



**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DAN TINGKAT STRES DENGAN
KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMK
KESEHATAN KOTA TANGERANG**

*The Relationship Of Physical Activity And Stress Level With The Incident Of
Primary Dymenorrhore In Adolescent Women At Health Vocational Schools In
Tangerang City*

Enggar Pradiasa Mardika Candi^{1*}, Febi Ratnasari² A.Y.G. Wibisono³

^{1,2,3}Universtas Yatsi Madani

Email: menggarpradiass@gmail.com

Abstract

Background: Dysmenorrhea is one of the most common disorders experienced by women. Dysmenorrhea usually occurs before menstruation. Dysmenorrhea is usually in the form of pain in the lower abdomen and pelvis which can cause pain in the back and thighs. Objective: To analyze the relationship between physical activity and stress levels with the incidence of primary dysmenorrhea in young women at SMK Kesehatan Kota Tangerang. Research Design: This type of research uses a quantitative method with a cross sectional methodology. Sample technique: Using a purposive sample technique with the Lemeshow formula. With a total sample of 384. Data analysis: Skewness Kurtosis Normality Test, Univariate Analysis, and Chi-Square Liked Lihood Bivariate Analysis. Results: The Chi-Square Liked Lihood test of physical activity with the incidence of dysmenorrhea obtained a p-value of 0.030 <0.05, so it can be concluded that there is a relationship between physical activity and the incidence of dysmenorrhea in young women at SMK Kesehatan Kota Tangerang. The results of the Chi-Square Liked Lihood Test for stress levels with the incidence of dysmenorrhea obtained a p-value of 0.032 <0.05, so it can be concluded that there is a relationship between stress levels and the incidence of dysmenorrhea in young women at SMK Kesehatan Kota Tangerang. Conclusion: From this study, there is a significant relationship between physical activity and stress levels with the incidence of dysmenorrhea in young women at SMK Kesehatan Kota Tangerang. Keywords: Physical Activity, Stress Level, Dysmenorrhea

Abstrak

Latar Belakang : *Dismenore* merupakan sebagai salah satu gangguan yang paling sering dialami perempuan. *Dismenore* tersebut biasanya terjadi sebelum menstruasi. *Dismenore* biasanya berupa adanya nyeri bagian abdomen bawah dan pelvis yang bisa menyebabkan nyeri ke area punggung dan juga paha. Tujuan : Menganalisis hubungan aktivitas fisik dan tingkat stress dengan kejadian *dismenore* primer pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang. Desain Penelitian: Jenis penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan metodologi *cross sectional*. Tehnik Sampel : menggunakan Teknik *Sampel purposife* dengan rumus *Lemeshow*. Dengan jumlah sampel 384. Analisa data : Uji Normalitas *Skewness Kurtosis*, Analisis Univariat, dan Analisis Bivariat *Chi-Square Liked Lihood*. Hasil : Uji *Chi-Square Liked Lihood* aktivitas fisik dengan kejadian *dismenore* diperoleh hasil *p-value* 0,030 <0,05, maka dapat disimpulkan terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang. Hasil Uji *Chi-Square Liked Lihood* tingkat stres dengan kejadian *dismenore* diperoleh hasil *p-value* 0,032 <0,05, maka dapat disimpulkan terdapat

hubungan tingkat stres dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang.

Kata Kunci: *Aktivitas Fisik, Tingkat Stres, dan Dismenore Primer*

PENDAHULUAN

Dismenore ialah gangguan yang cukup sering dialami wanita. *Dismenore* tersebut biasanya terjadi sebelum menstruasi. *Dismenore* biasanya berupa adanya nyeri bagian abdomen bawah dan pelvis yang bisa menyebabkan nyeri ke area punggung dan juga paha. (Rusli., 2019). Nyeri *dismenore* primer yang terjadi saat haid dan bukan karena kondisi medis, biasanya terjadi 6-12 bulan setelah *menarche*. Biasanya terjadi pada remaja putri dan wanita yang belum pernah melahirkan. Wanita dengan kram menstruasi 10 kali lebih mungkin mengeluarkan hormon prostaglandin dibandingkan wanita tanpa kram *dismenore*. Jika ada peningkatan hormon prostaglandin maka akan aktif pada usus besar dan kontraksi rahim (Salsabila ., 2023).

