

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN NYERI
DISMENORE PADA MAHASISWI KEPERAWATAN UMM**

SKRIPSI



Oleh : FAUZIA AINI

NIM. 202010420311012

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2023

**HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN NYERI
DISMENORE PADA MAHASISWI KEPERAWATAN UMM
SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Sebagai Persyaratan Mencapai Derajat Sarjana
Keperawatan (S.Kep) Pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu
Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang**



Oleh : FAUZIA AINI

NIM. 202010420311012

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH MALANG**

2023

LEMBAR PENGESAHAN

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN NYERI

DISMENORE PADA MAHASISWI KEPERAWATAN UMM

SKRIPSI

Disusun Oleh:

FAUZIA AINI

NIM. 202010420311012

Skripsi Ini Telah Disetujui

Tanggal,

Pembimbing



Nur Melizza, S.Kep, Ns., M.Kep
NIP.UMM. 140316091990

Mengetahui,

Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan

Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Malang



Edi Purwanto, S.Kep, Ns., MNg
NIP.UMM. 112.0405.0426

LEMBAR PERSETUJUAN

LEMBAR PERSETUJUAN

HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN KEJADIAN NYERI

DISMENORE PADA MAHASISWI KEPERAWATAN UMM

SKRIPSI

Disusun Oleh:

FAUZIA AINI

NIM. 202010420311012

Diujikan pada:
Tanggal, 04 Januari 2024

Penguji I:



Lilis Setyowati, M. Sc
NIP UMM. 110916051980

Penguji II



Nurilla Kholidah, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP UMM. 20230131071993

Penguji III



Nur Melizza, S.Kep., Ns., M.Kep
NIP.UMM. 140316091990

Mengetahui,

Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Muhammadiyah Malang



Dr. ~~Yoyok~~ Bekti Prasetyo, M.Kep., Sp.Kom
NIP.UMM. 1120.3090.405

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN

Saya yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Fauzia Aini

NIM : 202010420311012

Program Studi : Program Studi Ilmu Keperawatan FIKES UMM

Judul Skripsi : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan UMM

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Tugas Akhir yang saya tulis ini benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri.

Apabila dikemudian hari dapat dibuktikan bahwa Tugas Akhir ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Malang, 24 Juni 2023

Yang Membuat Pernyataan,



METERAI
TEMPEL
933AKX482658003

Fauzia Aini

NIM. 202010420311012

KATA PENGANTAR

Puji dan syukur saya panjatkan kehadiran Allah SWT, berkat rahmat dan bimbingan-Nya penulis dapat menyelesaikan pengajuan Skripsi dengan judul “Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Nyeri Dismenore Pada Mahasiswa Keperawatan UMM” sebagai persyaratan penelitian skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.

Saya sebagai penulis ingin mengucapkan banyak terima kasih atas bimbingan dan dukungan dari berbagai pihak dalam penyusunan skripsi ini. Berkaitan dengan ini izinkan penulis mengucapkan terimakasih yang sebesar-besarnya dengan hati yang tulus kepada :

- a. Bapak Dr. Yoyok Bakti Prasetyo, M.Kep, Sp. Kom. selaku Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang.
- b. Bapak Edi Purwanto, S.Kep., Ns, MNg selaku Ketua Program Studi Ilmu Keperawatan.
- c. Ibu Nur Melliza, S.Kep selaku selaku Dosen Pembimbing yang telah memberikan arahan dan kontribusi yang sangat besar selama proses penyusunan skripsi ini.
- d. Keluarga saya yaitu Bapak Joyo Supeno (Alm.) dan Ibu Dra. Nurhayati, Kedua Kakak dan Adik yang selalu memberikan doa dan motivasi kepada saya selama penyusunan skripsi ini.
- e. Semua teman-teman saya yang tidak dapat dijabarkan satu-persatu, yang selalu membantu, memberi semangat, dan mengingatkan saya untuk menyelesaikan penyusunan skripsi ini.

Dan semua pihak yang telah membantu penyelesaian skripsi ini. Mohon maaf atas segala kesalahan dan ketidaksopanan yang mungkin telah saya perbuat. Semoga

Allah SWT senantiasa memudahkan setiap langkah-langkah kita menuju kebaikan dan selalu menganugerahkan kasih sayang-Nya untuk kita semua. Amin.

