 Lingkup waktu

Data primer pada penelitian ini dikumpulkan pada bulan Desember 2023 - Januari 2023 dengan menggunakan kuesioner.

1.5.3 Lingkup Materi

Penelitian ini membahas tentang korelasi stress terhadap intensitas dismenore pada remaja putri yang sudah mengalami menstruasi.

DAFTAR PUSTAKA

- Afiya, M.P. *et al.* (2023) 'Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di Pondok Pesantren Ushuludin Lampung Selatan', *Proceeding of The 16th University Research Colloquium 2022: Bidang MIPA dan Kesehatan*, pp. 989–1000.
- Ammar, U.R. (2016) 'Faktor Risiko Dismenore Primer pada Wanita Usia Subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya', *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(1), pp. 37–49. Available at: <https://doi.org/10.20473/jbe.v4i1.37-49>.
- Ariani, M. (2018) 'Hubungan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri Kelas Viii Di Smp Negeri 9 Banjarmasin', *Jurnal Kampus STIKES YPIB Majalengka*, 6(2), pp. 81–88. Available at: <https://doi.org/10.51997/jk.v6i2.18>.
- Arista, M.P. (2017) *Hubungan Tingkat stres dengan Kejadian Dysmenorrea pada Remaja Putri di MAN 1 Kota Madiun, Doctoral dissertation*. Stikes Bhakti Husada Mulia Madiun.
- Awal Isgiyanto (2009) *Teknik pengambilan sampel pada penelitian non-eksperimental*. Yogyakarta: Mitra Cendikia Press.
- Batubara, J.R. (2016) 'Adolescent Development (Perkembangan Remaja)', *Sari Pediatri*, 12(1), p. 21. Available at: <https://doi.org/10.14238/sp12.1.2010.21-9>.
- Beddu, S., Mukarramah, S. and Lestahulu, V. (2015) 'Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche Dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri', *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*, 1(1), pp. 16–21. Available at: <https://doi.org/10.36749/seajom.v1i1.53>.
- Begum, M., Das, S. and Sharma, H.K. (2016) 'Menstrual Disorders: Causes and Natural Remedies ', *J Pharm Chem Biol Sci*, 4(August), pp. 307–320. Available at: http://jpcbs.info/2016_4_2_20_Monawara.pdf.
- Busse, A.L. *et al.* (2009) 'Physical activity and cognition in the elderly: A review', *Dementia & Neuropsychologia*, 3(3), pp. 204–208. Available at:

<https://doi.org/10.1590/s1980-57642009dn30300005>.

- Cahyaningsih, A. *et al.* (2021) ‘Hubungan Kualitas Tidur, Status Gizi, dan Tingkat Stres dengan Derajat Dismenore Primer pada Remaja Putri Kelas X di SMAN 7 Malang’, *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*, 1(3), pp. 133–144.
- Devi, N. (2012) *Gizi Saat Sindrom Menstruasi*. Jakarta: Bhuana Ilmu Popular.
- Dinkes Kabupaten Ogan Ilir (2018) *Profil Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir, Diakses pada tanggal 8 Desember 2021*.
- Dito Anurogo, A.W. (2011) *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
- Effendi, I.S. dan S. (2011) ‘Kenali Stress’, in Tim Balai Pustaka (ed.). Jakarta: PT Balai Pustaka (Persero), p. 96.
- Endris, A. (2017) *Ensiklopedi Kesehatan 1: Penyakit*. Kubu Buku.
- Fasya, A. *et al.* (2022) ‘Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenorea Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran’, *Jurnal Ilmiah Permas ...*, 12, pp. 511–526.
- Hamrik, Z. *et al.* (2014) ‘Physical activity and sedentary behaviour in Czech adults: Results from the GPAQ study’, *European Journal of Sport Science*, 14(2), pp. 193–198. Available at: <https://doi.org/10.1080/17461391.2013.822565>.
- Hidayanti, R. (2023) ‘Hubungan usia menarche dan tingkat stres dengan kejadian nyeri haid pada remaja putri di smpn 1 kotabaru kabupaten karawang’.
- Indarna, A. A., & Lediawati, L. (2021) ‘Usia Menarche dan Lamanya Menstruasi dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi Kelas X Di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang’, *Journal of Nursing and Public Health*, Vol. 9(Oktober), pp. 1–7.
- Itani, R. *et al.* (2022) ‘Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment Updates’, *Korean Journal of Family Medicine*, 43(2), pp. 101–108. Available at: <https://doi.org/10.4082/kjfm.21.0103>.
- Jumala, N. (2021) *Bimbingan Konseling Islam: Memahami Drama Kehidupan Remaja*. Surabaya: Cipta Media Nusantara.
- Kadek Dwi Ariesthi, H.N.F.A.Y.P. (2020) ‘PENGARUH INDEKS MASSA TUBUH (IMT) DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN

- DISMENORE PADA REMAJA PUTRI DI KOTA KUPANG', 4(April), pp. 166–172. Available at: www.jurnalwijaya.com.
- Katolik, S. and Vincentius, S. (no date) 'PRIMER PADA MAHASISWI PRODI ILMU KEPERAWATAN STIKES DI SURABAYA', pp. 44–52.
- Khotimah, H., Kirnantoro, K. and Endang Cahyawati, F. (2016) 'Pengetahuan Remaja Putri tentang Menstruasi dengan Sikap Menghadapi Dismenore Kelas XI di SMA Muhammadiyah 7, Yogyakarta', *Jurnal Ners dan Kebidanan Indonesia*, 2(3), p. 136. Available at: [https://doi.org/10.21927/jnki.2014.2\(3\).136-140](https://doi.org/10.21927/jnki.2014.2(3).136-140).
- Kojo, N.H., Kaunang, T.M.D. and Rattu, A.J.M. (2021) 'Hubungan Faktor-faktor yang Berperan untuk Terjadinya Dismenore pada Remaja Putri di Era Normal Baru', *e-CliniC*, 9(2), p. 429. Available at: <https://doi.org/10.35790/ecl.v9i2.34433>.
- Kusmiran, E. (2011) *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Jakarta: Salemba Medika.
- Lamtiar, R.R., Rumahorbo, D.B. and Roderthani, I.L. (2022) 'Hubungan Stres Terhadap Dismenore Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Hkbp Nommensen Medan', *Nommensen Journal of Medicine*, 8(1), pp. 54–57. Available at: <https://doi.org/10.36655/njm.v8i1.776>.
- Larasati, T. A., A. and Alatas, F. (2016) 'Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja', *Majority*, 5(3), pp. 79–84.
- Lauralee Sherwood (2014) 'Fisiologi manusia dari sel ke sistem Edisi ke 8', in. Jakarta: Jakarta EGC.
- Leni, M. (2021) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Dysmenorrhea Primer Pada Remaja Putri', *Citra Delima Scientific journal of Citra Internasional Institute*, 5(2), pp. 86–94. Available at: <https://doi.org/10.33862/citradelima.v5i2.267>.
- Lovindo, S.H & Lovibond, P.F. 1995 (1995) *No Title*. Psychology, *Manual for the Depressions Anxiety Stress Scale ed.* Psychology. Sydney.
- Mahendro Prasetyo Kusumo (2020) *BUKU PEMANTAUAN AKTIVITAS FISIK*. Yogyakarta: The Journal Publishing.