Menurut data WHO, penderita *dismenore* berat pada wanita 90% sebesar 1.769.425 (Salsabila 2023). Proporsi *dismenore* pada wilayah Asia kurang lebih 84,2%, yang terjadi secara khusus di Asia Timur Laut 68,7%, untuk wilayah Asia Timur Tengah 74,8% dan hampir 50,0% wilayah Asia Utara. Angka untuk ASEAN menunjukkan angka yang beda, Thailand 84,2%, *dismenore* di wilayah Melayu 69,4%, Indonesia 65% wanita bekerja yang menderita *dismenore* primer, di mana 15% memiliki keluhan aktivitas menjadi terbatas di akibatkan *dismenore* pada remaja menunjukkan proporsi yang cukup tinggi. Populasi di Indonesia dengan kejadian *dismenore* terjadi pada 60 sampai 70% wanita seluruh Indonesia. Kejadian *dismenore* primer di Indonesia sebesar 45,11% (Ratnasari., 2022). Remaja perempuan Indonesia sendiri mengalami penyebab dari *dismenore* primer sebesar 59,2% dan mengalami penurunan aktivitas. *Dismenore* berdampak menurunkan kualitas hidup dengan jumlah sebanyak 5,6% membolos saat sekolah, Sebagian 35,2% tidak merasa terganggu. Ada beberapa faktor resiko *dismenore* di antaranya *menarche* pada usia dini, panjang nya masa menstruasi, merokok, dan terdapat Riwayat keluarga (Salamah, 2019). Data dari Dinkes Kota Tangerang, Total pasien yang mengeluh *dismenore* di tahun 2011 sebanyak 237, 2012 cukup naik jadi 435. dan 2013 sebanyak 424 dengan keluhan *dismenore* (Fadjriyaty & Samaria, 2021).

Kurang aktivitas fisik berdampak pada suatu faktor penyebab nyeri haid. Olahraga merupakan salah satu cara untuk membantu meringankan nyeri *dismenore*. Selain aktivitas fisik adapun permasalahan remaja biasanya secara psikis dan fisik, tubuh mulai memproduksi hormon dengan kelebihan hormon adrenalin, estrogen, progesterone dan prostaglandin, yang menyebabkan kram menstruasi karena kontraksi rahim yang kuat, rasa sakit yang bervariasi dari beberapa orang tergantung pada seberapa banyak stress (Fadjriyaty, 2021).

Hasil studi pendahuluan peneliti pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang masuk dalam kriteria *dismenore*, menunjukkan bahwa siswi di SMK Kesehatan Kota Tangerang mengalami *dismenore*. Dari hasil studi pendahuluan peneliti akan menjalankan penelitian tentang Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres Dengan Kejadian *Dismenore* Primer Pada Remaja Putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang. Penelitian ini memiliki tujuan menganalisis hubungan aktivitas fisik dan tingkat stress dengan kejadian *dismenore* primer pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang.

METODE

Penelitian kuantitatif ini menggunakan *cross sectional* seperti menganalisis kumpulan data yang dilakukan di waktu yang sama. Selain itu *cross sectional* menganalisis adanya hubungan antar variable dependen dan independent. Tujuan dari penelitian ini ialah melihat apakah ada hubungan aktivitas fisik dan tingkat stress kepada remaja dengan kejadian dismenore di SMK Kesehatan Kota Tangerang. Teknik yang digunakan ialah *Sampel purposive* merupakan metode pengambilan sampel yang diterapkan secara selektif dengan kriteria inklusi yang telah ditetapkan. Dr. Jenita Doli Tine Donsu, SKM, 2016. Menurut (Riyanto dan Hermawan 2020). Sampel perhitungan menggunakan rumus Lemeshow dan digunakan untuk mengetahui jumlah populasinya besar dan tidak dapat diketahui secara pasti.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Data Umum Hasil Penelitian