Malang, 03 Januari 2024

Penulis

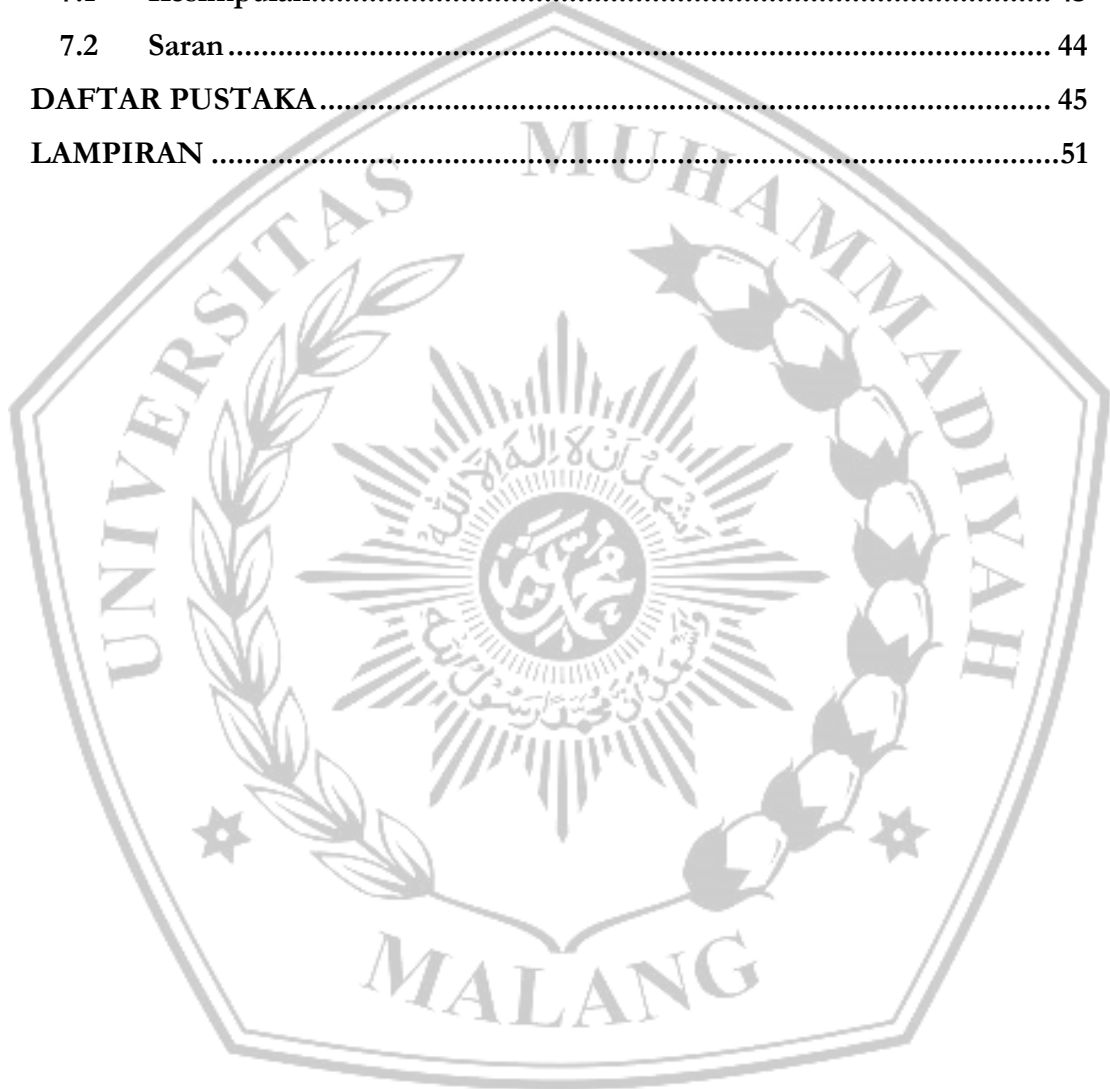


DAFTAR ISI

LEMBAR PENGESAHAN	ii
LEMBAR PERSETUJUAN.....	iii
SURAT PERNYATAAN KEASLIAN PENELITIAN	iv
KATA PENGANTAR	v
DAFTAR ISI	vii
DAFTAR TABEL.....	x
DAFTAR GAMBAR.....	xi
DAFTAR LAMPIRAN.....	xii
ABSTRAK.....	xiii
BAB I.....	1
PENDAHULUAN	1
1.1 Latar Belakang	1
1.2 Rumusan Masalah	3
1.3 Tujuan Penelitian.....	4
1. Tujuan Umum.....	4
2. Tujuan Khusus.....	4
1.4 Manfaat Penelitian	4
1. Bagi Peneliti	4
2. Bagi Institusi.....	4
3. Bagi Masyarakat	4
1.5 Keaslian Penelitian.....	5
BAB II	7
TINJAUAN PUSTAKA.....	7
2.1 Mahasiswi.....	7
2.2 Dismenore	8
2.2.1 Definisi Dismenore	8
2.2.2 Klasifikasi Dismenore.....	8
2.2.3 Tanda dan Gejala Dismenore	10
2.2.4 Etiologi Dismenore.....	10
2.2.5 Patofisiologi Dismenore	11

2.2.6	Alat Ukur Tingkat Nyeri Dismenore.....	14
2.3	Aktivitas Fisik.....	14
2.3.1	Definisi Aktivitas Fisik.....	14
2.3.2	Klasifikasi Aktivitas Fisik	15
2.3.3	Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Aktivitas Fisik	16
2.3.4	Alat Ukur Aktivitas Fisik	17
2.4	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Nyeri Dismenore.....	17
BAB III	19
KERANGKA KONSEP DAN HIPOTESIS	19
A.	Kerangka Konsep.....	19
B.	Hipotesis.....	19
BAB IV	20
METODE PENELITIAN	20
4.1	Desain Penelitian	20
4.2	Populasi, Sampel, dan Teknik Sampling.....	20
4.3	Definisi Operasional	22
4.4	Tempat Penelitian.....	24
4.5	Waktu Penelitian	24
4.6	Instrument Penelitian	24
