

SKRIPSI

HUBUNGAN KEJADIAN DISMENORE DENGAN KUALITAS HIDUP PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 INDRALAYA



OLEH

**NAMA : RAISA HANDRA
NIM : 10011282025075**

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2024**

SKRIPSI

HUBUNGAN KEJADIAN DISMENORE DENGAN KUALITAS HIDUP PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 INDRALAYA

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



OLEH

NAMA : RAISA HANDRA

NIM : 10011282025075

**PROGRAM STUDI KESEHATAN MASYARAKAT (S1)
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT
UNIVERSITAS SRIWIJAYA
2024**

**BIOSTATISTIK DAN INFORMASI KESEHATAN
FAKULTAS KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS SRIWIJAYA
Skripsi, Maret 2024**

Raisa Handra; Dibimbing oleh Yeni, S.KM., M.KM.

**Hubungan Kejadian Dismenore dengan Kualitas Hidup pada Remaja Putri di
SMA Negeri 1 Indralaya**

xv + 54 halaman, 3 tabel, 2 gambar, 8 lampiran

ABSTRAK

Dismenore adalah salah satu masalah yang mungkin dialami wanita selama menstruasi. Dismenore mempengaruhi aktivitas pada remaja putri. Rasa nyeri yang diakibatkan oleh kejadian dismenore dapat membuat kualitas belajar pada sekolah tidak maksimal dan dapat mempengaruhi kualitas hidup mereka. Penelitian ini ingin mengetahui hubungan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup pada remaja putri di SMA Negeri 1 Indralaya. Penelitian ini menggunakan desain *cross-sectional* dan bersifat analitik observasional. Banyak sampel dari penelitian ini adalah 100 responden. Analisis pada penelitian ini yaitu univariat, bivariat, dan multivariat. Hasil penelitian mengungkapkan bahwa ada 58% remaja putri yang memiliki kualitas hidup buruk, 35% remaja yang mengalami kejadian dismenore serta 91,4% remaja putri yang mengalami dismenore memiliki kualitas hidup buruk. Hasil pengujian statistik menunjukkan bahwa kejadian dismenore ($p\text{-value} = <0,0001$) dan tingkat stres ($p\text{-value} = 0,008$) ada hubungan dengan kualitas hidup pada remaja putri. Remaja putri yang dismenore memiliki kemungkinan 19,080 kali lebih tinggi untuk mempunyai kualitas hidup buruk setelah dikontrol variabel usia menarche, status gizi dan tingkat stres (95% CI = 4,329 – 84,091). Sesuai dengan penelitian ini, kejadian dismenore memiliki hubungan yang signifikan dengan kualitas hidup remaja putri di SMA Negeri 1 Indralaya. Disarankan remaja putri lebih memperhatikan tubuhnya dan mengatur pola makan untuk mencapai berat badan ideal serta mengelola stres dengan baik sehingga dapat menurunkan kemungkinan terjadinya dismenore dan kualitas hidup pun meningkat.

Kata kunci : dismenore; kualitas hidup; remaja putri

Kepustakaan : 77 (1975 – 2023)

BIostatistics and Health Information
FACULTY OF PUBLIC HEALTH SRIWIJAYA UNIVERSITY
Thesis, March 2024

Raisa Handra; Guided by Yeni, S.KM., M.KM.

Relationship between Dysmenorrhea and Quality of Life in Adolescent Girls at SMA Negeri 1 Indralaya

xv + 54 pages, 3 tables, 2 figures, 8 appendices

ABSTRACT

Dysmenorrhea is one of the issues that women may experience throughout their menstruation. Dysmenorrhea can produce pain that can make the quality of learning at school not optimal and can affect their quality of life. The purpose of this study is to ascertain how the quality of life of teenage girls enrolled in SMA Negeri 1 Indralaya is related to the incidence of dysmenorrhea. This research used a cross-sectional design and is analytically observational. This study's sample size was 100. The present investigation employs univariate, bivariate, and multivariate analyses. Results revealed that there were 58% of adolescent girls had a poor quality of life, 35% of adolescents experienced the incidence of dysmenorrhea, and 91,4% of adolescent girls with dysmenorrhea had a poor quality of life. Outcomes of statistical tests show that the incidence of dysmenorrhea (p -value = $<0,0001$) also stress levels (p -value = $0,008$) are associated with quality of life in adolescent girls. Adolescent girls who experience dysmenorrhea have a 19,080 times higher risk of having poor quality of life after controlling for age at menarche, nutritional status, and stress level (95% CI = 4,329 – 84,091). As per this research, the quality of life of adolescent girls at SMA Negeri 1 Indralaya is significantly relationship to the occurrence of dysmenorrhea. Adolescent girls should be advised to focus more on their bodies and regulate their diet to achieve ideal weight and manage stress well so that they can lower the possibility of dysmenorrhea and increase their quality of life.

Keywords : *dysmenorrhea; quality of life; adolescent girls*

Literature : *77 (1975 - 2023)*

LEMBAR 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



Raisa Handra

NIM. 10011282025075

HALAMAN PENGESAHAN

HUBUNGAN KEJADIAN DISMENORE DENGAN KUALITAS HIDUP PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 INDRALAYA

SKRIPSI

Diajukan Untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Memperoleh Gelar Sarjana
Kesehatan Masyarakat

Oleh :
RAISA HANDRA
10011282025075

Indralaya, Maret 2024
Pembimbing

Mengetahui
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat



Yeni, S.K.M., M.K.M.
NIP. 198806282023212026

HALAMAN PERSETUJUAN

Karya tulis ilmiah berupa Skripsi ini dengan judul "Hubungan Kejadian Dismenore dengan Kualitas Hidup pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Indralaya" telah dipertahankan di hadapan Tim Penguji Skripsi Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya pada tanggal 20 Maret 2024

