

# HUBUNGAN NYERI BERAT DISMENORE DENGAN KEJADIAN STRES PADA MAHASISWI S1 KEPERAWATAN DI STIKES NANI HASANUDDIN

Engelina sanggola<sup>1\*</sup>, Darwis<sup>2</sup>, Yusnaeni<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup> STIKES Nani Hasanuddin, Jl. Perintis Kemerdekaan VIII, Kota Makassar, Indonesia, 90245  
\*e-mail: penulis-korespondensi: ([angelinasanggola08@gmail.com/085393636418](mailto:angelinasanggola08@gmail.com))

(Received: 15.03.2024; Reviewed: 23.03.2024; Accepted: 22.04.2024)

## ABSTRACT

Severe pain is characterized by its intense intensity, where it may not respond to commands but still reacts to actions, indicates the location of pain but unable to describe it, and cannot be relieved by changing the position of breathing to be long. The aim of this research is to determine the relationship between severe dysmenorrhea pain and stress occurrence. This study adopts a cross-sectional design. Sample selection is done using consecutive sampling technique, resulting in 158 respondents. Data collecting is performed using a questionnaire and analyzed with chi-square test ( $p < 0.05$ ). The bivariate analysis shows a significant relationship between severe dysmenorrhea pain and stress occurrence in female students ( $p < 0.002$ ). In conclusion, this research demonstrates a relationship between dysmenorrheal severe pain and stress events in undergraduate nursing students at STIKES Nani Hasanuddin.

Keywords: Severe Pain, Dysmenorrhea, Stress

## ABSTRAK

Nyeri berat merupakan nyeri yang timbul dengan intensitas berat, nyeri berat secara objektif terkadang tidak dapat mengikuti perintah tapi masih respon terhadap tindakan, dapat menunjukkan lokasi nyeri tidak dapat mendeskripsikannya, tidak dapat diatasi dengan alih posisi nafas Panjang. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan nyeri berat dismenore dengan kejadian stress, Metode jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode Teknik consecutive, dengan menggunakan pendekatan desain cross sectional. Dengan jumlah sample 158 responden pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner dan dianalisis dengan uji *chisquare* ( $p < 0,05$ ), Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan nyeri berat dismenore dengan kejadian stress pada mahasiswi, Kesimpulan dalam penelitian ini adalah ada hubungan nyeri berat dismenore dengan kejadian stress pada mahasiswi S1 keperawatan di STIKES Nani Hasanuddin.

**Kata kunci:** Dismenore, nyeri berat, stress

## Pendahuluan

Masalah remaja ialah periode waktu individu beralih dari fase anak ke fase dewasa. Setiap manusia pasti akan mengalami masa remaja. Pada remaja putri terjadi suatu perubahan fisik yaitu perubahan organ-organ reproduksi yang ditandai dengan datangnya menstruasi. Menstruasi merupakan indikator seksual pada remaja, menstruasi dihubungkan dengan beberapa kesalahan pemahaman praktek kebersihan diri selama menstruasi yang dapat merugikan kesehatan bagi remaja, keluhan gangguan menstruasi pada remaja dan praktik higienis selama menstruasi yang salah dapat menyebabkan gangguan kesehatan yang tidak diinginkan seperti penyakit radang panggul dan bahkan infertilitas,

Nyeri haid adalah ketidak seimbangan hormon progesterone dalam darah. Kram pada bagian otot, saat haid dapat menyebabkan ketidak nyamanan disebut dengan dismenore, dan mayoritas dari perempuan, yang mengalami tingkat nyeri yang berbeda-beda. Dalam tiap bulannya terdapat Sebagian wanita merasakan rasa nyeri pada masing-masing siklus haid, (Hu et al.,2020).