4.7	Prosedur Pengumpulan Data.....	26
4.8	Analisa Data	27
4.9	Etika Penelitian.....	29
BAB V	31
HASIL PENELITIAN	31
5.1	Karakteristik Responden Mahasiswi Keperawatan UMM	31
5.2	Aktivitas Fisik Mahasiswi Keperawatan UMM.....	32
5.3	Kejadian Nyeri Dismenore Mahasiswi Keperawatan UMM.....	33
5.4	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Nyeri Dismenore Mahasiswi Keperawatan UMM	34
BAB VI	36
PEMBAHASAN	36
6.1	Aktivitas Fisik Mahasiswi Keperawatan UMM.....	36
6.2	Kejadian Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan UMM....	38

6.3	Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan UMM	39
6.4	Keterbatasan Penelitian	42
6.5	Implikasi Keperawatan	42
BAB VII.....		43
KESIMPULAN DAN SARAN.....		43
7.1	Kesimpulan.....	43
7.2	Saran	44
DAFTAR PUSTAKA.....		45
LAMPIRAN		51



DAFTAR TABEL

Tabel 4.1 Definisi Operasional.....	22
Tabel 5.1 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Karakteristik Mahasiswi Keperawatan UMM.....	31
Tabel 5.2 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Fisik.....	32
Tabel 5.3 Distribusi Frekuensi Aktivitas Fisik Responden Berdasarkan Angkatan	33
Tabel 5.4 Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Nyeri Dismenore	33
Tabel 5.5 Distribusi Frekuensi Kejadian Nyeri Dismenore Responden Berdasarkan Angkatan	34
Tabel 5.6 Tabulasi Silang dan Hasil Uji Spearman Rank Hubungan Aktivitas Fisik dengan Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan UMM	34