Indralaya, 2024

Tim Penguji Skripsi

Ketua

1. Feranita Utama, S.KM., M.Kes.
NIP. 198808092018032002

(*Feranita*)

Anggota :

1. Nurmalia Ermi, S.ST., M.KM.
NIP. 199208022019032020
2. Yeni, S.KM., M.KM.
NIP. 198806282023212026

(*Nurmalia*)

(*Yeni*)

Mengetahui
Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat

Koordinator Program Studi
Kesehatan Masyarakat



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

RIWAYAT HIDUP

Nama : Raisa Handra
NIM : 10011282025075
Tempat/Tanggal Lahir : Lubuklinggau, 21 Oktober 2002
Jenis Kelamin : Perempuan
Agama : Islam
Alamat : Perumnas Tanjung Aman, Kec. Lubuklinggau
Barat 1, Kota Lubuklinggau, Sumatera
Selatan
Email : raisahandra21@gmail.com
Nama Orang Tua
Ayah : Handra Hidayat
Ibu : Febriyanti
Riwayat Pendidikan : TK Aisyiyah Lubuklinggau (2007-2008)
SD Negeri 17 Lubuklinggau (2008 – 2014)
SMP Negeri 1 Lubuklinggau (2014 – 2017)
SMA Negeri 1 Lubuklinggau (2017 – 2020)
FKM UNSRI (2020 – Sekarang)

KATA PENGANTAR

Puji Syukur dan terima kasih penulis ucapkan kepada Allah SWT, karena atas berkat dan rahmat-Nya penulis dapat menyelesaikan skripsi yang berjudul “Hubungan Kejadian Dismenore dengan Kualitas Hidup pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Indralaya” dengan baik. Dalam penyusunan skripsi ini, tak terlepas dari bantuan, dukungan, motivasi dari berbagai pihak yang penulis terima. Untuk itu, pada kesempatan ini penulis ingin mengucapkan terima kasih kepada:

1. Allah SWT yang telah memberikan nikmat sehat, kesabaran, kemudahan, sehingga penulis bisa menyelesaikan skripsi ini dengan baik.
2. Orang tua tersayang yaitu ibunda Febriyanti dan ayahanda Handra Hidayat. Terima kasih atas limpahan kasih sayang dan cinta yang tulus, doa yang tak pernah putus, materi, motivasi, nasehat, perhatian, pengorbanan, semangat yang diberikan selalu membuat penulis selalu bersyukur telah memiliki keluarga yang luar biasa
3. Saudara-saudara penulis (Uni Zia, Dapon, Fadhil, Naufal dan Yasmin) yang telah memberikan dukungan, semangat serta perhatian kepada penulis.
4. Ibu Dr. Misnaniarti, S.KM., M.KM selaku Dekan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya.
5. Ibu Yeni, S.KM., M.KM selaku dosen pembimbing dan dosen di peminatan biostatistik yang telah memberikan banyak ilmu kepada penulis, dan telah memberikan arahan serta masukan yang sangat berarti dalam penyelesaian skripsi ini. Terima kasih banyak penulis ucapkan kepada ibu atas waktunya untuk memberikan saran, nasehat dan bimbingan kepada penulis.
6. Ibu Amrina Rosyada S.KM., M.PH dan Ibu Indah Purnama Sari, S.K.M., M.KM selaku dosen di peminatan biostatistik telah bersedia memberikan ilmu, saran, dan bimbingan kepada penulis selama masa perkuliahan.
7. Seluruh dosen, staf, dan karyawan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya yang telah memberikan ilmu, pengetahuan dan bantuan selama masa perkuliahan.

8. Teman-teman peminatan Biostatistik angkatan 2020 (Maulidia Rahmah, Rahima Khilda, Venny Agustia). Terima kasih telah berbagi ilmu dan sama-sama berjuang selama di peminatan hingga akhir ini.
9. Semua pihak yang telah membantu, memberikan semangat serta doanya kepada penulis yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu. Terima kasih banyak.
10. Last but not least, terima kasih kepada diri saya sendiri yang telah berusaha semaksimal mungkin dalam mengerjakan skripsi ini. Terima kasih karena tidak menyerah dan terima kasih karena selalu percaya pada diri sendiri.

Penulis menyadari bahwasanya skripsi ini masih jauh dari kata sempurna. Oleh karena itu, penulis meminta saran, arahan, dan kritikan dalam menyempurnakan skripsi ini. Harapannya skripsi ini dapat memberikan manfaat bagi semua pihak. Terima kasih.

Indralaya, 2024

Penulis

Raisa Handra

LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS

Sebagai sivitas akademik Universitas Sriwijaya, saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Raisa Handra
NIM : 10011282025075
Program Studi : Ilmu Kesehatan Masyarakat
Fakultas : Kesehatan Masyarakat
Jenis Karya Ilmiah : Skripsi

Dengan ini menyatakan menyetujui untuk memberikan kepada Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Sriwijaya **Hak Bebas Royalti Non eksklusif (*Non-exclusive Royalty Free Right*)** atas karya ilmiah saya yang berjudul:

Hubungan Kejadian Dismenore dengan Kualitas Hidup pada Remaja Putri di
SMA Negeri 1 Indralaya

Beserta perangkat yang ada (jika diperlukan) dengan Hak Bebas Royalti Non eksklusif ini Universitas Sriwijaya berhak menyimpan, mengalih media/formatkan, 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 ini saya buat dengan sebenarnya.