Menstruasi adalah pendarahan vagina secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus. Usia normal bagi seseorang Wanita mendapat menstruasi untuk pertama kalinya pada usia 12 atau 13 tahun. Tetapi ada juga yang mengalami lebih awal, yaitu pada usia 8 tahun atau lebih lambat yaitu usia 18 tahun. Menstruasi akan berhenti dengan sendirinya pada saat wanita sudah berusia 40-50 tahun, yang dikenal dengan istilah menopause. mengenai daur menstruasi menggambarkan siklus menstruasi terdiri dari daur menstruasi pendek yang terjadi selama 24 hari atau sebulan sekali dengan hari 1 sampai hari 9 mengalami masa preovulasi dan pada hari ke 10 masa ovulasi dilanjutkan pada hari ke 11 sampai 24 pasca ovulasi. Daur menstruasi sedang selama 28 hari dengan hari 1 sampai hari 13 mengalami masa preovulasi dan pada hari ke 14 masa ovulasi dilanjutkan pada hari ke 15 sampai 28 pasca ovulasi.

Menurut *World Health Organization* (WHO) dismenore diderita oleh sebanyak 1.769.425 perempuan (90%), dengan 10-15% yang mengalami dismenore, angka kejadian dismenore di dunia sangat tinggi besar rata-rata 50%. Pelepasan prostaglandin yang berlebihan dapat menyebabkan dismenore, peningkatan kontraksi pada bagian rahim (Alghamdi, 2019). Di AS tingkat dismenore sekitar 60%, dan di Swedia 72%, sedangkan di Indonesia angka tersebut dinilai pada 55% wanita usia subur yang disiksa dengan siksaan saat haid. frekuensi dismenore meningkat dari 45-95% pada Wanita konsepsi. Meski pada umumnya tidak berbahaya hal itu cenderung menjengkelkan bagi Wanita yang mengalaminya. Tingkat penderitaan dan tingkat pengaruh siap bekerja (sporadis sambil cemberut), ada juga belum bisa melakukan Latihan karena tersiksa. Kondisi di Indonesia lebih banyak Wanita yang mengalami dismenore yang tidak berobat kedokter spesialis. Sedangkan data Badan Pusat Statistik (BPS) Sulawesi Utara pada tahun 2017 menunjukkan jumlah remaja putri di Sulawesi Utara yaitu berjumlah 36,167% jiwa (BPS Sulut,2017). Pada tahun 2020, prevalensi dismenore di Sulawesi Utara mencapai sebesar 98,5% dengan keluhan 10,1% mengalami muntah 14,1% nyeri kepala 33,7% gangguan emosi dan 1% pingsan (Ponda & Belung, 2018).

Mengenai pengaruh nyeri haid pada remaja sekitar 70-90% kasus nyeri haid terjadi saat usia remaja dan dapat menimbulkan dampak konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan, dari konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan akan mempengaruhi kecakapan dan keterampilan yang dimaksud berarti luas, baik kecakapan personal mencakup kecakapan mengenali diri sendiri dan kecakapan berfikir rasional, kecakapan sosial, kecakapan akademik, maupun kecakapan, vokasional.

Dari data Riset Kesehatan Dasar (Riskedas) tahun 2018 ditemukan sebanyak 20,9% Wanita usia 16-24 tahun mengalami kekurangan berat badan, dan sebanyak 10,1% mengalami obesitas. Overweight atau kelebihan berat badan tubuh memiliki jaringan lemak yang berlebihan yang dapat menyebabkan hipervlasi pembuluh darah atau pembuluh darah tersedak pada organ reproduksi wanita. Dan mencapai 64,25% yang terdiri dari dismenore primer 54,89% dan 9,36 dismenore sekunder (Riskedes, 2018). Berdasarkan profil Kesehatan di provinsi Sulawesi selatan 2018, Pada angka kejadian dismenore cukup tinggi, dengan nyeri ringan sebesar 57,7% nyeri sedang 38,5% dan nyeri berat sebesar 3,8% bahwa banyaknya remaja putri mengalami dismenore ( Dinkes Provinsi Sulsel,2018).