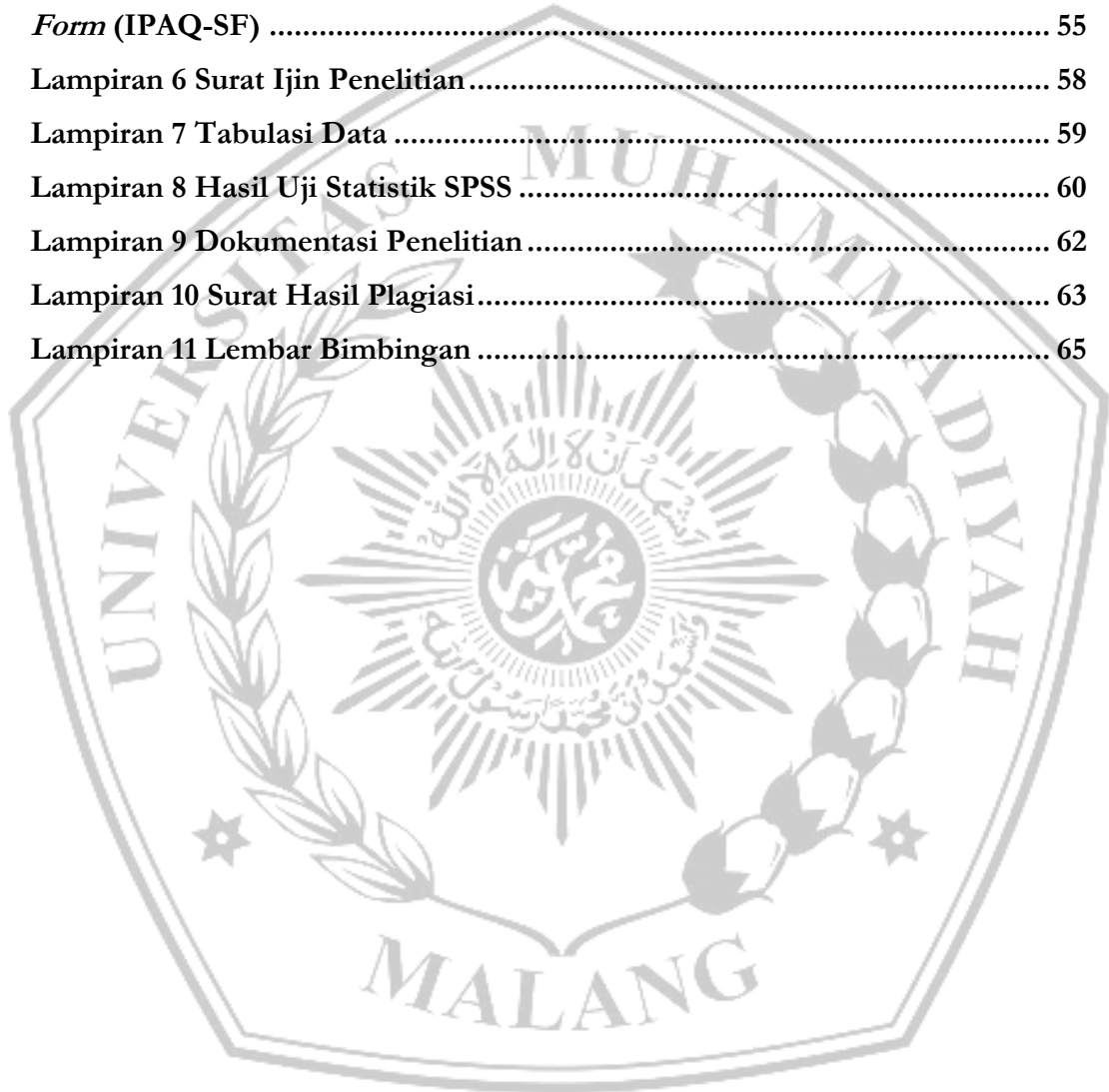
DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 Bagan Patofisiologi Dismenore.....13



DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 Informed Consent.....	51
Lampiran 2 Lembar Persetujuan Menjadi Responden.....	52
Lampiran 3 Instrumen Penelitian.....	53
Lampiran 4 Kuesioner <i>Numeric Rating Scale</i> (NRS)	54
Lampiran 5 Kuesioner <i>International Physical Activity Questionnaire-Short Form</i> (IPAQ-SF)	55
Lampiran 6 Surat Ijin Penelitian.....	58
Lampiran 7 Tabulasi Data	59
Lampiran 8 Hasil Uji Statistik SPSS	60
Lampiran 9 Dokumentasi Penelitian.....	62
Lampiran 10 Surat Hasil Plagiasi.....	63
Lampiran 11 Lembar Bimbingan	65