Karakteristik Usia Remaja Putri Di SMK Kesehatan Kota Tangerang (n=384)

Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
16 Tahun	201	52,3%
17 Tahun	166	43,2%
18 Tahun	17	4,5%
Total	384	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik (n=384)

Aktivitas Fisik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Berat	56	15%
Sedang	154	40%
Ringan	174	45%
Total	384	100

Berdasarkan table diatas menggunakan data yang distribusi frekuensi Aktivitas Fisik pada responden untuk mengetahui responden yang Aktivitas fisik nya berat, (15%), Aktivitas fisik sedang, (40%), Aktivitas fisik ringan, (45%). Dapat disimpulkan remaja putri SMK Kesehatan Kota Tangerang mengalami Aktivitas ringan.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Tingkat Stres (n=384)

Tingkat Stres	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Ringan	0	0%
Sedang	175	46%
Berat	209	54%
Total	384	100

Berdasarkan tabel diatas menggunakan dari data distribusi frekuensi Tingkat Stres,pada responden dapat diketahui bahwa responden yang Tingkat Stres ringan, (0%), Tingkat Stres sedang (46%), Tingkat Stres berat (54%). Dapat disimpulkan remaja putri SMK Kesehatan Kota Tangerang mengalami Stres berat.

Tabel 4. Distribusi Frekuensi Dismenore Primer (n=384)

Kategori Nyeri	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Tidak Nyeri	2	1%
Nyeri Ringan	28	7%

Nyeri Sedang	166	43%
Nyeri Berat	188	49%
Total	384	100

Berdasarkan table diatas diketahui hasil data distribusi frekuensi *Dismenore* pada responden dapat diketahui bahwa responden yang Tidak nyeri, (1%), Nyeri ringan, (7%), Nyeri sedang, (43%), Nyeri Berat (49%). Dapat disimpulkan remaja putri SMK Kesehatan Kota Tangerang mengalami Nyeri berat saat *Dismenore*.

Tabel 5. Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian *Dismenore* Primer Pada Remaja Putri SMK Kesehatan Kota Tangerang

Aktivitas Fisik	<i>Dismenore</i> Pada Remaja Putri SMK Kesehatan Kota Tangerang										<i>p value</i> 0,030
	Tidak nyeri	%	Nyeri ringan	%	Nyeri sedang	%	Nyeri berat	%	Total	%	
	n		n		n		n				
Berat	1	0,3	3	0,8	31	8,1	21	5,4	56	14,6	
Sedang	1	0,3	14	3,7	66	17,1	73	19	154	40,1	
Ringan	0	0,0	11	2,9	69	17,9	94	24,5	174	45,3	
Total	2	0,5	28	7,3	166	43,2	188	49	384	100	

Tabel diatas menunjukkan dari 384 responden sebagian memiliki aktivitas fisik berat saat *dismenore* sebanyak 14,6% (56 responden), aktivitas sedang 40,1% (154 responden), aktivitas ringan 45,3% (174 responden). Hasil uji, *Chi-Square Likelihood Ratio* didapatkan hasil *p-value* 0,030 <0,05, dapat disimpulkan terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang.

Table 6. Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian *Dismenore* Primer Pada Remaja Putri SMK Kesehatan Kota Tangerang

Tingkat Stres	<i>Dismenore</i> Primer Pada Remaja Putri SMK Kesehatan Kota Tangerang										<i>p value</i> 0,032
	Tidak nyeri	%	Nyeri ringan	%	Nyeri sedang	%	Nyeri berat	%	Total	%	
	n		n		n		n				
Ringan	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	0	0,0	
Sedang	2	0,5 %	14	3,7%	78	20,3%	81	21,1 %	175	45,6%	
Berat	0	0,0 %	14	3,6%	88	22,9%	107	27,9 %	209	54,4%	
Total	2	0,5 %	28	7,3%	166	43,2%	188	49 %	384	100 %	

Tabel diatas menunjukkan dari 384 responden sebagian besar yang memiliki tingkat stress ringan saat *dismenore* sebanyak 0,0% (0 responden), tingkat stress sedang 45,6% (175 responden), tingkat stress berat 54,4% (209 responden). Hasil uji, *Chi-Square Likelihood Ratio* didapatkan hasil, *p-value* 0,032 <0,05, dapat disimpulkan terdapat hubungan tingkat stress dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang.