Dibuat di Indralaya
Pada tanggal Maret 2024
Yang Menyatakan

Raisa Handra
NIM. 10011282025075

DAFTAR ISI

ABSTRAK	i
<i>ABSTRACT</i>	ii
LEMBAR PERNYATAAN BEBAS PLAGIARISME	iii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iv
HALAMAN PERSETUJUAN.....	v
RIWAYAT HIDUP.....	vi
KATA PENGANTAR	vii
LEMBAR PERNYATAAN PERSETUJUAN PUBLIKASI TUGAS AKHIR UNTUK KEPENTINGAN AKADEMIS	ix
DAFTAR ISI.....	x
DAFTAR TABEL.....	xiii
DAFTAR GAMBAR	xiv
DAFTAR LAMPIRAN.....	xv
BAB I PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	4
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1.3.1 Tujuan Umum	4
1.3.2 Tujuan Khusus	4
1.4 Manfaat Penelitian.....	4
1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti.....	4
1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan.....	5
1.4.3 Manfaat Bagi Remaja Putri.....	5
1.5 Ruang Lingkup Penelitian	5
1.5.1 Ruang Lingkup Tempat.....	5
1.5.2 Ruang Lingkup Waktu	5
1.5.3 Ruang Lingkup Materi	5
BAB II ARTIKEL ILMIAH	6
2.1 Kualitas Hidup.....	6
2.1.1 Definisi Kualitas Hidup.....	6
2.1.2 Dimensi Kualitas Hidup.....	6
2.1.3 Faktor yang Mempengaruhi Kualitas Hidup.....	7
2.1.4 Pengukuran Kualitas Hidup	7
2.2 Dismenore	8
2.2.1 Pengertian Dismenore	8

2.2.2	Klasifikasi Dismenore	8
2.2.3	Faktor Risiko Dismenore	9
2.2.4	Derajat Dismenore	11
2.2.5	Pengukuran Dismenore	11
2.3	Status Gizi	11
2.3.1	Pengertian Status Gizi	11
2.3.2	Penilaian Status Gizi Pada Remaja	12
2.3.3	Klasifikasi Status Gizi.....	12
2.4	Aktivitas Fisik	12
2.4.1	Pengertian Aktivitas Fisik	12
2.4.2	Jenis-Jenis Aktivitas Fisik.....	13
2.4.3	Manfaat Aktivitas Fisik.....	14
2.4.4	Pengukuran Aktivitas Fisik.....	14
2.5	Stres	15
2.5.1	Pengertian Stres.....	15
2.5.2	Gejala dan Dampak Stres	15
2.5.3	Tingkat Stres	15
2.5.4	Pengukuran Stres.....	16
2.6	Penelitian Terdahulu.....	18
2.7	Kerangka Teori.....	22
2.8	Kerangka Konsep	23
2.9	Definisi Operasional.....	23
2.10	Hipotesis	26
2.11	Artikel Ilmiah	27
BAB III PEMBAHASAN		36
3.1	Keterbatasan Penelitian	36
3.2	Pembahasan	36
3.2.1	Kualitas Hidup	36
3.2.2	Dismenore	37
3.2.3	Hubungan Kejadian Dismenore dengan Kualitas Hidup Pada Remaja Putri	39
BAB IV KESIMPULAN DAN SARAN		43
4.1	Kesimpulan.....	43
4.2	Saran.....	43

DAFTAR PUSTAKA	45
LAMPIRAN	54

DAFTAR TABEL

Tabel 2.1 Skala likert dalam kuesioner pedsQL teens report 13-18 age.....	8
Tabel 2.2 Klasifikasi Status Gizi (IMT/U).....	12
Tabel 2. 3 Definisi Operasional	23

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Kerangka Teori.....	22
Gambar 2.2 Kerangka Konsep.....	23

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1. Sertifikat Kaji Etik.....	1
Lampiran 2. Izin Penelitian	2
Lampiran 3. Izin Penelitian Dinas Pendidikan.....	3
Lampiran 4. Izin Penelitian Kesbangpol.....	4
Lampiran 5. Lembar Bimbingan	5
Lampiran 6. Kuesioner Penelitian.....	6
Lampiran 7. Dokumentasi Penelitian	13
Lampiran 8. Output Penelitian	14

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Manusia mengalami tahapan yang berbeda dalam proses perkembangannya, termasuk fase remaja yang merupakan periode transisi menuju kedewasaan. Masa remaja merupakan peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa. Berdasarkan definisi yang disajikan oleh WHO, remaja adalah kelompok individu yang berusia antara 10 hingga 19 tahun. (Juliana, Rompas and Onibala, 2019). Pubertas menandai tahapan perkembangan pada masa remaja. Secara umum, anak laki-laki biasanya mengalami pubertas antara usia 9 hingga 14 tahun, sedangkan anak perempuan mengalaminya antara usia 9 hingga 12 tahun (Ismail, Salham and Hamidah, 2018). Pada perempuan, pubertas ditandai dengan menstruasi. Menstruasi, atau haid, merujuk pada proses pendarahan berkala dari rahim yang disebabkan oleh pelepasan endometrium. Kesehatan reproduksi pada remaja khususnya remaja putri sangat terkait dengan menstruasi (Saliano, Cynthianoor Fitriana Puteri Zebua, Kadillah Suherry, 2022) Menstruasi pertama atau juga dikenal sebagai menarche, biasanya terjadi antara usia 12 dan 14 tahun (Syam *et al.*, 2022). Keluhan terkait menstruasi sering ditemui pada remaja selama periode awal menarche, dan cenderung berkaitan dengan nyeri haid serta pola siklus menstruasi. (Juliana, Rompas and Onibala, 2019).