ABSTRAK

Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan UMM

Nur Melizza, S.Kep., Ns., M.Kep¹, Fauzia Aini²

*Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas
Muhammadiyah Malang, Jl. Bendungan Sutami No. 188 A, Kota Mlanag, Jawa
Timur, Indonesia, 65145*

Email: ainifauzia267@gmail.com

Latar Belakang: Nyeri dismenore merupakan masalah utama bagi perempuan, baik remaja menarche maupun dewasa akhir yang mengalami menstruasi. Keterbatasan gerak saat menstruasi akan dialami oleh perempuan dengan nyeri dismenore sehingga perempuan dengan nyeri dismenore akan rentan mengalami penurunan aktivitas fisik. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi hubungan aktivitas fisik dengan kejadian nyeri dismenore pada mahasiswi keperawatan UMM.

Metode: Desain penelitian deskriptif korelasi dengan pendekatan cross-sectional yang dilakukan di Universitas Muhammadiyah Malang kepada 334 responden jurusan Ilmu Keperawatan angkatan 2020-2022. Data dianalisis menggunakan uji Spearman Rank. Pengumpulan data menggunakan alat kuesioner *International Physical Activity Questionnaire-Short Form (IPAQ-SF)* dan skala *Numeric Rating Scale (NRS)*.

Hasil: Penelitian ini menunjukkan adanya hubungan antara aktivitas fisik dengan kejadian nyeri dismenore pada mahasiswi ($p\text{-value}=0.000$). Mahasiswi yang melakukan aktivitas fisik rendah cenderung mengalami nyeri dismenore sedang ($n=56$; 16.8%) dan berat ($n=54$; 16.2%), sebaliknya aktivitas fisik tinggi akan mengalami nyeri dismenore ringan ($n=43$; 12.9%). Oleh karena itu, penting untuk melakukan aktivitas fisik secara aktif dan rutin yang dapat menurunkan tingkat nyeri dismenore pada mahasiswi keperawatan.

Kesimpulan: Aktivitas fisik memberikan pengaruh terhadap sirkulasi darah dan oksigen pada tubuh terutama pada organ reproduksi. Aktivitas fisik yang kurang akan mengakibatkan vasokonstriksi pembuluh darah terutama pada aliran darah menuju uterus dan menyebabkan nyeri dismenore ketika menstruasi. Penting melakukan aktivitas fisik termasuk olahraga sesuai usia untuk manfaat kesehatan.

Kata Kunci: aktivitas fisik, mahasiswi keperawatan, nyeri dismenore

ABSTRACT

Relationship of Physical Activity to Dysmenorrhea Pain in UMM Nursing Students

Nur Melizza, S.Kep., Ns., M.Kep¹, Fauzia Aini²

*Departement of Nursing Science, Faculty of Health Science, University of
Muhammadiyah Malang; Bendungan Sutami Street 188 A, Malang City, East
Java, Indonesia, 65145*

Email: ainifauzia267@gmail.com

Background: Dysmenorrhea pain is a major problem for women, both menarche teenagers and late adults who experience menstruation. Women with dysmenorrhea will experience limited movement during menstruation, so women with dysmenorrhea pain will be vulnerable to decreased physical activity. This study aims to identify the relationship between physical activity and the incidence of dysmenorrhea pain in UMM nursing student.

Methods: Descriptive correlation research design with a cross-sectional approach carried out at the University of Muhammadiyah Malang with 334 respondents majoring in Nursing, class of 2020-2022. Data were analyzed using the Spearman Rank test. Data collection used the International Physical Activity Questionnaire-Short Form (IPAQ-SF) questionnaire and the Numeric Rating Scale (NRS).