Berdasarkan wawancara pada mahasiswi Sekolah tinggi ilmu kesehatan nani hasanuddin pada tanggal 25 mei 2023, 27 mahasiswi yang mengalami dismenore berat, dan merasakan nyeri hebat sehingga tidak dapat melakukan aktivitas, bahkan ada yang, juga yang mengalami anemia bahkan diinfus, dari wawancara tersebut disimpulkan dari data urian diatas gangguan dismenore yang tidak dapat ditangani dapat mengganggu aktifitas sehari-hari. Data awal pada tahun 2023 jumlah keseluruhan siswi Sekolah tinggi ilmu Kesehatan Nani Angkatan 2020 yang terdiri dari kelas A1 sebanyak 25 siswi dan kelas A2 sebanyak 34 siswi dan Angkatan 2021 dari kelas A1 Sebanyak 33 siswi dan A2 sebanyak 35 siswi dan A3 sebanyak 39 siswi. Dan angkatan 2022 yang terdiri dari kelas A1 sebanyak 49 siswi dan kelas A2 sebanyak 48 siswi. Berdasarkan jumlah keseluruhan data yang di dapatkan dari BAK sebanyak 263 siswi di sekolah tinggi ilmu kesehatan nani hasanuddin.

Berdasarkan latar belakang diatas penulis tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “ Hubungan nyeri berat dismenore dengan kejadian stress pada mahasiswi S1 keperawatan di STIKES nani hasanuddin”.

## Metode

Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juli-Agustus 2023 di STIKES Nani Hasanuddin penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional*. Dengan pendekatan Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswa S1 angkatan 2020,2021 dan 2022 yang berjumlah 263 dengan sampel sebanyak 158 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah konsektif sampling. Instrumen dalam penelitian ini menggunakan alat ukur kuesioner Depression Anxiety Stress Scales DASS 21 alat ukur yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan skala likert. Analisis data diolah dengan menggunakan uji chi-square. Penelitian ini menggunakan analisis Univariat yang digunakan untuk melihat distribusi frekuensi dan analisis bivariat digunakan untuk mengetahui pengaruh variabel independen terhadap dependen dengan taraf signifikan sebesar  $p \text{ value } (0,002) < \alpha (0,05)$ . Penelitian ini telah lulus kelayakan etik dengan nomor 162/ STIKES- NH/KEPK/VI/2023 adapun kriteria sampel penelitian ini yaitu:

Kriteria inklusi

1. Perempuan yang mengalami dismenore
2. Mahasiswa sekolah tinggi ilmu Kesehatan nani Hasanuddin

Kriteria Eksklusi

1. Responden/ mahasiswa yang tidak mengisi lengkap kuesioner
2. Mahasiswa yang tidak bersedia menjadi responden

## Hasil

1. Karakteristik responden

**Tabel 1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Data Demografi Responden di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin (n=158)**

Karakteristik	N	%
<b>Umur Responden</b>		
18-19 Tahun	73	46.2
20-21 Tahun	73	46.2
22-23 Tahun	10	6.3
24-25 Tahun	2	1.3
<b>Jenis Kelamin</b>		
Perempuan	158	100.0
<b>Kelas Responden</b>		
A1 2020	21	13.3
A2 2020	13	8.2
A1 2021	19	12.0
A2 2021	27	17.1
A3 2021	28	17.7
A1 2022	23	14.6
A2 2022	27	17.1

Berdasarkan Tabel 1 menunjukkan bahwa dari 158 responden distribusi frekuensi umur responden diperoleh 73 responden (46,2%) berumur 18-19 tahun, 73 responden (46,2%) berumur 20-21 tahun dan paling kurang berumur 20-25 tahun yaitu 2 responden (1,3%), sedangkan pada jenis kelamin diperoleh keseluruhan responden berjenis kelamin perempuan. pada frekuensi kelas didapatkan responden paling banyak berada di kelas A3 2021 dengan jumlah responden 38 (17,7%) dan paling kurang berada di kelas A2 2020 dengan jumlah responden 13 (8,2%).

2. Analisa univariat

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Dismenore**

Dismenore	N	%
Nyeri berat	60	38.0
Tidak nyeri berat	98	62.0

Berdasarkan Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 158 responden distribusi frekuensi dismenore responden diperoleh 60 responden (38,2%) mengalami nyeri berat selama haid, dan 98 responden (62,0%) Tidak mengalami nyeri berat selama haid.

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Stres pada Mahasiswa**

Kejadian Stres	N	%
Terjadi stress	61	38.6
Tidak terjadi stress	97	61.4

Berdasarkan data distribusi responden menunjukkan bahwa dari 158 responden distribusi frekuensi kejadian stres responden diperoleh 61 responden (38,6%) mengalami stres, dan 97 responden (51,4%) Tidak mengalami stress.

