

# Hubungan antara dismenorea dengan kualitas tidur pada mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan Universitas Indonesia angkatan 2016 dan 2017 = Correlation between dysmenorrhea with sleep quality among health science students of class 2016 and 2017 in Universitas Indonesia

Hanifa Febsayana Khoirunnisa, author

Deskripsi Lengkap: <https://lib.ui.ac.id/detail?id=20473857&lokasi=lokal>

---

## Abstrak

Dismenorea merupakan salah satu keluhan umum yang dialami perempuan usia 17-24 tahun ketika menstruasi yang berdampak pada penurunan produktivitas dan kualitas tidur. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan antara dismenorea dengan kualitas tidur. Penelitian menggunakan pendekatan cross-sectional dengan pengambilan sampel sejumlah 194 mahasiswa Rumpun Ilmu Kesehatan UI angkatan 2016 dan 2017. Instrumen penelitian menggunakan Numeric Rating Scale NRS, the Pittsburgh Sleep Quality Index PSQI, dan Insomnia Severity Index ISI.

Hasil penelitian menunjukkan 168 mahasiswa 86,6 mengalami dismenorea dengan 112 mahasiswa 66,7 mengalami nyeri berat. Hasil pengelompokkan skor PSQI dan ISI menunjukkan 130 responden 77,4 memiliki kualitas tidur buruk dan 47 responden 28 mengalami insomnia. Hasil analisis uji t-independen menunjukkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara intensitas dismenorea dengan kualitas tidur  $p=0,078$ ,  $=0,05$  dan kejadian insomnia  $p=0,104$ ,  $=0,05$ . Edukasi mengenai penanganan dismenorea dan pentingnya pemenuhan kebutuhan tidur perlu diberikan sebagai upaya preventif dan promotif untuk mencegah masalah lebih lanjut.

.....

Dysmenorrhea is one of the most common complaints experienced by women aged 17-24 years old when menstruating which affects the decrease in productivity and quality of sleep. This study aimed to identify the correlation between dysmenorrhea and sleep quality. This study used cross sectional approach with sampling of 194 students of Health Sciences in Universitas Indonesia class of 2016 and 2017. The research instrument used the Numeric Rating Scale NRS, the Pittsburgh Sleep Quality Index PSQI, and Insomnia Severity Index ISI.

The results showed that 168 students 86,6 experienced dysmenorrhea with 112 students 66,7 experienced severe pain. The result of t independent test showed that there was no significant correlation between intensity of dysmenorrhea with sleep quality  $p=0,078$ ,  $0,05$  and insomnia occurrence  $p=0,104$ ,  $0,05$ . Education on the treatment of dysmenorrhea and the importance of meeting the needs of sleep should be given as a preventive and promotive effort to prevent further problems.