

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN DERAJAT
DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI PROGRAM
STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN
GANESHA**



**OLEH
PANDE KOMANG KRISANTI PRAMIRTI
NIM 2118011042**

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA
2024**



**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN DERAJAT
DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI PROGRAM
STUDI KEDOKTERAN UNIVERSITAS PENDIDIKAN
GANESHA**

SKRIPSI

Diajukan kepada

Universitas Pendidikan Ganesha

**Untuk Memenuhi Salah Satu Persyaratan dalam Menyelesaikan
Program Sarjana Kedokteran**

Oleh

Pande Komang Krisanti Pramirti

NIM 2118011042

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS PENDIDIKAN GANESHA
SINGARAJA**

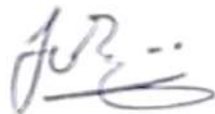
2024

SKRIPSI

DIAJUKAN UNTUK MEMENUHI TUGAS DAN
SYARAT-SYARAT UNTUK
MENCAPAI GELAR SARJANA KEDOKTERAN

Menyetujui,

Pembimbing I,



Dr. dr. Ni Luh Kadek Alit Arsani,
S.Ked., M. Biomed.
NIP. 197502252005012001

Pembimbing II,



dr. Putu Arya Nugraha, Sp.PD,
NIP. 197506012002121009

Skripsi oleh Pande Komang Krisanti Pramirti dengan judul "Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Dismenore Primer pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha" ini telah di pertahankan di depan dewan penguji pada:

Hari: Senin

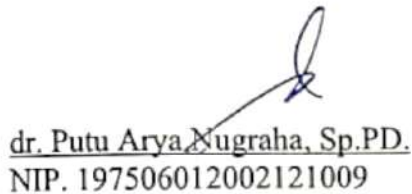
Pada tanggal: 23 Desember 2024

Dewan Penguji



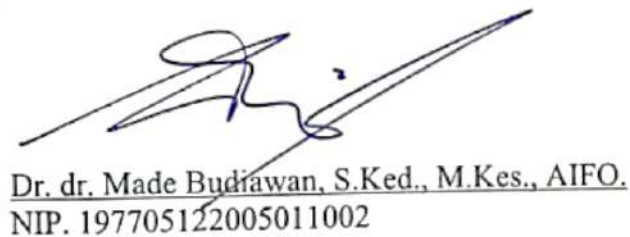
Dr. dr. Ni Luh Kadek Alit Arsani, S.Ked., M. Biomed.
NIP. 197502252005012001

(Ketua)



dr. Putu Arya Nugraha, Sp.PD.
NIP. 197506012002121009

(Anggota)



Dr. dr. Made Budiawan, S.Ked., M.Kes., AIFO.
NIP. 197705122005011002

(Anggota)



dr. Nyoman Intan Permatahati Wiguna, S.Ked., M.Biomed.
NIP. 199207072019032031

(Anggota)

Diterima oleh Panitia Ujian Fakultas Kedokteran
Universitas Pendidikan Ganesha
Guna memenuhi syarat-syarat untuk mencapai gelar sarjana kedokteran

Pada:

Hari : Senin
Tanggal : 23 Desember 2024

Mengetahui,

Ketua Ujian,


Sekretaris Ujian,



Dr. dr. Ni Luh Kadek Alit Arsani, S.Ked., M. Biomed.
NIP. 197502252005012001



dr. Putu Arya Nugraha, Sp.PD.
NIP. 197506012002121009

 Mengesahkan
Dekan Fakultas Kedokteran,



Prof. Dr. M. Ahmad Djojosingito, dr. Sp. OT(K), MHA, MBA, FICS.
NIR. 1942062720180501380

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa karya tulis yang berjudul "Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Dismenore Primer pada Mahasiswi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha" beserta seluruh isinya adalah benar-benar karya sendiri dan saya tidak melakukan penjiplakan dan pengutipan dengan cara-cara yang tidak sesuai dengan etika yang berlaku dalam masyarakat keilmuan. Atas pernyataan ini, saya siap menanggung risiko/sanksi yang dijatuhkan kepada saya apabila kemudian ditemukan adanya pelanggaran atas etika keilmuan atau ada klaim terhadap karya saya ini.

Singaraja, 11 Desember 2024

Yang membuat pernyataan,



Pande Komang Krisanti Pramirti

NIM. 2118011042

PRAKATA

Puji syukur penulis panjatkan ke hadapan Tuhan Yang Maha Esa karena berkat rahmat-Nya, penulis dapat menyelesaikan usulan penelitian yang berjudul “**Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Dismenore Primer pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha**”. Usulan penelitian ini disusun guna memenuhi persyaratan mencapai gelar sarjana kedokteran pada Universitas Pendidikan Ganesha.

Dalam menyelesaikan usulan penelitian ini, penulis banyak mendapat bantuan baik berupa moral maupun material dari berbagai pihak. Oleh karenanya, dalam kesempatan ini penulis hendak mengucapkan terima kasih kepada:

1. Prof. Dr. Wayan Lasmawan, M.Pd. selaku Rektor Universitas Pendidikan Ganesha yang telah memberikan fasilitas dalam penulisan usulan penelitian ini.
2. Dr. dr. Ni Luh Kadek Alit Arsani, S.Ked., M.Biomed. selaku pembimbing I yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk, dan selalu memberikan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.
3. dr. Putu Arya Nugraha, Sp.PD. selaku pembimbing II yang telah memberikan bimbingan, arahan, petunjuk, dan motivasi kepada penulis dalam menyelesaikan usulan penelitian ini.