- Marlanti, S.A., Haniyah, S. and Murniati (2021) 'Hubungan antara Tingkat Stres Akademik dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Harapan Bangsa', ... *Nasional Penelitian dan ...*, pp. 257–265. Available at: <https://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPKM/article/view/799%0Ahttps://prosiding.uhb.ac.id/index.php/SNPPKM/article/download/799/225>.
- Mia Fatma Ekasari, Ni Made Riasmini, T.H. (2019) *MENINGKATKAN KUALITAS HIDUP LANSIA KONSEP DAN BERBAGAI INTERVENSI*. WINEKA MEDIA.
- Mivanda, D., Follona, W. and Aticeh, A. (2023) 'Hubungan Tingkat Stres dan Perilaku Konsumsi Makanan Cepat Saji Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri', *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(1), p. 34. Available at: <https://doi.org/10.24853/myjm.4.1.34-46>.
- Mouliza, N. (2020) 'Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di MTS Negeri 3 Medan Tahun 2019', *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), p. 545. Available at: <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.912>.
- Mukhtar, A. (2021) *Stress kerja dan Kinerja di Lembaga Perbank Syariah*. PT. Nasya Expanding Management.
- Nadila, S. and Trisna, N. (2023) 'Hubungan konsumsi fast food, stress dan aktivitas fisik dengan kejadian dismenorea pada remaja putri', *Isjmh*, 2(8), pp. 779–787. Available at: <http://dohara.or.id/index.php/hsk%7C>.
- Notoatmodjo, S. (2018) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Nur Milawati (2020) *HUBUNGAN ANTARA AKTIVITAS FISIK DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP NYERI PADA SISWI DISMENOREA DI SMA NEGERI 21 MAKASSAR*. Universitas Hasanuddin.
- Nuraini, S., Sa'diah, Y.S. and Fitriany, E. (2021) 'Hubungan Usia Menarche, Status Gizi, Stres dan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Dismenorea Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman', *Jurnal Sains dan Kesehatan*, 3(3), pp. 443–450. Available at: <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i3.398>.

- Nurwana, Sabilu, Y. and Fachlevy, A.F. (2017) 'Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Disminorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 8 Kendari Tahun 2016', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(6), p. 185630.
- Proverawati, A. (2009) *Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Merdika. Available at: <http://kin.perpusnas.go.id/DisplayData.aspx?pId=316&pRegionCode=PLTKSB&pClientId=115>.
- Putri Dwi Silviana (2012) *Silvana PD. Hubungan antara karakteristik individu, aktivitas fisik, dan konsumsi produk susu dengan dysmenorrhea primer pada mahasiswi FIK dan FKM UI Depok tahun 2012*. Universitas Indonesia.
- Ridwan (2015) 'Metode Akupresur Untuk Meredakan Nyeri Haid M.', *Jurnal Kesehatan Metro Sai Wawa*, 8(1), pp. 51–56.
- Rilando, D. (2019) *5 langkah Jitu Kendalikan Stress*. Observer Of Life.
- Riskesdas (2019) *Profile Kesehatan Indonesia, Diakses pada tanggal 18 Desember 2021*.
- Rully, P., Hidayati, S.R. and Indriyanti (2015) 'Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenore Pada Wanita Usia Subu', *Jurnal Nexus Pendidikan Kedokteran dan Kesehatan*, 3(4), pp. 1–15.
- Rusli, Y., Angelina, Y. and Hadiyanto, H. (2019) 'Hubungan Tingkat Stres dan Intensitas Dismenore pada Mahasiswi di Sebuah Fakultas Kedokteran di Jakarta', *eJournal Kedokteran Indonesia*, 7(2), pp. 122–126. Available at: <https://doi.org/10.23886/ejki.7.10101>.
- Rustam, E. (2015) 'Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) dan Cara Penanggulangannya', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(1), pp. 286–290. Available at: <https://doi.org/10.25077/jka.v4i1.236>.
- Salamah, U. (2019) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore', *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(03), pp. 123–127. Available at: <https://doi.org/10.33221/jiki.v9i03.382>.
- Salsabila, H. (2022) *Hubungan Tingkat stres dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian*

Dismenore pada Mahasiswi Tingkat Akhir Di Stikes Hang Tuah Surabaya.
STIKES Hang Tuah Surabaya.

