

## ABSTRAK

Muhrifa Riksa Buana (01071190188)

### **HUBUNGAN KEBIASAAN BEROLAHRAGA DENGAN DISMENOIRE PRIMER PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN**

(xv+52 halaman : 3 gambar; 3 bagan; 8 tabel; 4 lampiran)

Terdapat lebih dari 63% perempuan dari berbagai wilayah di dunia mengalami dismenore primer, yaitu rasa tidak nyaman di sekitar bagian bawah perut yang terjadi pada awal masa menstruasi. Hal ini dapat menghambat kegiatan keseharian perempuan sehingga berpengaruh pada prestasi di lingkungan kampus dan sekolah. Menurut penelitian, Magista Vivi Anisa (2015) salah satu kegiatan yang dapat mengurangi rasa sakit dari dismenore primer yaitu melakukan olahraga.

Tujuan penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kebiasaan berolahraga dengan dismenore primer pada mahasiswa fakultas kedokteran Universitas Pelita Harapan. Hipotesis penelitian ini yaitu terdapat hubungan antara kebiasaan berolahraga dengan dismenore primer pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan

Penelitian ini menggunakan tipe studi analitik kategorik tidak berpasangan dengan desain studi potong lintang dan sampel yaitu mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan yang sudah mengalami menstruasi dengan jumlah sampel 122. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner *working ability, location, intensity, days of pain, dysmenorrhea (WaLIDD)Score, Godin Leisure Time Questionnaire (GLTEQ), Percieved Stress Scale* melalui *google form* dan diolah menggunakan *software SPSS 28.0* untuk melakukan uji statistik menggunakan *chi-square*.

Pada penelitian ini, Berdasarkan uji *chi-square* didapatkan nilai p sebesar 0,62 ( $p > 0,05$ ), sehingga dapat disimpulkan tidak adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan berolahraga dengan dismenore primer pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan.

Kata kunci : dismenore primer, kebiasaan olahraga, mahasiswa kedokteran

Referensi : 35 (1994-2021)

## ABSTRACT

Muhrifa Riksa Buana (01071190188)

### **THE CORRELATION BETWEEN EXERCISE HABITS AND PRIMARY DYSMENORRHEA IN MEDICAL STUDENTS AT PELITA HARAPAN UNIVERSITY**

(xv+52 pages : 3 picture; 3 chart; 8 table; 4 attachment)

There are more than 63% of women from various regions of the world experience primary dysmenorrhea, which is discomfort around the lower abdomen that occurs at the beginning of menstruation. This can hinder women's daily activities so that it affects achievement in the campus and school environment. According to research, Magista Vivi Anisa (2015) one of the activities that can reduce pain from PD is exercising.

The purpose of this study was to determine the correlation between exercise habits and primary dysmenorrhea in Medical Students at Pelita Harapan University. The hypothesis of this study is that there is a correlation between exercise habits and Primary Dysmenorrhea in Medical Student at Pelita Harapan University.

This study uses an unpaired categorical analytic study type with a cross-sectional study design and the sample is a student of the Faculty of Medicine, Universitas Pelita Harapan who has experienced menstruation with 122 samples. Data was collected using a questionnaire *working ability, location, intensity, days of pain, dysmenorrhea (WaLIDD) Score, Godin Leisure Time Questionnaire (GLTEQ), Percieved Stress Scale* via google form and processed using SPSS 28.0 software to perform statistical tests used *chi-square*.

In this study. The result of  $p$  value is 0.62 ( $p > 0.05$ ), it can be concluded that there's no significant effect between exercise habits and primary dysmenorrhea of students in Pelita Harapan University's Medical School.

Key words : Primary Dysmenorrhea, exercise habits, medical student

Reference : 35 (1994-2021)