Results: This study shows that there is a relationship between physical activity and the incidence of dysmenorrhea pain in female students (p -value=0.000). female students who do low physical activity tend to experience moderate ($n=56$; 16.8%) and severe ($n=54$; 16.2%) dysmenorrhea pain, whereas those with high physical activity will experience mild dysmenorrhea pain ($n=43$; 12.9%). Therefore, it is important to carry out active and regular physical activity which can reduce the level of dysmenorrhea pain in nursing student.

Conclusion: Physical Activity has an influence on blood and oxygen circulation in the body, especially the reproductive organs. Insufficient physical activity will result in vasoconstriction of blood vessels, especially in blood flow to the uterus and cause dysmenorrhea pain during menstruation. It is important to do physical activity including age-appropriate exercise for health benefits.

Keywords: physical activity, nursing student, dysmenorrhea pain

DAFTAR PUSTAKA

- Adiputra, I. M. S., Trisnadewi, N. W., Oktaviani, N. P. W., Munthe, S. A., Hulu, V. T., Budiastutik, I., Faridi, A., Ramdany, R., Fitriani, R. J., Tania, P. O. A., Rahmiati, B. F., Lusiana, S. A., Susilawaty, A., Sianturi, E., & Suryana. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan. In *Yayasan Kita Menulis*. https://www.google.co.id/books/edition/Metodologi_Penelitian_Kesehatan/DDYtEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=etika+penelitian+keperawatan&prints ec=frontcover
- Alfonsin, M. M., Chapon, R., de Souza, C. A. B., Genro, V. K., Mattia, M. M. C., & Cunha-Filho, J. S. (2019). Correlations among Algometry, The Visual Analogue Scale, and The Numeric Rating Scale to Assess Chronic Pelvic Pain in Women. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology: X*, 3. <https://doi.org/10.1016/j.eurox.2019.100037>
- Alrimali, A. M. (2023). Assessment of Physical Activity Level, Self-efficacy and Perceived Barriers to Physical Activity among Adult Saudi Women. *Journal of Taibah University Medical Sciences*, 18(4). <https://doi.org/10.1016/j.jtumed.2022.12.017>
- Aprilia, T. A., Prastia, T. N., & Nasution, A. S. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi di Kota Bogor. *PROMOTOR Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 5(3), 296. <http://ejournal.uika-bogor.ac.id/index.php/PROMOTOR>
- Arpandjaman, Aridha, R., Muthiah, S., & Anshar. (2022). Pengaruh Pemberian Abdominal Exercise Terhadap Perubahan Nyeri Dysmenorrhea Primer Pada Siswi Kelas VIII SMP Muhammadiyah Limbung. *Media Fisioterapi Politeknik Kesehatan Makasar*, 14(1), 17–25.
- ASCM. (2018). *Physical Activity Guidelines Resources*. American College of Sports Medicine. <https://www.acsm.org/education-resources/trending-topics-resources/physical-activity-guidelines/lists/guidelines-resources/physical-activity-guidelines-for-americans-2nd-edition>
- Ashadi, K., Mita Andriana, L., Bayu, D., & Pramono, A. (2020). Pola Aktivitas Olahraga Sebelum dan Selama Masa Pandemi Covid-19 Pada Mahasiswa Fakultas Olahraga dan Fakultas Non-olahraga. *Jurnal Penelitian Pembelajaran*, 6(3), 713–728. https://doi.org/10.29407/js_unpgri.v6i3.14937
- Aspar, M., Al Ghani, M., Gery, M. I., Mulyanto, T. Y., & Sitompul, S. R. (2022). Tingkat Pemahaman Tentang Recovery Terhadap Penurunan Asam Laktat Pada Mahasiswa Pendidikan Olahraga Universitas Muhammadiyah Jakarta. *Indonesian Journal of Sport Science*, 1(1), 32–40. <https://doi.org/10.31316/ijst.v1i1.4415>
- Aulia, L., Wijaya, Y. M., Nuratri, A. E., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Borromeus, S. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Saat Pandemi Covid-19 dengan Tingkat Nyeri Dismenore Primer. *Faitehan Health Journal*, 09(3), 285–289. www.journal.lppm-stikesfa.ac.id/ojs/index.php/FHJ
- Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Apriani, R. (2021). Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi di Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Menara Medika*, 4(1), 10–21.
- Ayu, I., Suadnyana, A., Made, I., Prianthara, D., Dewa, I., & Hartaningrum, A. P. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik Terhadap Kualitas Hidup dan Daya Tahan Kardiorespirasi Pada Kelompok Lansia Tegalnarungan DI DESA SOBANGAN KECAMATAN MENGWI BADUNG. *Jurnal Kesehatan Global*, 5(3), 142–149.