Berdasarkan World Health Organization (WHO), 75% perempuan memiliki gangguan menstruasi (Hayya, Wulandari and Sugesti, 2023). Gangguan menstruasi mencakup berbagai kondisi yang berkaitan dengan menstruasi, seperti ketidakaturan lamanya dan volume darah yang keluar selama siklus menstruasi, ketidaknormalan perdarahan di luar siklus menstruasi, serta kondisi terkait menstruasi lainnya seperti *premenstrual syndrome* (PMS) dan dismenore (Novita, 2018). Menurut data WHO, prevalensi dismenore cukup tinggi di seluruh dunia, mempengaruhi lebih dari 50% wanita di setiap negara. Di Indonesia, frekuensi dismenore adalah 64,25%, dengan 54,89% merupakan dismenore primer dan 9,36%

dismenore sekunder. Data Dinas Kesehatan Kabupaten Ogan Ilir menunjukkan bahwa 64,3% Perempuan melaporkan mengalami nyeri selama siklus menstruasi pada tahun 2018 dan 66,3% perempuan mengalami dismenore pada tahun 2019 dan 2020. Penelitian yang dilakukan (Sagita *et al.*, 2023) diketahui bahwa terdapat sebesar 71,7% kejadian dismenore pada remaja putri di SMP Negeri 4 Indralaya Utara Kabupaten Ogan Ilir (Sagita *et al.*, 2023).

Dismenore adalah kondisi medis yang umumnya terjadi pada wanita saat menstruasi atau haid. Kondisi ini dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan memerlukan perawatan. Menurut Pintam (2018), dismenore adalah sensasi nyeri yang terjadi selama menstruasi, disebabkan oleh kontraksi otot uterus saat darah menstruasi dikeluarkan, yang dapat berlangsung selama 32-48 jam. Pada remaja, dismenore lebih sering terjadi sebagai dismenore primer (nyeri menstruasi yang normal), di mana intensitas nyeri tersebut cenderung berkurang setelah melahirkan atau seiring bertambahnya usia. Namun, dalam beberapa kasus dismenore (dikenal sebagai dismenore sekunder) disebabkan oleh faktor penyakit yang terkait dengan organ reproduksi (Qomarasari, 2021). Ada beberapa faktor yang bisa mempengaruhi kejadian dismenore, seperti menarche yang dini, panjangnya siklus menstruasi, kebiasaan merokok atau mengonsumsi alkohol, kurangnya aktivitas fisik, status gizi atau obesitas, dan tingkat stres yang dialami individu. (Salamah, 2019). Faktor lain yang bisa menyebabkan dismenore termasuk riwayat keluarga, karena antara ibu dan anak perempuannya terdapat ikatan genetik yang tidak dapat diputuskan (Hidayanti and Adiwiryo, 2021). Sejak tahun 2000, Pemerintah telah mengimplementasikan kebijakan untuk menjadikan Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR) sebagai program nasional. Program KRR menyediakan akses informasi, layanan konseling, serta pelatihan keterampilan hidup sebagai upaya untuk mendukung remaja dalam menjaga kesehatan reproduksi yang optimal (Lail, 2019).

Dismenore mempengaruhi aktivitas wanita, khususnya remaja putri. Remaja putri yang mengalami dismenore mungkin mengalami gejala seperti nyeri punggung, nyeri perut, mual, mudah tersinggung, masalah kulit, diare, kecemasan, nyeri otot, dan ketegangan. (Ahuja, 2016). Walaupun dismenore tidak menimbulkan ancaman serius terhadap kesehatan, namun bila tidak ditangani dengan baik, kondisi tersebut dapat menyebabkan ketidaknyamanan yang

mengganggu remaja dalam menjalankan aktivitas sehari-hari dan kegiatan yang terkait dengan pendidikan di sekolah. (Sunarti and Lestari, 2023). Selain itu dismenore juga dapat berdampak pada kualitas hidup remaja putri (Sayiner *et al.*, 2017). Ada berbagai faktor yang memiliki pengaruh terhadap kualitas hidup remaja, baik yang bersifat fisik maupun psikologis (Haryono and Kurniasari, 2018). Penelitian menunjukkan bahwa remaja putri yang mengalami dismenore memiliki tingkat kualitas hidup yang rendah, terutama pada dimensi fisik yang menunjukkan nilai terendah dibandingkan dengan dimensi emosional, sosial, dan sekolah. (Dewi, Solehati and Hidayati, 2018).

Berdasarkan penelitian terdahulu, 65,4% remaja putri yang menderita dismenore mempunyai kualitas hidup kurang (Amalia, Norfai and Abdullah, 2023). Menurut definisi World Health Organization (WHO), kualitas hidup adalah persepsi individu terhadap posisi mereka dalam konteks budaya, nilai, dan kehidupan sistem di lingkungan mereka, serta bagaimana hal tersebut berkaitan dengan tujuan, harapan, standar, dan keinginan mereka. Kualitas hidup dibagi menjadi beberapa dimensi, termasuk kesehatan fisik, psikologis, sosial, dan lingkungan sekolah (Asmarani, Syafitri Endang Nurul and Luturmas Amtekabal K, 2022). Kualitas hidup menjadi pertimbangan penting dalam mengevaluasi persepsi individu terhadap pelaksanaan kehidupannya. (Dewi *et al.*, 2021). Setiap remaja yang mengalami dismenore seharusnya dapat menjalankan aktivitas sehari-hari dengan normal, tetapi ketidaknyamanan yang mereka alami justru menghalangi mereka untuk melakukannya. (Dewi, Solehati and Hidayati, 2018). Remaja perempuan yang mengalami dismenore cenderung mengurangi partisipasi dalam aktivitas sekolah, mengalami gangguan selama pembelajaran, dan mengalami pasang surut emosi yang memengaruhi kemampuan mereka untuk berinteraksi sosial dengan teman sebaya. (Amalia, Norfai and Abdullah, 2023). Hal ini membuat fungsi fisik, emosional, sosial dan sekolah dan kualitas hidup menurun ketika seorang remaja menderita dismenore (Amalia, Norfai and Abdullah, 2023).

Bagi remaja, kualitas hidup adalah evaluasi terhadap kepuasan siklus kehidupan, kesenangan dalam kesejahteraan fisik dan mental, termasuk memiliki persepsi positif terhadap diri sendiri, menjalin hubungan yang baik dengan teman dan keluarga, dan kemampuan untuk aktif dalam menyelesaikan tugas-tugas,

terutama di lingkungan sekolah. Akibat dismenore, sebanyak 14% remaja putri menghadapi kesulitan dalam menyelesaikan aktivitas harian, berpartisipasi dalam kegiatan sekolah, atau bahkan absen dari sekolah secara keseluruhan. Dismenore dapat mengganggu konsentrasi dan motivasi belajar sehingga kualitas hidup siswa juga bisa terpengaruh. (Amirul Ihsan, 2015).

