

## ABSTRAK

**Latar Belakang:** dismenorea primer akan memuncak saat remaja beranjak umur dua puluhan awal. Dismenorea primer adalah salah satu gangguan ginekologi yang mengacu pada nyeri kram pada perut bagian bawah sebelum atau saat menstruasi tanpa adanya patologi. Aktivitas fisik yang tergolong rendah akan memicu produksi hormon prostaglandin yang merupakan penyebab timbulnya nyeri saat menstruasi. **Tujuan penelitian:** untuk mengetahui hubungan antara aktivitas fisik dengan intensitas nyeri dismenorea primer pada mahasiswa fisioterapi. **Metode penelitian:** menggunakan pendekatan penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional* tipe korelasional. Sampel penelitian adalah 40 orang mahasiswa Jurusan Fisioterapi Universitas Dhyana Pura. Data penelitian adalah data primer yang berupa kuesioner. Pengukuran intensitas nyeri menggunakan Numerical Pain Rating Scale (NPRS) dan pengukuran tingkat aktivitas fisik menggunakan International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQSF) versi Bahasa Indonesia. **Hasil penelitian:** uji korelasi *Kendall Tau-b* menunjukkan nilai  $p = 0,109$  ( $p > 0,05$ ) dengan nilai koefisiensi korelasi negatif yang berarti berlawanan arah sehingga jika nilai aktivitas fisik semakin meningkat maka nilai intensitas nyeri akan menurun. **Kesimpulan:** tidak terdapat hubungan yang bermakna antara aktivitas fisik dengan intensitas nyeri dismenorea primer pada Mahasiswa Fisioterapi Universitas Dhyana Pura.

**Kata kunci:** Aktivitas Fisik, Dismenorea Primer

## ABSTRACT

**Background:** primary dysmenorrhea will peak when teenagers are in their early twenties. Primary dysmenorrhea is a gynecological disorder that refers to cramping pain in the lower abdomen before or during menstruation without any pathology. Physical activity that is classified as low will trigger the production of prostaglandin hormones that are the cause of pain during menstruation. **Aim:** the research aims to determine the relationship between physical activity and primary dysmenorrhea pain intensity in female physiotherapy students. **Method:** it used a quantitative research approach with a correlational type cross-sectional research design. The research sample consisted of 40 female students of the physiotherapy department, at Dhyana Pura University. The research data is primary data in the form of questionnaires. Pain intensity measurement used the Numerical Pain Rating Scale (NPRS) and measurement of physical activity level used the Indonesian version of the International Physical Activity Questionnaire Short Form (IPAQSF). **Result:** the Kendall Tau-b correlation test showed a value of  $p = 0.109$  ( $p > 0.05$ ) with a negative correlation coefficient which means the opposite direction so that if the value of physical activity increases, the value of pain intensity will decrease. **Conclusion:** it can be concluded that there is no significant relationship between physical activity and primary dysmenorrhea pain intensity in physiotherapy students at Dhyana Pura University.

**Keywords:** Physical Activity, Primary Dysmenorrhea