

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN DISMENORE
PRIMER PADA SISWI KELAS XI DAN XII SEKOLAH MENENGAH
ATAS NEGERI 1 SINGARAJA**

Oleh

Made Teja Prabhawa Dena, NIM 2218011047

Program Studi Kedokteran

ABSTRAK

Dismenore primer akademik siswi merupakan salah satu gangguan menstruasi yang paling sering dialami oleh remaja putri dan ditandai dengan nyeri atau kram pada perut bagian bawah yang dapat menjalar ke punggung hingga paha, sehingga berpotensi mengganggu aktivitas fisik, emosional, dan. Kondisi ini tidak hanya dipengaruhi oleh faktor fisiologis, seperti peningkatan produksi prostaglandin, tetapi juga dapat diperberat oleh faktor psikologis, terutama stres, yang berperan dalam memicu ketidakseimbangan hormonal serta meningkatkan kontraksi uterus. Tingkat stres yang tinggi pada remaja putri dapat berdampak pada terganggunya konsentrasi belajar, meningkatnya kelelahan, menurunnya kehadiran di sekolah, serta penurunan prestasi akademik. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenore primer pada siswi kelas XI dan XII di SMA Negeri 1 Singaraja. Penelitian ini menggunakan metode analitik observasional dengan desain *cross-sectional*. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42)* untuk mengukur tingkat stres dan *WaLIDD Score* untuk menilai tingkat nyeri dismenore. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI dan XII SMA Negeri 1 Singaraja, dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling*. Analisis data dilakukan secara bivariat dengan uji korelasi *Rank Spearman*. Hasil analisis menunjukkan nilai $p < 0,001$ dengan koefisien korelasi $r = 0,520$, yang menunjukkan adanya hubungan positif dengan kekuatan sedang antara tingkat stres dan kejadian dismenore primer. Temuan ini mengindikasikan bahwa siswi dengan tingkat stres yang lebih tinggi cenderung mengalami dismenore primer dengan tingkat nyeri yang lebih berat. Oleh karena itu, diperlukan perhatian terhadap upaya pengelolaan stres sebagai bagian dari strategi pencegahan dan penanganan dismenore primer pada remaja putri.

Kata Kunci: Stres, Dismenore Primer, Remaja Putri

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN DISMENORE
PRIMER PADA SISWI KELAS XI DAN XII SEKOLAH MENENGAH
ATAS NEGERI 1 SINGARAJA**

Oleh

Made Teja Prabhawa Dena, NIM 2218011047

Program Studi Kedokteran

ABSTRACT

Primary dysmenorrhoea in female students is one of the most common menstrual disorders experienced by adolescent girls and is characterised by pain or cramps in the lower abdomen that can radiate to the back and thighs, potentially interfering with physical and emotional activities. This condition is not only influenced by physiological factors, such as increased prostaglandin production, but can also be exacerbated by psychological factors, particularly stress, which plays a role in triggering hormonal imbalances and increasing uterine contractions. High levels of stress in adolescent girls can have an impact on learning concentration, increased fatigue, decreased school attendance, and decreased academic achievement. This study aims to determine the relationship between stress levels and the incidence of primary dysmenorrhea in grade XI and XII students at SMA Negeri 1 Singaraja. This study used an observational analytical method with a cross-sectional design. Data collection was conducted using the Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42) questionnaire to measure stress levels and the WaLIDD Score to assess the level of dysmenorrhea pain. The population in this study was all female students in grades XI and XII at SMA Negeri 1 Singaraja, with a simple random sampling technique used. Data analysis was performed using bivariate analysis with the Spearman's rank correlation test. The results of the analysis showed a p-value < 0.001 with a correlation coefficient of $r = 0.520$, indicating a moderate positive correlation between stress levels and the incidence of primary dysmenorrhea. These findings indicate that female students with higher stress levels tend to experience primary dysmenorrhea with more severe pain. Therefore, attention needs to be paid to stress management efforts as part of a strategy for preventing and treating primary dysmenorrhea in adolescent girls.

Keywords: Stress, Primary Dysmenorrhoea, Adolescent Girls