1.2 Rumusan Masalah

Dismenore, yang dikenal juga sebagai nyeri haid, merupakan masalah yang sering terjadi pada wanita usia reproduksi, termasuk remaja di Indonesia. Prevalensi dismenore di Indonesia mencapai 64,5%, dengan kasus yang paling umum terjadi pada remaja. Dampak dari dismenore sangat signifikan terhadap kehidupan wanita, seperti mengakibatkan pembatasan aktivitas sehari-hari, penurunan prestasi akademis pada remaja, gangguan tidur, serta berpotensi menyebabkan perubahan suasana hati, kecemasan, dan depresi. Berdasarkan masalah tersebut, maka rumusan masalah pada penelitian ini adalah apakah ada hubungan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup pada remaja putri.

1.3 Tujuan Penelitian

1.3.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup pada remaja putri di SMA Negeri 1 Indralaya.

1.3.2 Tujuan Khusus

- a. Untuk mengetahui gambaran kualitas hidup, kejadian dismenore, usia menarche, status gizi, aktivitas fisik dan tingkat stres pada remaja putri di SMA Negeri 1 Indralaya.
- b. Untuk menganalisis hubungan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup pada remaja putri di SMA Negeri 1 Indralaya.
- c. Untuk menganalisis hubungan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup pada remaja putri di SMA Negeri 1 Indralaya setelah dikontrol oleh usia menarche, status gizi, aktivitas fisik dan tingkat stres.

1.4 Manfaat Penelitian

1.4.1 Manfaat Bagi Peneliti

Penelitian ini diharapkan memberikan kontribusi pada pengetahuan dan pengalaman yang bermanfaat bagi para peneliti dalam merencanakan dan

melaksanakan studi ilmiah di bidang Kesehatan Masyarakat, serta menjadi landasan atau referensi untuk penelitian yang akan dilakukan oleh peneliti selanjutnya.

1.4.2 Manfaat Bagi Institusi Pendidikan

Penelitian ini diharapkan dapat memberikan kontribusi bagi institusi pendidikan dengan hasilnya yang dapat menjadi sumber bacaan dan referensi, serta dapat memberikan gambaran tentang hubungan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup pada remaja putri.

1.4.3 Manfaat Bagi Remaja Putri

Penelitian ini diharapkan menambah pengetahuan dan pemahaman bagi remaja putri tentang hubungan kejadian dismenore dengan kualitas hidup pada remaja putri.

1.5 Ruang Lingkup Penelitian

1.5.1 Ruang Lingkup Tempat

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Indralaya yang berada di Jl. Lintas Sumatra No.Km. 35, Indralaya Mulia, Kec. Indralaya, Kabupaten Ogan Ilir, Sumatera Selatan, kode pos. 30862

1.5.2 Ruang Lingkup Waktu

Penelitian ini menggunakan data primer yang dikumpulkan menggunakan kuesioner dan dilaksanakan pada Januari 2024.

1.5.3 Ruang Lingkup Materi

Materi dalam penelitian ini meliputi kejadian dismenore dan kualitas hidup pada remaja putri.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdelazim, S. S. *et al.* (2020) 'Prevalence of Dysmenorrhea and its Effect on Student's Quality of Life', *Egyptian Journal of Health Care*, 11(4), pp. 1–14. doi: 10.21608/ejhc.2020.124844.
- Adinda Aprilia, T., Noor Prastia, T. and Saputra Nasution, A. (2022) 'Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Di Kota Bogor', *Promotor*, 5(3), pp. 296–309. doi: 10.32832/pro.v5i3.6171.
- Afriany, A. (2019) 'Gender dan Tingkat Nyeri Dismenore : Apakah Dukungan Sosial dan Kecemasan Ikut Berpengaruh?', *Jurnal IAIN Bone*, 12(2), pp. 664–671. Available at: <https://jurnal.iain-bone.ac.id/index.php/annisa/article/view/664>.
- Afrilianti, Y., Anggraini, W. and Warji (2023) 'Hubungan Pola Makan Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Kelas X SMA Muhammadiyah 5 Jakarta', *Jurnal Ilmiah Obsgin*, 15(4), pp. 168–175. Available at: <https://stikes-nhm.e-journal.id/OBJ/index>.
- Ahuja, A. (2016) 'Impact of Dysmenorrhoea on Quality of Life of Adolescent Girls of Chandigarh', *Journal of Child and Adolescent Behaviour*, 4(3), pp. 1–5. doi: 10.4172/2375-4494.1000295.
- Amalia, N. S. L., Norfai and Abdullah (2023) 'Hubungan Kejadian Dismenore dengan Kualitas Hidup Siswi Kelas X dan Kelas XI di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2022', *Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia (MPPKI)*, 6(6), pp. 1150–1156. doi: 10.56338/mppki.v6i6.3076.
- Amirul Ihsan (2015) 'Efektivitas Terapi Murottal Terhadap Perubahan Tingkat Dismenore Pada Mahasiswi Program Studi Keperawatan Universitas Tanjungpura Angkatan 2013', *Jurnal Ilmu Kesehatan*, 53(9), pp. 1689–1699.
- 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. doi: 10.20473/jbe.v4i1.37-49.