- De Sanctis, V. *et al.* (2016) 'Dysmenorrhea in adolescents and young adults: A review in different countries', *Acta Biomedica*, 87(3), pp. 233–246.
- Savitri, N.P., Citrawathi, D., and Dewi, N.P.S. (2019) 'Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Siswi SMP Negeri 2 Sawan', *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*, 6(2), pp. 93–102.
- Shella Ayu Wandira, A.G.A. (2021) *Merubah Stigma Sosial pada Seseorang Dengan Covid-19*. CV Literasi Nusantara Abadi.
- Silvana, P.D. (2012) 'Hubungan Antara Karakteristik Individu, Aktivitas Fisik, Dan Konsumsi Produk Susu Dengan Dysmenorrhea Primer Pada Mahasiswi FIK Dan FKM UI Depok', *Skripsi Universitas Indonesia*, p. 15.
- Sirupa, T.A., Wantania, J.J.E. and Suparman, E. (2016) 'Tentang Kesehatan Reproduksi', *e-clinical (eCl)*, 4, pp. 90–101.
- Sri Rejeki, N.K. and Hayati, R.Y. (2019) 'Gambaran Tingkat Stres Dan Karakteristik Remaja Putri Dengan Kejadian Dismenore Primer', *Jurnal Kebidanan*, 8(1), p. 50. Available at: <https://doi.org/10.26714/jk.8.1.2019.50-55>.
- Sugiyono (2017) *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: ALFABETA.
- Susmiati (2021) *Sosial Capital : Solusi Praktis Menurunkan Stigma dan Stress Psikologis Pengobatan Kusta*. Zifatama Jawa.
- Suwarnisih, Agustin, K. and CahyaningtyasAnindhita, Y. (2017) 'Hubungan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMP N 17 Surakarta', *Maternal*, 2(1), pp. 46–54. Available at: https://ejurnal.stikesmhk.ac.id/index.php/jurnal_ilmiah_maternal/article/view/576/515.
- Swarjana, I.K. (2015) *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Yogyakarta: Metodologi Penelitian Kesehatan.
- Theodorus Sudimin, Stevanus Hardiyarso, G.D.W. (2020) *Melindungi Martabat Manusia (Bahan Kuliah Teologi Moral Hidup)*. SCU Knowledge Media.

- Tina Gustina (2015) *Hubungan antara usia menarche dan lama menstruasi dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMK Negeri 4 Surakarta*. Universitas Muhammadiyah Surakarta.
- Utami, A. *et al.* (2021) ‘Anemia pada Remaja Putri’, *Fakultas Kedokteran Universitas Diponegoro*, 1(2), p. 47. Available at: http://doc-pak.undip.ac.id/12690/1/Modul_Anemia.pdf.
- Wibawati, F.H. (2021) ‘Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi di SMK Kesehatan Pelita Kabupaten Bogor’, *Jurnal Ilmiah Wijaya*, 13(2), pp. 1–10. Available at: www.jurnalwijaya.com.
- Widagdo (2017) *Masalah dan Tatalaksana Penyakit anak dengan Nyeri Perut*. Jakarta: Usakti.
- Windastiwi, W., Pujiastuti, W. and Mundarti (2019) ‘Abdominal stretching exercise 1) Student of Diploma Programme Midwifery Magelang 2)’, *Jurnal Kebidanan*, 6(12), pp. 17–26.
- Wulandari, A. (2014) ‘Karakteristik Pertumbuhan Perkembangan Remaja dan Implikasinya Terhadap Masalah Kesehatan dan Keperawatannya’, *Jurnal Keperawatan Anak*, 2, pp. 39–43. Available at: <https://jurnal.unimus.ac.id/index.php/JKA/article/view/3954>.
- Yelvita, F.S. (2022) *HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI PENDIDIKAN DOKTER UIN MAULANA MALIK IBRAHIM MALANG*. Universitas Islam Negri Maulana Malik Ibrahim Malang.