3. Analisa Bivariat

**Tabel 4 Hubungan Nyeri Berat Dismenore dengan Kejadian Stres Mahasiswawi**

Dismenore	Kejadian Stres Mahasiswawi				Total		P value
	Terjadi Stres		Tidak Terjadi Stres		n	%	
	n	%	n	%			
Nyeri berat	14	23,3%	46	76,7%	60	23,3%	0,002
Tidak nyeri berat	47	48,0%	51	52,0%	98	48,0%	

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa responden yang mengalami Nyeri berat pada kejadian Dismenore berjumlah 60 responden, dimana terdapat 14 responden (23,3%) mengalami stres saat nyeri dan 46 responden (76,7%) tidak mengalami stres saat nyeri dialami, responden yang tidak mengalami nyeri berat saat dismenore berjumlah 98, dimana terdapat 47 responden (48,0%) mengalami stres saat nyeri dan 51 responden ((52,0%)) tidak mengalami stres saat nyeri dismenore.

**Pembahasan**

Menurut (Tamiz Sarumaha,2021) remaja yang memiliki pengetahuan yang kurang akan cenderung mengabaikan kesehatan dan pada akhirnya akan memiliki tindakan yang akan membahayakan bagi dirinya sendiri. Remaja yang memiliki pengetahuan yang kurang tentang dismenore akan memilih perilaku yang kurang tepat dalam menganai gangguan menstruasi yang mereka rasakan.

Bahwa mahasiswa ditemukan memiliki tingkat stress dalam rentang berat dan sangat berat pada angka yang cukup tinggi. Sumber stress pada mahasiswa kedokteran paling banyak berasal dari masalah kualitas makan di asrama, tuntutan prestasi dari orangtua, kelas kuliah yang tidak nyaman, frekuensi ujian yang sering dan kurangnya waktu rekreasi (Piliani, Sukarya, & Rosady, 2018). Hubungan antara tingkat stress dan intensitas dismenore pada mahasiswawi di fakultas kedokteran di Jakarta dengan tingkat korelasi cukup. (Rusdi dkk 2019).

Penelitian yang dilakukan oleh Hakim (2018) mengungkapkan bahwa tanda dan gejala yang biasanya muncul saat seseorang mengalami stress dapat dilihat secara psikologis dan fisik. Untuk gejala psikologis biasanya marah,sedih, putus asa, maupun emosi, sedangkan unruk gejala secara fisik yaitu jantung berdebar, lesu, tidak bertenaga. Terdapat juga hubungan antara tingkat stress terhadap kejadian dismenore pada remaja putri di SMK Negeri 3 Palembang dimana Sebagian besar (52,2%) siswi yang memiliki tingkat stress normal mengalami kejadian dismenore dengan kategori nyeri ringan. (Fitriana, 2017).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fitriana, 2017) didapatkan hasil bahwa tingkat stress responden paling banyak adalah kategori sedang. Penelitian yang dilakukan oleh ismalia (2017), dimana tidak terdapat hubungan bermakna antara stress dengan dismenore pada mahasiswawi fakultas kedokteran universitas lampung, Angkatan 2015 hasil penelitian ini bertentangan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ilmi, Fahruali & Mahrita (2017), menunjukkan bahwa adanya hubungan bermakna antara tingkat stress dengan kejadian dismenore,

Wanita yang yang mengidap dismenore kongestif ini umumnya hendak tahu dari hari- hari sebelumnya bahwa haidnya hendak lekas datang, mereka akan mengalami indikasi semacam pegal, sakit pada payudara, perut terasa kembung tetapi tidak menentu, sakit kepala sakit punggung, gampang terasa Lelah gampang tersinggung, kehilangan keseimbangan, jadi ceroboh, serta timbul memar di paha ataupun lengan atas. Penelitian yang dilakukan wulandari dkk (2018) yang berjudul hubungan antara tingkat stress akademik dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMP Darul Hijrah Putri Martapura dengan jumlah 80 responden.