- Anjani, R. *et al.* (2023) 'Intervensi Teknik Relaksasi nafal Dalam Terhadap Sytes Dan Adaptasi Pada Mahasiswa', *Jurnal Ilmu Kesehatan: Mandira Cendikia*, 2(6), pp. 13–22. Available at: <https://journal-mandiracendikia.com/jbmc>.
- Ariesthi, K. D., Fitri, H. N. and Paulus, A. Y. (2020) 'Pengaruh Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di Kota Kupang', *Chmk Health Journal*, 4(2), pp. 166–172.
- Asmarani, F. L., Syafitri Endang Nurul and Luturmas Amtekabal K (2022) 'Peningkatan Kualitas Hidup Remaja Perokok Melalui PendidikanKesehatan, Terapi SEFT, dan Aktivitas Fisik', *Prosiding Seminar Nasional Pengabdian Masyarakat*, 1(1), pp. 64–70. Available at: <https://prosiding.respati.ac.id/index.php/psnpm/article/view/478>.
- Aulya, Y., Kundaryanti, R. and Rena, A. (2021) 'Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi di Jakarta Tahun 2021', *Jurnal Menara Medika*, 4(1), pp. 10–21.
- Bachtiar, F. *et al.* (2023) 'Hubungan antara Aktivitas Fisik dengan Kesehatan Mental Remaja di Masa Pandemi Covid-19', *Malahayati Nursing Journal*, 5(2), pp. 503–514. doi: 10.33024/mnj.v5i2.7982.
- Badan Pusat Statistik (2022) 'Berita Resmi Statistik Tahun 2022', *Badan Pusat Statistik*, (62), pp. 1–8.
- Bingku, T. A., Bidjuni, H. and Wowiling, F. (2014) 'Perbedaan Tingkat Stres Mahasiswa Reguler Dengan Mahasiswa Ekstensi Dalam Proses Belajar Di Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Unsrat Manado', *Jurnal Keperawatan*, 2(2).
- Chen, C. X., Draucker, C. B. and Carpenter, J. S. (2018) 'What women say about their dysmenorrhea: A qualitative thematic analysis', *BMC Women's Health*, 18(1), pp. 1–8. doi: 10.1186/s12905-018-0538-8.
- Chesney, M. A. and Tasto, D. L. (1975) 'The development of the menstrual symptom questionnaire', *Behaviour Research and Therapy*, 13(4), pp. 237–244. doi: 10.1016/0005-7967(75)90028-5.

- Dewi, F. I. R. *et al.* (2021) ‘Gambaran Kualitas Kehidupan Remaja (Studi Pada Remaja Di Daerah Gempa Bumi)’, *Jurnal Muara Ilmu Sosial, Humaniora, dan Seni*, 5(1), p. 170. doi: 10.24912/jmishumsen.v5i1.11030.2021.
- Dewi, N. P., Solehati, T. and Hidayati, N. O. (2018) ‘Kualitas Hidup Remaja Yang Mengalami Dismenore’, *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 4(2), pp. 129–142. Available at:
https://jurnal.akfarsam.ac.id/index.php/jim_akfarsam/article/download/192/123/.
- Dharmansyah, D. and Budiana, D. (2021) ‘Indonesian Adaptation of The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ): Psychometric Properties’, *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 7(2), pp. 159–163. doi: 10.17509/jpki.v7i2.39351.
- Endarti, A. T. (2015) ‘Kualitas Hidup Kesehatan: Konsep, Model, dan Penggunaan’, *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 7(2), pp. 97–108.
- Faswita, W. (2019) ‘Gambaran Kualitas Hidup Penderita Diabetes Melitus Tipe II’, *Gambaran Harga Diri Pasien Diabetes Melitus Yang Mengalami Ulkus Diabetik Di Rumah Perawatan Luka Bandung*, 2(1), pp. 131–138. Available at: <http://e-journal.sari-mutiara.ac.id/index.php/Keperawatan/article/view/748>.
- Fathi, M. *et al.* (2022) ‘Dysmenorrhea and Quality of Life: A Cross-sectional Survey Among Medical Students’, *Interventional Pain Medicine and Neuromodulation*, 2(1), pp. 1–5. doi: 10.5812/ipmn-132793.
- Fatmawati, M., Riyanti, E. and Widjanarko, B. (2016) ‘Perilaku Remaja Puteri Dalam Mengatasi Dismenore (Studi Kasus Pada Siswi SMK Negeri 11 Semarang)’, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 4(3), pp. 1036–1043.
- Fernández-Martínez, E., Onieva-Zafra, M. D. and Parra-Fernández, M. L. (2019) ‘The impact of dysmenorrhea on quality of life among Spanish female university students’, *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 16(5). doi: 10.3390/ijerph16050713.
- Haryono, R. H. S. and Kurniasari, K. (2018) ‘Stres akademis berhubungan dengan kualitas hidup pada remaja’, *Jurnal Biomedika dan Kesehatan*, 1(1), pp. 75–84.

doi: 10.18051/jbiomedkes.2018.v1.75-84.

- Haseena, S. (2016) 'Health and Quality of Life Concerns in Adolescent Girls', *IOSR Journal of Humanities And Social Science (IOSR-JHSS)*, 21(10), p. 6. doi: 10.9790/0837-2110090609.
- Hayya, R. F., Wulandari, R. and Sugesti, R. (2023) 'Hubungan Tingkat Stress, Makanan Cepat Saji Dan Aktivitas Fisik Terhadap Siklus Menstruasi Pada Remaja Di Pmb N Jagakarsa', *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), pp. 1338–1355. doi: 10.55681/sentri.v2i4.751.
- Hidayanti, N. and Adiwiryo, R. M. (2021) 'Determinan Gejala Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Jakarta', *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(1), p. 67. doi: 10.31290/jpk.v10i1.2053.
- Ismail, N. M. A., Salham, M. and Hamidah (2018) 'HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN SIKAP REMAJA PUTRI DALAM MENGHADAPI MENARCHE DI SMPN 2 BIAU KABUPATEN BUOL', *Jurnal Kolaboratif Sains*, 1(1), pp. 609–617.
- Jacob, D. E. and Sandjaya (2018) 'Faktor Faktor Yang Mempengaruhi Kualitas Hidup Masyarakat Karubaga District Sub District Tolikara Propinsi Papua', *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK) LP2M Unhas*, 1, pp. 1–15.
- Ju, H., Jones, M. and Mishra, G. (2014) 'The prevalence and risk factors of dysmenorrhea', *Epidemiologic Reviews*, 36(1), pp. 104–113. doi: 10.1093/epirev/mxt009.
- Juliana, I., Rompas, S. and Onibala, F. (2019) 'Hubungan Dismenore Dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja Di Sma N 1 Manado', *Jurnal Keperawatan*, 7(1), pp. 1–8. doi: 10.35790/jkp.v7i1.22895.
- Kemenkes RI (2020) 'Peraturan Menteri Kesehatan RI Nomor 2 Tahun 2020', 2507(February), pp. 1–9.
- Kosim, R., Hardianto, G. and Kasiati, K. (2021) 'Status Gizi Dan Usia Menarche Sebagai Faktor Risiko Dismenorea Pada Remaja Putri Sman 19 Surabaya', *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(3), pp. 204–212. doi:

