



HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER

**Studi Observasional pada Mahasiswi Angkatan 2021
Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat**

Skripsi
Diajukan Guna Memenuhi
Sebagian Syarat Memperoleh Derajat Sarjana Kedokteran
Fakultas Kedokteran Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat

Oleh
Haura Huwaida Zhafira
2110911320028

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN PROGRAM SARJANA
FAKULTAS KEDOKTERAN ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS LAMBUNG MANGKURAT
BANJARMASIN**

Desember 2024

PENGESAHAN SKRIPSI

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN
DISMENORE PRIMER

Haura Huwaida Zhafira, NIM: 2110911320028

Telah dipertahankan di hadapan Dewan Penguji Skripsi
Program Studi Kedokteran Program Sarjana
Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan
Universitas Lambung Mangkurat
Pada Hari Kamis, Tanggal 12 Desember 2024

Pembimbing I

Nama: Dr. Roselina Panghiyangani, S.Si, M.Biomed
NIP : 197009252000032001

Pembimbing II

Nama: Dr. dr. Meitria Syahadatina Noor, M.Kes
NIP : 197905192006042001

Penguji I

Nama: Dr. dr. Siti Kaidah, M.Sc.
NIP : 197305292005012001

Penguji II

Nama: dr. Ida Yuliana, M.Biomed
NIP : 198107082006042001



3 Januari 2025

Mengetahui,
Studi Kedokteran Program Sarjana

Dr. Sanyoto, M.Kes, M.Med.Ed.
NIP.197203071997021002

PERNYATAAN

Dengan ini saya menyatakan bahwa dalam skripsi ini tidak terdapat karya yang pernah diajukan untuk memperoleh gelar kesarjanaan di suatu perguruan tinggi, dan sepanjang pengetahuan saya juga tidak terdapat karya atau pendapat yang pernah ditulis atau diterbitkan oleh orang lain, kecuali yang secara tertulis diacu dalam naskah ini dan disebutkan dalam daftar pustaka.

Banjarmasin, 1 Desember 2024



Haura Huwaida Zhafira

ABSTRAK

HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER

Haura Huwaida Zhafira

Dismenore primer merupakan keluhan reproduksi yang paling sering dialami oleh wanita usia produktif, tidak terkecuali mahasiswi, ditandai dengan nyeri pada perut bagian bawah akibat kontraksi otot rahim yang dipicu oleh prostaglandin. Mahasiswi Fakultas Kedokteran memiliki tekanan akademik dan jadwal padat, yang dapat mempengaruhi kualitas tidur. Penelitian ini bertujuan untuk menjelaskan hubungan antara kualitas tidur dan kejadian dismenore primer. Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang menggunakan pendekatan observasional analitik dengan desain penelitian *cross-sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling*, menggunakan instrumen *Pittsburgh Sleep Quality Index* (PSQI) untuk menilai kualitas tidur dan *Menstrual Symptom Questionnaire* (MSQ) untuk menilai dismenore primer. Sampel pada penelitian sebanyak 64 responden menggunakan uji statistik *Chi-Square* dengan alternatif menggunakan uji *Fisher Exact* apabila tidak memenuhi syarat. Total 64 responden, sebanyak 40 responden (62,5%) yang memiliki kualitas tidur buruk tidak mengalami dismenore, sementara 23 responden (35,9%) yang juga memiliki kualitas tidur buruk mengalami dismenore. Hanya 1 responden (1,6%) yang memiliki kualitas tidur baik, dan tidak mengalami dismenore. Berdasarkan hasil uji *Fisher Exact* didapatkan nilai $p = 1.000 (>0,05)$. Kesimpulan penelitian ini tidak terdapat hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dan kejadian dismenore primer pada mahasiswi Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas Kedokteran Universitas Lambung Mangkurat Angkatan 2021.

Kata-kata kunci: Kualitas tidur, dismenore primer.

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN SLEEP QUALITY AND PRIMARY DYSMENORRHEA

Haura Huwaida Zhafira

Primary dysmenorrhea, the most common reproductive issue among women of reproductive age, is characterized by lower abdominal pain due to uterine muscle contractions triggered by prostaglandins. Medical students, who face academic pressures and busy schedules, may be particularly susceptible to sleep disturbances that could influence the occurrence of primary dysmenorrhea. This study aimed to examine the relationship between sleep quality and the incidence of primary dysmenorrhea. This was a quantitative, observational analytical study with a cross-sectional design. Sampling used a purposive technique. The Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI) assessed sleep quality, and the Menstrual Symptom Questionnaire (MSQ) evaluated primary dysmenorrhea. Of the 64 respondents, 40 (62.5%) with poor sleep quality did not experience dysmenorrhea, while 23 (35.9%) with poor sleep quality did have dysmenorrhea. Only 1 respondent (1.6%) had good sleep quality and no dysmenorrhea. Fisher's exact test found p value = 1.000 (>0.05) at a 95% confidence level. Conclusion, There is no significant relationship between sleep quality and the incidence of primary dysmenorrhea among undergraduate medical students of the Faculty of Medicine, Lambung Mangkurat University, Class of 2021

