

ABSTRAK

Naomi Rachel Ivania (01071180100)

PENGARUH AKTIVITAS FISIK DAN KUALITAS TIDUR TERHADAP PREVALENSI DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN ANGKATAN 2018

(xiii + 73 halaman: 4 gambar; 6 tabel; 6 lampiran)

Latar Belakang: Dismenore merupakan nyeri di bawah perut yang terjadi selama atau menjelang masa menstruasi. Di Indonesia, diperkirakan sekitar 55% wanita pada usia subur mengalami dismenore. Banyak faktor yang diduga dapat menyebabkan kejadian dismenore primer, antara lain adalah aktivitas fisik dan kualitas tidur. Kedua hal tersebut kurang dilaksanakan di kalangan mahasiswa fakultas kedokteran dikarenakan adanya jadwal akademik yang padat sehingga dapat memungkinkan adanya dismenore primer pada mahasiswa.

Tujuan: Mengetahui apakah aktivitas fisik dan kualitas tidur dari mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2018 berpengaruh terhadap kejadian dismenore primer.

Metode Penelitian: Penelitian ini merupakan penelitian analitik komparatif kategorik tidak berpasangan dengan pendekatan potong lintang (*cross sectional*) pada 95 sampel yang akan diambil secara *purposive sampling* dari mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2018 melalui pengisian *online* kuesioner. Hasil akan dianalisis dengan *Fisher's Exact Test*.

Hasil: Pada 95 total responden yang didapat, hasil analisis uji bivariat dengan *Fisher's Exact Test* memperlihatkan hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik ($p = 0,022$; $OR = 11,7$; $95\% CI = 1,2-109,7$) dan juga kualitas tidur ($p = 0,039$; $OR = 8,1$; $95\% CI = 1,2-53,2$) terhadap kejadian dismenore primer pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2018.

Kesimpulan: Aktivitas fisik dan kualitas tidur masing-masing memiliki hubungan yang signifikan dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2018.

Kata Kunci: Dismenore Primer, Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur.

Referensi: 38 (2007-2021)

ABSTRACT

Naomi Rachel Ivania (01071180100)

RELATIONSHIP BETWEEN PHYSICAL ACTIVITY AND SLEEP QUALITY TOWARDS PREVALENCE OF PRIMARY DYSMENORRHEA IN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN PRE-CLINIC STUDENTS BATCH 2018 (xiii + 73 pages; 4 pictures; 6 tables; 6 attachments)

Background: Dysmenorrhea is pain on the lower part of the stomach that occurs during or before menstruation. In Indonesia, it is estimated that around 55% of sexually productive women experience dysmenorrhea. Many factors are suspected to influence the severity of dysmenorrhea, such as physical activity and sleep quality which are also influential among medical students whose academic schedule is quite full to have a leisure time to do both things mentioned above and can contribute to the prevalence of primary dysmenorrhea.

Aim: Identifying whether physical activity and sleep quality of the preclinical students of Universitas Pelita Harapan batch 2018 have effects towards the prevalence of primary dysmenorrhea.

Methods: This research is an unpaired categorical comparative analytic study with a cross sectional approach on 95 sample which will be taken by purposive sampling from the preclinical students of Universitas Pelita Harapan batch 2018 by filling out an online questionnaire. Statistical tests will be carried out using the Fisher's Exact Test.

Results: From 95 respondents, the results from the bivariate statistical test using Fisher's Exact Test show a significant relationship between physical activity ($p = 0,022$; $OR = 11,7$; $95\% CI = 1,2-109,7$) and sleep quality ($p = 0,039$; $OR = 8,1$; $95\% CI = 1,2-53,2$) towards the prevalence of primary dysmenorrhea in the preclinical students of Universitas Pelita Harapan batch 2018.

Conclusion: There is a significant relationship between physical activity and sleep quality towards the prevalence of primary dysmenorrhea in the preclinical students of Universitas Pelita Harapan batch 2018.

Keywords: Primary Dysmenorrhea, Physical Activity, Sleep Quality.

Reference: 38 (2007-2021)