- 10.20473/imhsj.v3i3.2019.204-212.
- Lail, N. H. (2019) 'Hubungan Status Gizi, Usia Menarche dengan Dismenorea pada Remaja Putri Di SMK K Tahun 2017', *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(02), pp. 88–95. doi: 10.33221/jiki.v9i02.225.
- Lumban Gaol, N. T. (2016) 'Teori Stres: Stimulus, Respons, dan Transaksional', *Buletin Psikologi*, 24(1), p. 1. doi: 10.22146/bpsi.11224.
- Magiera, A. and Pac, A. (2022) 'Determinants of Quality of Life among Adolescents in the Małopolska Region, Poland', *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 19(14). doi: 10.3390/ijerph19148616.
- Mahmud, R. and Uyun, Z. (2016) 'Studi Deskriptif Mengenai Pola Stres Pada Mahasiswa Praktikum', *Jurnal Indigenous*, 1(2), pp. 52–60.
- 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. doi: 10.33087/jiubj.v20i2.912.
- Nikmah, M. (2018) 'Quality of life in patients with thalassemia by using pediatric quality of life inventory 4 . 0 generic core scales instrument at pediatric ward in rumah sakit umum cut meutia aceh utara', *Sari Pediatri*, 20(1), pp. 11–16.
- Novia, I. *et al.* (2008) 'Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer'.
- Novita, R. (2018) 'Hubungan Status Gizi dengan Gangguan Menstruasi pada Remaja Putri di SMA Al-Azhar Surabaya', *Amerta Nutrition*, 2(2), p. 172. doi: 10.20473/amnt.v2i2.2018.172-181.
- Nur, L. and Mugi, H. (2021) 'Tinjauan literatur mengenai stres dalam organisasi', *Jurnal Ilmu Manajemen*, 18(1), pp. 20–30. Available at: <https://journal.uny.ac.id/index.php/jim/article/view/39339/15281>.
- Nurwana, N., Sabilu, Y. and Fachlevy, A. F. (2017) 'Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 8 Kendari Tahun 2016', *Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*, 2(6), pp. 1–14. Available at: <https://www.neliti.com/publications/185630/analisis-faktor-yang->

berhubungan-dengan-kejadian-dismenorea-pada-remaja-putri-di#cite.

- Oktavianto, E. *et al.* (2018) 'Nyeri dan Kecemasan Berhubungan dengan Kualitas Hidup Remaja Dismenore', *Health Sciences and Pharmacy Journal*, 2(1), p. 22. doi: 10.32504/hspj.v2i1.24.
- Prasetyo, K. M. (2020) *Buku Pemantauan Aktivitas Fisik, Yogyakarta: The Journal Publishing.*
- Program State of New Hampshire Employee Assistance (2020) 'Perceived Stress Scale Score', *State of New Hampshire Employee Assistance Program*, p. 2.
- Qomarasari, D. (2021) 'Hubungan Usia Menarche, Makanan Cepat Saji (Fast Food), Stress Dan Olahraga Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Man 2 Lebak Banten', *Bunda Edu-Midwifery Journal (BEMJ)*, 4(2), pp. 30–38. doi: 10.54100/bemj.v4i2.53.
- Retno, S. N. and Amalia, R. (2023) 'Hubungan Status Gizi dengan Terjadinya Dismenore Primer pada Siswi Kelas VIII SMP Negeri 17 Kota Bandar Lampung Tahun 2021', *Jurnal Bidan Mandira Cendikia*, 2(1), pp. 12–18.
- Sadiman (2017) 'ANALISIS FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN DISMENORHEA', *Jurnal Kesehatan*, 8(1), pp. 41–49.
- Sagita, S. *et al.* (2023) 'Hubungan Durasi Menstruasi, Aktifitas Fisik, dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Dismenorhea Pada Remaja Putri', 13(26).
- Salamah, U. (2019) 'Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore', *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(03), pp. 123–127. doi: 10.33221/jiki.v9i03.382.
- Salianto, Cynthianoor Fitriana Puteri Zebua, Kadillah Suherry, S. H. (2022) 'Hubungan Tingkat Stress dengan Siklus Menstruasi pada Remaja Putri (Relationship Stress Levels with Menstrual Cycle in Adolescent Girls)', *Scientific Periodical of Public Health and Coastal Health*, 4(2), pp. 67–81. Available at: <http://e-journal.unair.ac.id/PNJ%7C1JournalHomepage:https://e-journal.unair.ac.id/PMNJ/index>.