Keywords: *Sleep quality, primary dysmenorrhea*

KATA PENGANTAR

Puji syukur ke hadirat Allah SWT yang telah memberikan rahmat-Nya sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul “**HUBUNGAN KUALITAS TIDUR DENGAN KEJADIAN DISMENOIRE PRIMER**“, tepat pada waktunya.

Skripsi ini disusun untuk memenuhi sebagian syarat guna memperoleh derajat sarjana kedokteran di Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Lambung Mangkurat Banjarmasin. Dalam kesempatan ini penulis mengucapkan terimakasih kepada:

1. Dekan Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Prof. Dr. dr. Syamsul Arifin, M.Pd., FISPH, FISCM yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
2. Koordinator Program Studi Kedokteran Program Sarjana Dr. dr. Didik Dwi Sanyoto, M.Kes, M.Med.Ed, yang telah memberi kesempatan dan fasilitas dalam pelaksanaan penelitian.
3. Kedua dosen pembimbing Dr. Roselina Panghiyangani, S.Si, M.Biomed, dan Dr. dr. Meitria Syahadatina Noor, M. Kes, yang berkenan memberikan saran dan arahan dalam penyelesaian skripsi ini.
4. Kedua dosen penguji Dr. dr. Siti Kaidah, M.Sc. dan dr. Ida Yuliana, M.Biomed, yang memberi kritik dan saran sehingga skripsi ini menjadi semakin baik.

5. Koordinator program studi, koordinator angkatan dan seluruh staf Program Studi Kedokteran Program Sarjana Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan ULM yang telah membantu dalam penelitian.
6. Kedua orang tua penulis, Bapak Akhmad Murjani dan Ibu Siti Noor Asiyah serta saudara-saudara penulis, Amirah, Rania, Kalila, dan seluruh keluarga penulis yang senantiasa memberikan doa dan dukungan demi kelancaran penyusunan skripsi ini.
7. Sahabat penulis, Hana, Sabrina, Fadia, Nida, Caesa, Syahda, Alya, Dzikra *Annyeong, Goes to* dan teman-teman lain yang selalu memberikan dukungan, bantuan, dan mendengarkan keluh kesah penulis selama proses penyusunan skripsi.
8. Rekan penelitian, Nida dan Caesa yang telah kebersamai dari awal dan bekerja sama baik suka maupun duka dalam membantu penelitian serta penulisan skripsi ini.

Penulis menyadari bahwa skripsi ini masih jauh dari kesempurnaan, akan tetapi penulis berharap penelitian ini bermanfaat bagi dunia ilmu pengetahuan.

Banjarmasin, Desember 2024

Penulis

DAFTAR ISI

	Halaman
HALAMAN JUDUL	I
HALAMAN PENGESAHAN	II
PERNYATAAN	III
ABSTRAK	IV
ABSTRACT	V
KATA PENGANTAR	VI
DAFTAR ISI	VIII
DAFTAR TABEL	X
DAFTAR GAMBAR	XI
DAFTAR LAMPIRAN	VIII
DAFTAR SINGKATAN	IX
BAB I PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah	3
C. Tujuan Penelitian	4
D. Manfaat Penelitian	4
E. Keaslian Penelitian.....	5
BAB II TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Tinjauan Umum tentang Menstruasi.....	7
B. Dismenore	9

C. Konsep Kualitas Tidur	16
D. Hubungan Kualitas Tidur dengan Dismenore.....	24
BAB III LANDASAN TEORI	26
A. Landasan Teori.....	26
B. Hipotesis.....	29
BAB IV METODE PENELITIAN	30
A. Rancangan Penelitian	30
B. Populasi dan Sampel	30
C. Instrumen Penelitian.....	33
D. Variabel penelitian	34
E. Definisi Operasional	35
F. Prosedur Penelitian	36
G. Teknik Pengumpulan dan Pengolahan Data	38
H. Cara Analisis Data.....	39
I. Waktu dan Tempat Penelitian.....	41
BAB V HASIL DAN PEMBAHASAN.....	42
A. Analisis Univariat.....	42
B. Analisis Bivariat.....	57
BAB VI PENUTUP	66
A. Simpulan	67
B. Saran.....	67
DAFTAR PUSTAKA.....	69
LAMPIRAN	74