PEMBAHASAN**Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian *Dismenore* Primer Pada Remaja Putri SMK Kesehatan Kota Tangerang**

Tabel 5 Hasil Analisa bivariat diketahui responden yang memiliki aktivitas ringan banyak mengalami kejadian *dismenore*, primer. Hasil uji hipotesis menggunakan *Chi-Square Likelihood Ratio* didapatkan hasil *p-value* 0,030 <0,05, kesimpulannya terdapat hubungan aktivitas fisik dengan, kejadian *dismenore* primer pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang. Penyebab dari terjadinya aktivitas ringan dikarenakan siswi di SMK Kesehatan Kota Tangerang lebih banyak duduk santai dan tiduran saat ada jam kosong, kurangnya gerak dan tidak ada semangat dalam berolahraga bisa menimbulkan aktivitas ringan terjadi. Siswi pada usia remaja baiknya memiliki aktivitas fisik sedang sehingga mampu mengimbangi dalam kegiatan sekolah dan juga kesehatannya. Menurut (Kusumo, 2020) setidaknya 150-300 menit untuk aktivitas fisik aerobik intensitas sedang. Dalam aktivitas ada keterbatasan jumlah waktu yang digunakan untuk tidak banyak gerak berlebihan untuk membantu mengurangi dampak negative yang berkelanjutan. Peneliti (Sugiyanto & Luli 2020) memiliki hasil *p-value*, 0,000 ($p < 0,005$) maka terdapat, hubungan signifikan antara aktivitas fisik dengan tingkat, *dismenore* pada siswi XII SMK Negeri 2 Godean. Menunjukkan hasil bahwa siswi, dengan aktivitas fisik rendah dan aktivitas fisik tinggi ada kecenderungan lebih besar merasakan *dismenore* dibanding dengan responden yang aktivitas sedang. (Adinda Aprilia., 2022) menunjukkan jika *dismenore* lebih banyak pada siswi yang aktivitasnya kurang (91,2%). Dengan nilai *p-value* <0,05 sebesar ,0,000 menunjukkan terdapat hubungan aktivitas fisik dengan kejadian *dismenore*.

Peneliti menyimpulkan bahwa aktivitas fisik sedang bisa jadi salah satu cara untuk mengurangi nyeri. Dikarenakan dilakukannya aktivitas fisik atau olahraga bisa mengurangi produksi hormon *prostaglandin* yang menyebabkan sakit saat *dismenore*.

Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian *Dismenore* Primer Pada Remaja Putri SMK Kesehatan Kota Tangerang

Tabel 6 Analisa bivariat diketahui bahwa responden dengan tingkat stress berat banyak merasakan *dismenore* primer. Hasil uji *Chi-Square Likelihood Ratio* didapatkan hasil, *p-value* 0,032 <0,05 dapat disimpulkan terdapat hubungan tingkat stres dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang. Sebaiknya di usia remaja memiliki tingkat stress yang ringan akan tetapi hasilnya Siswi SMK Kesehatan Kota Tangerang memiliki tingkat stress yang cukup berat dikarenakan kurangnya aktivitas fisik yang bisa mengeluarkan hormon endorfin, hormon endorfin itu sendiri merupakan hormon yang menyebabkan Bahagia dan mampu mengurangi tingkat stres. Menurut (Jannah & Santoso, 2021) faktor utama penyebab stress siswa dikarenakan tugas pembelajaran yang mereka sulit dalam mengatur waktu. Hasil penelitian (Salsabila 2023) menunjukkan bahwa dari 81 partisipan stress berat, mengalami *dismenore* sedang 39,5%. Hasil uji statistik Spearman Rho menunjukkan seberapa kuat relasi 0,331 (relevansi rendah) dan *p-value* 0,003 <0,05, sehingga kesimpulannya bahwa ada hubungan tingkat stress dengan kejadian *dismenore* pada mahasiswi tingkat akhir di STIKESs Hang Tuah Surabaya. Sejalan dengan penelitian (Adinda Aprilia., 2022) menunjukkan hasil proporsi tingkat stress berat (86%) dengan *p-value* 0,30 <0,05 menghasilkan terdapat hubungan tingkat stres

dengan kejadian dismenore.

