

ABSTRAK

Abigail Trisna Tambajong (01071190111)

PENGARUH KUALITAS TIDUR TERHADAP DERAJAT DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS PELITA HARAPAN ANGGKATAN 2019-2023

(xi + 58 halaman : 6 tabel, 7 gambar, 7 lampiran)

Latar Belakang : Menstruasi merupakan tanda pematangan seksual pada wanita yang terjadi setiap bulan dalam suatu siklus hormonal. Pada saat terjadi menstruasi, dismenore atau nyeri haid sering dirasakan dan dikeluhkan. Dismenore dapat mengganggu aktivitas sehari-hari tergantung derajat keparahannya. Salah satu faktor risiko dari dismenore adalah kualitas tidur yang buruk. Kualitas tidur yang buruk berhubungan dengan meningkatnya sensitivitas terhadap nyeri dan juga meningkatkan produksi prostaglandin pada saat menstruasi sehingga bisa memunculkan atau meningkatkan rasa nyeri.

Tujuan Penelitian : Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui pengaruh dari kualitas tidur terhadap derajat nyeri dismenore pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2019-2023.

Metode : Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelatif dengan metode pengamatan potong lintang atau *cross-sectional*, yang dilakukan secara daring dengan teknik *convenience sampling*. Kuesioner yang digunakan untuk memperoleh data adalah PSQI untuk mengukur kualitas tidur dan *WaLIDD score* untuk mengukur derajat dismenore.

Hasil : Data yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi diperoleh 191 responden dengan 109 (57,07%) responden memiliki kualitas tidur buruk dan 106 (55,50%) responden memiliki derajat dismenore yang sedang. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang cukup dengan arah korelasi positif ($r=0,311$) dan signifikan ($p<0,001$) antara kedua variabel.

Kesimpulan : Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara kualitas tidur yang buruk dengan derajat dismenore primer pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Pelita Harapan angkatan 2019-2023

Kata kunci : Kualitas tidur, nyeri, dismenore, menstruasi.

Referensi : 45 (1989-2023)

ABSTRACT

Abigail Trisna Tambajong (01071190111)

THE EFFECT OF SLEEP QUALITY ON THE DEGREE OF PRIMARY DYSMENORRHEA IN MEDICAL FACULTY STUDENTS OF UNIVERSITAS PELITA HARAPAN CLASS OF 2019-2023

(xi + 58 pages : 6 tables, 9 figures, 7 attachments)

Background : *Menstruation is a sign of sexual maturation in women that occurs every month in a hormonal cycle. During menstruation, dysmenorrhea or menstrual pain is often felt and complained about. Dysmenorrhea can interfere with daily activities depending on the degree of severity. One of the risk factors for dysmenorrhea is poor sleep quality. Poor sleep quality is associated with increased sensitivity to pain and also increases prostaglandin production during menstruation so that it can cause or increase pain.*

Objective : *This study aims to determine the effect of sleep quality on the degree of dysmenorrhea pain in Pelita Harapan University Faculty of Medicine students class of 2019-2023.*

Methodology : *This study is a correlative analytic study with a cross-sectional observation method, which is conducted online with a convenience sampling technique. The questionnaires used to obtain data were PSQI to measure sleep quality and WaLIDD score to measure the degree of dysmenorrhea.*

Results : *Data that met the inclusion and exclusion criteria obtained 191 respondents with 109 (57.07%) respondents had poor sleep quality and 106 (55.50%) respondents had a moderate degree of dysmenorrhea. The results showed a relationship with a positive correlation direction ($r=0.311$) and significant correlation ($p<0.001$) between the two variables.*

Conclusion : *This study shows the relationship between poor sleep quality and the degree of primary dysmenorrhea in Pelita Harapan University Faculty of Medicine students class of 2019-2023.*

Keywords : *Sleep quality, pain, dysmenorrhea, menstruation.*

References : *45 (1989-2023)*