4. Kepala perpustakaan Universitas Pendidikan Ganesha beserta staf yang telah memberikan kemudahan pelayanan peminjaman buku-buku yang dibutuhkan dalam penyusunan usulan penelitian ini.
5. Orang tua, teman-teman, dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu per satu yang telah memberikan motivasi dalam penyusunan usulan penelitian ini.

Penulis menyadari sepenuhnya bahwa apa yang tersaji dalam usulan penelitian ini masih jauh dari sempurna, maka dari itu penulis mengharapkan saran dan kritik maupun saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak. Penulis berharap usulan penelitian ini dapat bermanfaat dan berguna bagi kita semua khususnya bagi pengembangan dunia pendidikan.

Singaraja, 11 Desember 2024

UNDIKSHA
Penulis

DAFTAR ISI

PRAKATA.....	iii
ABSTRAK	v
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL	x
DAFTAR GAMBAR	xi
DAFTAR LAMPIRAN	xii
BAB I PENDAHULUAN.....	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	5
1.3 Tujuan Penelitian.....	6
1.3.1 Tujuan Umum.....	6
1.3.2 Tujuan Khusus.....	6
1.4 Manfaat	6
1.4.1 Manfaat Teoritis	6
1.4.2 Manfaat Praktis	7
BAB II KAJIAN PUSTAKA.....	8
2.1 Landasan Teori	8
2.1.1 Dismenore	8
2.1.2 Aktivitas Fisik	28
2.2 Hubungan Aktifitas Fisik dengan Dismenore	34
2.3 Penelitian Relevan.....	35
2.4 Kerangka Teori.....	40
2.5 Kerangka Konseptual	41
2.6 Hipotesis.....	41
BAB III METODE PENELITIAN	42
3.1 Tempat dan Waktu Penelitian.....	42
3.1.1 Tempat Penelitian.....	42
3.1.2 Waktu Penelitian	42
3.2 Desain Penelitian.....	42

3.3 Populasi dan Sampel	43
3.3.1 Populasi	43
3.3.2 Sampel.....	43
3.3.3 Besar Sampel.....	44
3.4 Variabel Penelitian	45
3.5 Definisi Operasional.....	46
3.6 Instrumen Penelitian.....	48
3.7 Validitas dan Reabilitas Instrumen.....	50
3.8 Prosedur Pengambilan Data	51
3.9 Teknik Analisis Data	52
BAB IV HASIL PENELITIAN	54
4.1 Karakteristik Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha	55
4.1.1 Distribusi responden berdasarkan usia.....	55
4.1.2 Distribusi responden berdasarkan usia menarche	56
4.1.3 Distribusi responden berdasarkan riwayat keluarga mengalami dismenore primer	57
4.2 Gambaran Aktivitas Fisik Mahasiswi	58
4.3 Gambaran Derajat Dismenore Primer Mahasiswi.....	59
4.4 Tabulasi Silang Tingkat Aktivitas Fisik dengan Derajat Dismenore pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	61
4.5 Analisis Bivariat	61
BAB V PEMBAHASAN	63
5.1 Gambaran Aktivitas Fisik pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	63
5.2 Gambaran Derajat Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha	66
5.3 Hubungan Aktivitas Fisik dengan Derajat Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha.....	70
5.4 Keterbatasan Penelitian.....	74

BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN.....	75
6.1 Kesimpulan	75
6.2 Saran.....	76
DAFTAR PUSTAKA.....	78
LAMPIRAN.....	84



DAFTAR TABEL

Tabel	Halaman
Tabel 3. 1	46
Tabel 3. 2	49
Tabel 3. 3	50
Tabel 4. 1	55
Tabel 4. 2	56
Tabel 4. 3	57
Tabel 4. 4	58
Tabel 4. 5	60
Tabel 4. 6	61
Tabel 4. 7	61



DAFTAR GAMBAR

Gambar	Halaman
Gambar 2. 1	10
Gambar 2. 2	14
Gambar 2. 3	40
Gambar 2. 4	41
Gambar 3. 1	49
Gambar 4. 1	56
Gambar 4. 2	57
Gambar 4. 3	58
Gambar 4. 4	59
Gambar 4. 5	60



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 01. Jadwal Kegiatan.....	85
Lampiran 02. Naskah Penjelasan Kepada Responden	86
Lampiran 03. <i>Informed Consent</i>	91
Lampiran 04. Kuesioner Aktivitas Fisik GPAQ.....	92
Lampiran 05. Kuesioner Dismenore	98
Lampiran 06. Hasil Uji Validitas Kuesioner Dismenore.....	101
Lampiran 07. Hasil Uji Reabilitas Kuesioner Dismenore.....	102
Lampiran 08. Surat Keterangan Pembebasan Etik.....	103
Lampiran 09. Data Hasil Penelitian	104
Lampiran 10. Hasil Pengolahan Data Karakteristik Responden.....	106
Lampiran 11. <i>Hasil Cross Tabulation Aktivitas Fisik dengan Derajat Dismenore Primer</i>	108
Lampiran 12. Hasil Uji Rank Spearman's Rho (Aktivitas Fisik dengan Derajat Dismenore Primer)	110
Lampiran 13. Daftar Hadir Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing I.....	111
Lampiran 14. Daftar Hadir Bimbingan Skripsi Dosen Pembimbing II	113
Lampiran 15. Dokumentasi Kegiatan	115
Lampiran 16. Riwayat Hidup.....	116