Peneliti menyimpulkan bahwa tingkat stress berat dapat mempengaruhi kejadian *dismenore* primer pada remaja SMK Kesehatan Kota Tangerang. Stress bisa timbul di karena kan adanya beberapa faktor yaitu ada masalah individu, seperti konflik internal.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dengan 384 remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang. Menunjukan hasil terdapat Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan kejadian *Dismenore* Primer pada remaja putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang.

DAFTAR PUSTAKA

- Adzkia, M., & Kartika, I. R. (2020b). Hipnoterapi Untuk Menurunkan Nyeri Dismenore : Tinjauan Pustaka. *REAL in Nursing Journal*, 3(2), 115. <https://doi.org/10.32883/rnj.v3i2.416>
- Aksari, W. (2022b). *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri SMPN 01 Kabupaten Bengkulu Tengah*.
- Fadjriyaty, T. (2021). *Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Skala Dismenorea Primer Pada Siswi Sma Negeri 4 Tangerang Selatan Dimasa Pandemi Covid-19*.
- Fadjriyaty, T., & Samaria, D. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Dismenorea Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(3), 208. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i3.551>
- Kristian, F. (2021a). Gamabran Pengatahuan Dan Sikap Putri Dalam Menangani Dismenore Di Sma Airlangga Namu Ukur Tahun 2021. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.
- Los, U. M. D. E. C. D. E. (n.d.). *Buku Ajar Psikoterapi Self Help Group Pada Keluarga Pasien Skizofrenia*.
- Adinda Aprilia, T., Noor Prastia, T., & Saputra Nasution, A. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Di Kota Bogor. *Promotor*, 5(3), 296–309. <https://doi.org/10.32832/pro.v5i3.6171>
- Fadjriyaty, T., & Samaria, D. (2021). Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Dismenorea Di Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(3), 208. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i3.551>
- Ira, I. K., Antonilda Ina, A., & Tjondronegoro, P. (2021). Pengaruh Yoga Terhadap Skala Nyeri Disminore. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 4(1), 37–46. <https://doi.org/10.32584/jikm.v4i1.1009>
- Ismawati, F., & Purnawan, A. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Siswi SMK Informatika Ciputat Tahun 2022. *Frame of Health Journal*, 1(2), 173–180.
- Jannah, R., & Santoso, H. (2021). Tingkat Stres Mahasiswa Mengikuti Pembelajaran Daring pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Riset Dan Pengabdian Masyarakat*, 1(1), 130–146. <https://doi.org/10.22373/jrpm.v1i1.638>
- Kristian, F. (2021). Gamabran Pengatahuan Dan Sikap Putri Dalam Menangani



