

ABSTRAK

Wiyandari, Lani. 2016. **Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Derajat Nyeri Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Malang**. Tugas Akhir. Program Studi S1 Kebidanan Fakultas Kedokteran Universitas Brawijaya. Pembimbing: (1) Dr. dr. Endang Sriwahyuni, MS, AIF (2) Miftahul Jannah, SST, M. Keb

Dismenore primer adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan ditandai dengan rasa nyeri di daerah perut atau panggul tanpa disertai kelainan ginekologi. Dismenore primer dapat disebabkan oleh beberapa faktor, diantaranya adalah kualitas tidur. Kualitas tidur adalah kemampuan individu untuk tetap tertidur dan mendapatkan jumlah tidur REM dan NREM yang cukup. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan yang terbalik antara kualitas tidur dengan derajat nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Malang. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 10 -17 September 2016 dan menggunakan desain penelitian observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Metode sampling yang digunakan adalah *simple random sampling* dengan total sampel sebanyak 80 orang remaja putri kelas X dan XI. Independen variabel dalam penelitian ini adalah kualitas tidur yang diukur dengan kuesioner *PSQI*, sedangkan dependen variabelnya adalah derajat nyeri dismenore primer yang diukur dengan sistem skoring multidimensional Andersch dan Milsom. Data penelitian dianalisis dengan uji *chi square* dan menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang terbalik dan bermakna antara kualitas tidur dengan derajat nyeri dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Malang ($p < 0,05$). Berdasarkan penelitian ini diharapkan para wanita termasuk remaja putri dapat menjaga kualitas tidurnya agar tetap baik untuk mengurangi resiko terjadinya dismenore primer.

Kata kunci: kualitas tidur, dismenore primer, remaja putri

ABSTRACT

Wiyandari, Lani. 2016. **Correlation between Quality of Sleep with Pain Degree of Primary Dysmenorrhea in Female Adolescent at Senior High School 1 Malang**. Final Assignment. Bachelor of Midwifery Faculty of Medicine, Brawijaya University. Advisors: (1) Dr. dr. Endang Sriwahyuni, MS, AIF (2) Miftahul Jannah, SST, M. Keb

Primary dysmenorrhea is a medical condition which occur at menstrual period that can disturb activity and marked by pain sensation at abdominal or pelvic region without gynecological abnormalities. Primary dysmenorrhea can caused by many factors, which one is quality of sleep. Quality of sleep is an individual ability to stay asleep and get optimal amounts of REM and NREM. The aim of this study is to know that there is an inverse correlation between quality of sleep with pain degree of primary dysmenorrhea in female adolescent at Senior High School 1 Malang. This study was conducted at September 10th to September 17th 2016 which use observational analytic for study design with cross sectional approach. Sampling method of this study is simple random sampling with total sample as many as 80 female students at X and XI classes. The independent variable of this study is quality of sleep that measured by PSQI questionnaire whereas the dependent variable is pain degree of primary dysmenorrhea that measured by multidimensional scoring system Andersch and Milsom. Data of this study analyzed by chi square test and showed that there is an inverse and meaningful correlation between quality of sleep with pain degree of primary dysmenorrhea in female adolescent at Senior High School 1 Malang ($p < 0,05$). Based on this study, female adults and adolescent are expected to keep their quality of sleep to decrease the risk of primary dysmenorrhea.

Keywords: quality of sleep, primary dysmenorrhea, female adolescent