Didapatkan 55 siswi yang mengalami dismenore primer peneliti berpendapat Sebagian Perempuan pada saat menstruasi akan mengalami dismenore Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh putri dkk (2021) dengan judul hubungan tingkat stress terhadap kejadian dismenore pada remaja putri dengan jumlah 178 responden , didapatkan 31 responden mengalami nyeri stress sedang, sebanyak 5 responden mengalami stress berat dan sebanyak 1 reponden mengalami stress sangat berat. Peneliti berpendapat bahwa semakin banyak tuntutan yang diberikan kepada siswi maka semakin tinggi pula stress akademik yang dirasakan oleh siswi. Rata rata insiden kejadian dismmore pada wanita muda adalah 16,8% - 81%. Prevelansi tertinggi sering ditemui pada remaja, yang diperkirakan antara 20%-90% (Della, Kusumasari, & Sari 2019).

Dismenore dapat terjadi karena kelemahan hormon progesterone hal ini disebabkan karena kontraksi uterus waktu endometrium luruh, segmen kimia alami yang dibentuk oleh ruang-ruang dinding perut yang disebut prostaglandin akan menyebabkan otot halus dinding perut berkontaksi. Semakin tinggi

kadar prostaglandin maka semakin kuat kontraksi sehingga nyeri yang dirasakan semakin berat. Nyeri dismenore dengan tingkat sedang yang dialami responden akan dapat mempengaruhi proses belajar responden, jika mahasiswa mengalami nyeri menstruasi yang sangat mengganggu hal ini menyebabkan remaja wanita sulit untuk berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika nyeri menstruasi, maka dari itu pada usia remaja dismenore harus ditangani agar tidak terjadi dampak yang negative. (Marlanti, Haniyah, & Murnianti, 2021)

Penelitian yang dilakukan Fredelika dkk (2020) menunjukkan bahwa siswi memiliki pengetahuan dan sikap yang baik namun, tindakan penanganan yang kurang sebagian besar siswi yang telah mengetahui dengan baik informasi terkait nyeri haid dan beberapa hal dapat dilakukan untuk menangani nyeri tersebut, namun rata-rata siswi tidak memanfaatkan UKS untuk memperoleh pertolongan medis, beberapa siswi saja yang mengkonsumsi obat tambah darah saat haid, siswi lebih cenderung membiarkan dismenore begitu saja sampai hilang dengan sendirinya.

Hal ini sesuai dengan Nuryanih & Suhartika (2020) yang memberikan air kelapa hijau pada perempuan yang mengalami dismenore dan memperoleh hasil bawa air kelapa hijau dapat menurunkan tingkat dismenore karena mengandung gizi yang tinggi dan bermanfaat untuk kesehatan

Penelitian (Zhang et., al 2020) mengemukakan bahwa gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan, dan stres mungkin memiliki hubungan dua arah dengan dismenore. Di dunia lain mengalami nyeri haid berulang setiap bulan dan meningkatkan resiko mengalami depresi, kecemasan, atau stres dan sebaliknya. Dalam beberapa kasus, mengalami depresi dan dismenore secara bersamaan dapat mengubah persepsi penghilang rasa sakit dan mengurangi respons terhadap pengobatan. Penyebab dismenore merupakan faktor psikis, suatu hal tersebut adalah stres. stres merupakan suatu respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang dapat mengancam individu. Penelitian dari Kim et al., (2019) mengemukakan bahwa PMS, (*premenstrual syndrome*) dipengaruhi oleh faktor psikologis seperti usia haid, riwayat keluarga, pola tidur, kebiasaan makan, dan penggunaan pil KB, dan faktor psikososial. Penelitian (Malahayati, 2019) mengemukakan bahwa penyebab dismenore merupakan faktor psikis, suatu hal tersebut adalah stres. Stres merupakan suatu respon individu terhadap keadaan atau kejadian yang dapat mengancam individu, stres dapat mengganggu kerja sistem endokrin sehingga dapat menyebabkan menstruasi tidak teratur dan dismenore.