- Dismenore Di Sma Airlangga Namu Ukur Tahun 2021. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.
- Kusumo, M. P. (2020). Buku Pemantauan Aktivitas Fisik Mahendro Prasetyo Kusumo. In *Yogyakarta: The Journal Publishing*. http://repository.umsida.ac.id/bitstream/handle/123456789/35896/Buku_pemantauan_aktivitas_fisik.pdf?sequence=1
- Salsabila, H., Budiarti, A., Chabibah, N., & Ernawati, D. (2023). *Hubungan Tingkat Stres dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi Tingkat Akhir di STIKES Hang Tuah Surabaya Pendahuluan*. 0–7.
- Sugiyanto, & Luli, N. A. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Dismenore pada Siswi Kelas XII SMK Negeri 2 Godean Sleman Yogyakarta. *University Research Colloquium 2020*, 7–15. <http://repository.urecol.org/index.php/proceeding/article/view/979>
- Purnami, C. T., & Sawitri, D. R. (2019a). Instrumen “ Perceive Stress Scale ” Online Sebagai Alternatif Alat Pengukur Tingkat Stress Secara Mudah Dan Cepat. *Seminar Nasional Kolaborasi Pengabdian Kepada Masyarakat UNDIP-UNNES*, 311–314.
- Purnami, C. T., & Sawitri, D. R. (2019b). Instrumen “ Perceive Stress Scale ” Online Sebagai Alternatif Alat Pengukur Tingkat Stress Secara Mudah Dan Cepat. *Seminar Nasional Kolaborasi Pengabdian Kepada Masyarakat UNDIP-UNNES*, 311–314.
- Ratnasari, F., Suprobawati, D. P., Tias, E., Septian, F., Ramadhayanti, G., Muhndandar, I. S., Rahayu, K., Qamrul, S., Ningsih, S. W., Hartati, S., Nurpaidah, T., & Yuapinamaya. (2022). Kupas tuntas gangguan menstruasi dismenorea pada remaja. *Nhs*, 1(12), 1–6.
- Richard oliver (dalam Zeithml., dkk 2018). (2021). METODE PENELITIAN A. *Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952., 2013–2015.
- Rusli, Y., Angelina, Y., & Hadiyanto, H. (2019). Hubungan Tingkat Stres dan Intensitas Dismenore pada Mahasiswi di Sebuah Fakultas Kedokteran di Jakarta. *EJournal Kedokteran Indonesia*, 7(2), 122–126. <https://doi.org/10.23886/ejki.7.10101>.
- Salamah, U. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(03), 123–127. <https://doi.org/10.33221/jiki.v9i03.382>
- Salsabila, H., Budiarti, A., Chabibah, N., & Ernawati, D. (2023a). *Hubungan Tingkat Stres dan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi Tingkat Akhir di STIKES Hang Tuah Surabaya Pendahuluan*. 0–7.
- Student, M. T., Kumar, R. R., Ommets, R. E. C., Prajapati, A., Blockchain, T.-A., MI, A. I., Randive, P. S. N., Chaudhari, S., Barde, S., Devices, E., Mittal, S., Schmidt, M. W. M., Id, S. N. A., PREISER, W. F. E., OSTROFF, E., Choudhary, R., Bit-cell, M., In, S. S., Fullfillment, P., ... Fellowship, W. (2021b). Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 2 Polewali Kabupaten Polewali Mandar.. *Frontiers in Neuroscience*, 14(1), 1–13.
- Taylor, J. M. (2015a). Psychometric analysis of the ten-item perceived stress scale. *Psychological Assessment*, 27(1), 90–101. <https://doi.org/10.1037/a0038100>



- Taylor, J. M. (2015b). Psychometric analysis of the ten-item perceived stress scale. *Psychological Assessment*, 27(1), 90–101. <https://doi.org/10.1037/a0038100>
- Usmadi, U. (2020). Pengujian Persyaratan Analisis (Uji Homogenitas Dan Uji Normalitas). *Inovasi Pendidikan*, 7(1), 50–62. <https://doi.org/10.31869/ip.v7i1.2281>
- V.A.R.Barao, R.C.Coata, J.A.Shibli, M.Bertolini, & J.G.S.Souza. (2022a). Hubungan Aktivitas Fisik Pada Remaja Putri Dengan Nyeri HAid (Dismenore) Primer Di SMAN 1 Abiansemal. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.
- V.A.R.Barao, R.C.Coata, J.A.Shibli, M.Bertolini, & J.G.S.Souza. (2022b). Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Tingkat Akhir Di Stikes Hang Tuah Surabaya Oleh. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.
- V.A.R.Barao, R.C.Coata, J.A.Shibli, M.Bertolini, & J.G.S.Souza. (2022c). Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Tingkat Akhir Di Stikes Hang Tuah Surabaya Oleh. *Braz Dent J.*, 33(1), 1–12.