- Santi L, M., Nurwela, T. S. and Gerontini, R. (2019) 'HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA MAHASISWI KEPERAWATAN ANGKATAN VI SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) CITRA HUSADA MANDIRI KUPANG (CHMK)', 69(1), pp. 51–59.
- Sapitri, R. *et al.* (2022) 'Faktor yang Berhubungan dengan Status Gizi pada Balita Factors Associated with Nutritional Status in Toddlers', *Prosiding SEMNAS BIO 2022*, pp. 864–869.
- Sari, D., Nurdin, A. E. and Defrin, D. (2015) 'Hubungan Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas', *Jurnal Kesehatan Andalas*, 4(2), pp. 567–570. doi: 10.25077/jka.v4i2.301.
- Sari, T. *et al.* (2023) 'Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Putri', *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, 8(2), pp. 219–221. Available at: <https://doi.org/10.36729/jam.v8i1>.
- Savitri, N. P. ., Citrawathi, D. . and Dewi, N. P. S. . (2019) 'Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche Dengan Kejadian Disminore Siswi SMP Negeri 2 Sawan', *Jurnal Pendidikan Biologi Undiksha*, 6(2), pp. 93–102.
- Sayiner, F. D. *et al.* (2017) 'Relationship between life qualities of adolescents and dysmenorrhoea', *Biomedical Research (India)*, 28(20), pp. 8711–8716.
- Siti Nurbaeti, T. (2019) 'Status Gizi Remaja Di Smkn 1 Indramayu Kabupaten Indramayu', *Abdi Wiralodra : Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 1(1), pp. 31–42. doi: 10.31943/abdi.v1i1.3.
- Sitoayu, L., Pertiwi, D. A. and Mulyani, E. Y. (2017) 'Kecukupan zat gizi makro, status gizi, stres, dan siklus menstruasi pada remaja', *Jurnal Gizi Klinik Indonesia*, 13(3), p. 121. doi: 10.22146/ijcn.17867.
- Sukadiyanto (2019) 'Stress dan Cara Mengatasinya', *Cakrawala Pendidikan*, 29(1), pp. 55–66. Available at: https://www.google.com/url?sa=t&rct=j&q=&esrc=s&source=web&cd=&cad=rja&uact=8&ved=2ahUKEwjUzcyEvdH4AhWuUWwGHWW_C08QFnoEAc

QAQ&url=https%3A%2F%2Fmedia.neliti.com%2Fmedia%2Fpublications%2F82176-none-436d0808.pdf&usg=AOvVaw3tG9IyNsxJJPSYCOUco2zL.

- Sunarti, N. T. S. and Lestari, R. T. (2023) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh dan Olah Raga dengan Kejadian Dismenore', *PubHealth Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 1(3), pp. 201–206. doi: 10.56211/pubhealth.v1i3.204.
- Suwandaru, C. and Hidayat, T. (2021) 'Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Prestasi Belajar Siswa Smk Negeri 1 Surabaya', *Jurnal Pendidikan Olahraga dan Kesehatan V*, 09(1), pp. 113–119. Available at: <https://ejournal.unesa.ac.id/index.php/jurnal-pendidikan-jasmani/article/view/37969>.
- Syam, W. D. P. *et al.* (2022) 'Hubungan Status Gizi terhadap Usia Menarche', *Jurnal Mahasiswa Kedokteran*, 2(5), pp. 359–367. Available at: <https://fmj.fk.umi.ac.id/index.php/fmj/article/view/119/107>.
- Teguh, W. R. P., Azhar, M. B. and Roflin, E. (2019) 'ASSOCIATION OF DYSMENORRHEA AND QUALITY OF LIFE IN FEMALE STUNDENTS AT XAVERIUS I SENIOR HIGH SCHOOL PALEMBANG ACADEMIC YEAR 2018-2019 In general , dysmenorrhea can be divided into immediately after menarche . This can occur dysmenorrhea can decrease . Ac'.
- Trimayasari, D. *et al.* (2014) 'Hubungan Usia Menarche dan Status Gizi Siswi SMP Kelas 2 Dengan Kejadian Dismenore', *Jurnal Obstretika Scientia*, 2(2), pp. 192–211. Available at: <https://ejournal.latansamashiro.ac.id/index.php/OBS/article/view/131/126>.
- Ulva, L. and Fahriza, M. rizqi (2021) 'Faktor penyebab stress dan Dampaknya bagi kesehatan', *Psikologi Kesehatan*, 2(1), p. 12.
- Utami, N. W. A. (2017) 'Modul Antopometri', *Diklat/Modul Antopometri*, 006, pp. 4–36. Available at: https://simdos.unud.ac.id/uploads/file_pendidikan_dir/c5771099d6b4662d9ac299fda52043c0.pdf.
- Utami, T. W. *et al.* (2023) 'Tingkat stres berhubungan dengan burnout orang tua akibat pembelajaran online', *Jurnal Keperawatan Jiwa (JKI)*, 11(1), pp. 163–172.

- Varni, J. W., Burwinkle, T. M. and Seid, M. (2006) 'The PedsQL™ 4.0 as a school population health measure: Feasibility, reliability, and validity', *Quality of Life Research*, 15(2), pp. 203–215. doi: 10.1007/s11136-005-1388-z.
- Wahyuni, R. (2014) 'Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di Beberapa SMA Di Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2013', *Journal e-Biomdedik(eBM)*, 1(4), pp. 161–171.
- Widiyatmoko, F. and Hadi, H. (2018) 'Tingkat Aktivitas Fisik Siswa Di Kota Semarang', *Journal Sport Area*, 3(2), p. 140. doi: 10.25299/sportarea.2018.vol3(2).2245.
- Wong, C. L. (2018) 'Health-related quality of life among Chinese adolescent girls with Dysmenorrhoea', *Reproductive Health*, 15(1), pp. 1–10. doi: 10.1186/s12978-018-0540-5.
- Zulfa, A. I. and Lestari, S. (2022) 'Hubungan Indeks Masa Tubuh (Imt) Dengan Tingkat Dismenore Pada Remaja Putri', *Jurnal Ilmiah Fisioterapi Muhammadiyah*, 2(2), pp. 1–5.