Maka semakin berat aktivitas fisik yang dilakukan, semakin ringan nyeri yang dirasakan, hal ini ditunjukkan dari hasil penelitian yang menunjukkan bahwa remaja putri yang melakukan aktivitas fisik sedang atau berat tingkat nyeri haid yang dirasakan itu ringan. Hal ini juga dipengaruhi oleh beberapa teori yang mengatakan perempuan yang rajin beraktivitas fisik jarang mengalami nyeri haid, dan yang rajin berolahraga minimal satu kali dalam seminggu, juga dapat membuat nyeri pada perut bagian bawah berkurang (Muhammad yasir 2020).

Semakin berat tingkat nyeri dismenore yang dialami seseorang maka akan semakin terganggu aktivitas belajarnya yaitu dapat menurunkan konsentrasi dalam belajar, seperti tidak mampu mengikuti pembelajaran berlangsung, dan akan berdampak lebih besar apabila gejala tersebut dialami oleh siswa yang sedang menjalani ujian, hal ini dapat disebabkan, hal ini dapat disebabkan oleh beberapa faktor dan dismenore tersebut diantaranya yaitu faktor endokrin, faktor penyakit, gaya hidup seseorang. Usia menarche, dan aktivitas sedangkan semakin ringan tingkat nyeri dismenore seseorang maka seseorang tersebut masih bisa melakukan aktivitas belajarnya dengan baik walaupun merasakan nyeri menstruasi. (Djamaluddin, 2019). Intensitas nyeri setiap individu beberapa dipengaruhi oleh deskripsi individu tentang nyeri, persepsi dan pengalaman nyeri. Nyeri dismenore terjadi karena ada peningkatan produksi prostaglandin. Sedangkan semakin ringan tingkat nyeri dismenore seseorang maka seseorang tersebut masih bisa melakukan aktivitas belajarnya dengan baik walaupun merasakan nyeri menstruasi (Djamaluddin, 2019).

Salah satu faktor yang menyebabkan derajat nyeri haid terasa berat ialah aktivitas fisik yang kurang. Karena apabila kita cukup melakukan aktivitas fisik maka bisa mengurangi sekresi hormon prostaglandin prostaglandin dibentuk dari asam lemak tidak jenuh yang disintesis oleh seluruh sel yang ada di dalam tubuh. Hormon prostaglandin berpengaruh dalam meningkatkan kontraksi otot rahim, sehingga hormon prostaglandin akan mendorong otot rahim untuk melakukan kontraksi sehingga menyebabkan rasa nyeri pada saat haid (Maryam Jamaluddin 2018)

Berdasarkan asumsi peneliti bahwa nyeri berat dismenore dengan kejadian stress pada mahasiswa S1 keperawatan Stikes nani hasanuddin sangat berpengaruh. Hal ini dikarenakan terdapat beberapa faktor yang mempengaruhi kejadian stress pada mahasiswa yaitu faktor prestasi, perubahan perilaku, dan konflik emosional. Semakin tinggi tingkat nyeri dismenore seseorang maka semakin tinggi tingkat stress yang dialami. Sebaliknya semakin kurang tingkat nyeri dismenore seseorang maka tingkat stress yang dialami seseorang dapat terkontrol.

## Kesimpulan



Kesimpulan yang di dapatkan dari penelitian ini adalah ada hubungan nyeri berat dismenore dengan kejadian stress pada mahasiwi S1 keperawatan di Stikes nani hasanuddin.

### Saran

Perlu dilakukan penelitian pembandingan setiap tahun, sehingga diperoleh data mengenai perkembangan hubungan nyeri berat dismenore dan dengan kejadian stress pada mahasiswi di sekolah tinggi ilmu Kesehatan nani hasanuddin.

1. Perlu dilakukan penelitian lanjutan untuk menggali adanya keterlibatan faktor lain yang dapat mempengaruhi dismenore selain kondisi stress
2. Perlu dilakukan penyuluhan untuk mengenai coping stress dan faktor resiko dismenore di sekolah tinggi ilmu Kesehatan nani hasanuddin.
3. Untuk peneliti selanjutnya disarankan untuk menilite menggunakan jenis kuesioner yang lain dengan subjek yang lebih luas lagi. Hal ini di maksudkan agar meningkat kualitas penilaian dan keefektifan kuesioner dalam menilai dismenore dengan kejadian stress agar tidak terjadi disjungsi data.

