

ABSTRAK

Dismenorea primer merupakan salah satu keluhan yang umum dialami oleh mahasiswi dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Dismenorea disebabkan oleh beberapa faktor antara lain *menarche* pada usia lebih awal (kurang dari 12 tahun), lama menstruasi lebih dari normal, mengonsumsi alkohol, aktivitas fisik dan olahraga dan stres. Salah satu faktor yang diduga dapat memperburuk nyeri haid ini adalah tingkat stres. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan antara tingkat stres dengan intensitas nyeri dismenorea primer pada mahasiswi Universitas Dhyana Pura. Metode yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan desain *cross-sectional*. Sampel diperoleh menggunakan metode *purposive sampling* dan diperoleh total sampel sebanyak 40 orang. Data dikumpulkan menggunakan kuesioner *Kessler Psychological Distress Scale (K10)* untuk menilai tingkat stres, dan *Numeric Rating Scale (NRS)* untuk mengukur tingkat nyeri. Hasil penelitian disajikan dalam tabel distribusi frekuensi serta dianalisis menggunakan analisis deskriptif, uji normalitas, uji linearitas, dan uji korelasi. Uji normalitas menunjukkan bahwa data tingkat stres dan intensitas nyeri tidak berdistribusi normal ($p=0,001$ untuk keduanya; $p<0,05$), sehingga analisis dilanjutkan dengan uji non-parametrik menggunakan Spearman's Rho. Hasil analisis menunjukkan adanya korelasi positif yang kuat antara tingkat stres dan intensitas nyeri dismenorea primer ($r=0,757$; $p<0,01$). Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa semakin tinggi tingkat stres, maka semakin tinggi pula intensitas nyeri dismenorea yang dirasakan.

Kata kunci: Stres, Dismenorea Primer, Mahasiswi

ABSTRACT

Primary dysmenorrhea is a common complaint among female college students and can interfere with daily activities. Dysmenorrhea is caused by several factors, including early menarche (before the age of 12), longer than normal menstrual periods, alcohol consumption, physical activity and exercise, and stress. One factor that was thought to exacerbate menstrual pain is stress levels. This study aims to determine the relationship between stress levels and the intensity of primary dysmenorrhea pain in female students at Dhyana Pura University. The method used in this study was quantitative with a cross-sectional design. The sample was obtained using purposive sampling, with a total of 40 participants. Data were collected using the Kessler Psychological Distress Scale (K10) questionnaire to assess stress levels and the Numeric Rating Scale (NRS) to measure pain levels. The results were presented in a frequency distribution table and analyzed using descriptive analysis, a normality test, a linearity test, and a correlation test. The normality test indicated that the stress level and pain intensity data were not normally distributed ($p=0.001$ for both; $p<0.05$), so the analysis was continued with a non-parametric test using Spearman's Rho. The analysis results showed a strong positive correlation between stress levels and the intensity of primary dysmenorrhea pain ($r = 0.757$; $p < 0.01$). Thus, it can be concluded that the higher the stress level, the higher the intensity of dysmenorrhea pain.

Keywords: Stress, Primary Dysmenorrhea, Female University Students