

Nama : Aulia Syafira

NIM : 1052211005

Judul : Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Disminore Primer Pada Remaja Putri Di SMPI Panglima Besar Soedirman Bekasi Tahun 2025

ABSTRAK

Nyeri haid sering menjadi keluhan bagi para perempuan termasuk bagi remaja karena dapat mengganggu aktivitas sehari-hari maupun aktivitas belajarnya di sekolah. Masa remaja hingga sering disebut sebagai periode “badai dan tekanan,” hal tersebut dikarenakan meningkatnya ketegangan emosional akibat perubahan baik secara fisik maupun hormon yang membuat remaja lebih peka serta mudah untuk merasa stres. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dan kejadian dismenore primer pada siswi di SMPI PB. Soedirman Bekasi. Penelitian ini menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Sebanyak 59 siswi yang memenuhi kriteria inklusi dipilih menggunakan teknik *purposive sampling*. Kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini merupakan instrumen baku yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya yaitu DASS-42 untuk kategori tingkat stres dan NRS untuk skala nyeri dismenore. Sebagian besar responden mengalami tingkat stres yang tinggi, dan mayoritas juga melaporkan nyeri haid yang signifikan. Hasil uji *chi-square* menunjukkan nilai *pValue* sebesar 0,000 ($p < 0,005$), yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan kejadian dismenore. Stres diketahui sebagai salah satu faktor yang dapat menyebabkan dismenore primer. Oleh karena itu, dapat disimpulkan bahwa siswi yang mengalami stres lebih berisiko mengalami nyeri haid. Diharapkan para remaja putri dapat mengurangi keluhan dismenore dengan menerapkan manajemen stres yang baik. Serta melakukan pencegahan terhadap faktor risiko dismenore dengan menjaga pola hidup sehat dan seimbang.

Kata Kunci: dismenore, stres, remaja.

Daftar Pustaka : 2019-202

Nama : Aulia Syafira

NIM : 1052211005

Judul : Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Disminore Primer Pada Remaja Putri Di SMPI Panglima Besar Soedirman Bekasi Tahun 2025

ABSTRACT

Menstrual pain is a prevalent complaint among females, particularly adolescents, as it can significantly interfere with daily functioning and academic performance. Adolescence is often described as a period of “storm and stress,” characterized by increased emotional tension resulting from physical and hormonal changes, which render adolescents more vulnerable to stress. The purpose of this study is to find out the relationship between stress levels and the occurrence of primary dysmenorrhea among female students at SMPI PB. Soedirman Bekasi. This research used an analytical observational design with a cross-sectional approach. A total of 59 students who met the inclusion criteria were selected using purposive sampling. The questionnaire used in this study was a standardized tool that had been tested for validity and reliability, namely the DASS-42 to assess stress levels and Numeric Rating Scale (NRS) to measure the intensity of dysmenorrhea pain.. Most of the respondents experienced high levels of stress, and the majority also reported significant menstrual pain. The results of the chi-square test showed a p-value of 0.000 ($p < 0.005$), indicating a significant relationship between stress levels and the occurrence of dysmenorrhea. Stress is known to be one of the contributing factors to primary dysmenorrhea. Therefore, it can be concluded that female students who experience stress are more likely to feel menstrual pain. Adolescent girls are expected to reduce dysmenorrhea symptoms by implementing effective stress management strategies, as well as preventing its risk factors through maintaining a healthy and balanced lifestyle.

Keywords: dysmenorrhea, stress, adolescents.