### Ucapan Terima Kasih

Terkhusus penulis persembahkan untuk kedua orang tua, sembah sujud penulis untuk beliau, orang tua, serta saudara-saudaraku yang senantiasa mendoakan, memberikan nasehat dan dorongan serta telah banyak berkorban agar penulis dapat menyelesaikan pendidikan dengan baik, dan semoga Allah SWT membalasnya dengan keberkahan yang berlimpah, dan juga kebahagiaan. Ucapan terima kasih diberikan kepada Bapak dan Ibu dosen beserta seluruh staf yang membantu selama menjenjang pendidikan S1 Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin Makassar.

### Referensi

- Badan penelitian dan pengembangan Kesehatan kementerian Kesehatan RI 2018. RISKESDAS (Riset Kesehatan Dasar) 2018.Jakarta
- BPS Sulut, (2017) Data Penduduk Remaja Di Sulawesi Utara <https://manadokota.bps.go.id/statictabel/2017//08/18/198> jumlah-penduduk-kota-manado-menurut-kelompok-umur
- Della Sanday, S., Kusumasari, V., & Sari, D.N.A. ( 2019 ). Hubungan intensitas nyeri dismenore dengan aktivitas belajar pada remaja putri usia 15-18 tahun di SMAN 1 Bungatapan Yogyakarta. *Jurnal Cakrawala Promkes*, 1 (2), 48-56.
- Dinkes Sulsel, ( 2018). Data Profil Provinsi sulawesi selatan Angka Kejadian Dismenore. Tahun 2018.*Disease Prevention and Public Health Journal*14(2): 76
- Djamaluddin, A. ( 2019) Belajar dan Pembelajaran 4 pilar peningkatan kompetensi pedagogis. Sulawesi Selatan: penerbit CV kaaffah Learning center
- Fitriana, N,W. (2017). Dismenore pada mahasiswi D Iv Kebidanan semester VIII Universitas Aisyiyah Dismenore pada mahasiswi D Iv Kebidanan Semester VIII Universitas Aisyiysh.
- Fredelika, L., Oktaviani, N. P. W., & Sunyiyadewi, N.W. (2020). Perilaku Penanganan Nyeri Dismenore Pada Remaja Di Smp PGRI 5 Denpasar. *Bali Medika Jurnal*, 7(1), 105-115. <https://doi.org/10.36376/bmj.v7i1.105>
- Hakim, C.( 2018, Desember 11). Berbagai ciri fisik yang tanpa sadar menandakan anda sedang stres. Retrieved from Hellosehat: <https://hellosehat.com/hidup-sehat/tips-sehat/gejala-stres-fisik/>
- Ilmi, MB, Fahrhuazi & Mahrta. (2017). Dismenore Sebagai Faktor Stres Pada Remaja Putri Kelas X Dan X1 di SMA Kristen Kanan Banjarmasin, *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, (vol 4, hal 227-228).
- Ismalia, N. 2017. Hubungan Gaya Hidup dengan dismenore primer pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas lampung angkatan 2015.
- Maryam jamaluddin 2018 “Pengaruh Suplementasi Vitamin E Terhadap Kadar Prostaglandin (PGF2α) Dan Intensitas Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Primer Pada Remaja Putri.” *SEAJOM: The Southeast Asia Journal of Midwifery*4(2): 70–75
- Nurafriani, Yusnaeni, and Susi Sastika. 2017. “Pengaruh Pemberian Terapi Air Hangat Dan Air Dingin Terhadap.” 10: 708–13
- Nurwana., Sabilu, Y., & Hardini, N.(2017). Analisa Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian dismenore Pada Remaja Putri di SMA Negeri 8 Kendari Tahun 2016.*Jurnal ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat Unsyiah*. (6),185630
- Riset Kesehatan Dasar.(2018).perkembangan status Gizi, jakarta.
- Tamiz Sarumaha. (2021). Gambaran Pengatahuan Remaja Putri Tentang Penanganan Dismenore di SMPN 1 Gunungsitoli Alo’oa Kecamatan Gunungsitoli, Alo’oa Kota Gunungsitoli.6.
- Yasir haskas.2017 “The Relation Between Physical Activities and the Occurrence of Dysmenorrhea.”