- Azzahri, L. M., & Ikhwan, K. (2019). Hubungan Pengetahuan Tentang Penggunaan Alat Pelindung Diri (APD) Dengan Kepatuhan Penggunaan APD Pada Perawat di Puskesmas Kuok. *PREPOFIT Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 3(1), 50–57.
- Baadiah, M., Winarni, S., Mawarni, A., & Purnami, C. T. (2021). Hubungan Aktivitas Fisik Dan Tingkat Kecemasan Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi. *Jurnal Kesehatan Masyarakat (Undip)*, 9(3), 338–343. <https://doi.org/10.14710/jkm.v9i3.29340>
- CDC. (2022, June 3). *How much Physical Activity do Children Need?* Centers for Disease Control and Prevention. <https://www.cdc.gov/physicalactivity/basics/children/index.htm>
- Christiana, I., & Jayanti, D. (2020). Pengaruh Pemberian Aroma Terapi Lavender Terhadap Tingkat Nyeri Haid (Dismenore Primer) di Asrama Putri STIKes Banyuwangi Tahun 2020. *HEALTHY*, 8(2), 90–103.
- Dharmansyah, D., & Budiana, D. (2021). Indonesian Adaptation of The International Physical Activity Questionnaire (IPAQ): Psychometric Properties. *Jurnal Pendidikan Keperawatan Indonesia*, 7(2), 159–163. <https://doi.org/10.17509/jpki.v7i2.39351>
- Fajar, S. A. (2018). *MET (Metabolic Equivalent Task)*. DPP ISNA Persagi (Indonesia Sport Nutritionist Association). <https://isna-persagi.id/2018/10/17/met-metabolic-equivalent/>
- Fasya, A., Putu, I., Arjita, D., Rika, M., Pratiwi, A., Bagus, I., & Andika, Y. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal*, 12(3), 511–526. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Fibrila, F., Ridwan, M., & Widiyanti, S. (2023). Pengaruh Terapi Akupresur Dalam Menurunkan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Multidisiplin Ilmu*, 1(6), 1127–1132. <http://melatijournal.com/index.php/Metta>
- Fitri, H. N., & Ariesthi, K. D. (2020). Pengaruh Dismenore Terhadap Aktivitas Belajar Mahasiswi di Program Studi DIII Kebidanan. *CHMK MIDWIFERY SCIENTIFIC JOURNAL*, 3.
- Fitriani, R. J. (2020). Hubungan Status Gizi Dan Menarche Dengan Dismenore Remaja Di Kota Magelang. *Pontianak Nutrition Journal (PNJ)*, 3(1), 13. <https://doi.org/10.30602/pnj.v3i1.625>
- Handayany, D. A., Mulyani, S., & Nurlinawati. (2020). Pengaruh Endorphin Massage Terhadap Intensitas Nyeri Punggung Bawah Ibu Hamil Trimester III. *Jurnal Ilmiah Ners Indonesia*, 1(1), 12–23. <https://www.online-journal.unja.ac.id/JINI>
- Hartanti, D., & Mawarni, D. R. M. (2020). Hubungan Konsumsi Buah dan Sayur serta Aktivitas Sedentari terhadap Kebugaran Jasmani Kelompok Usia Dewasa Muda. *Sport and Nutrition Journal*, 2(1), 1–9. <https://doi.org/10.15294/spnj.v2i1.38073>
- Heidarimoghadam, R., Abdolmaleki, E., Kazemi, F., Zahra Masoumi, S., Khodakarami, B., Mohammadi, Y., & Moghadam, H. R. (2019). The Effect of Exercise Plan Based on FITT Protocol on Primary Dysmenorrhea in Medical Students: A Clinical Trial Study. *J Res Health Sci*, 19(3), 1–6.
- Hidayanti, N., & Adiwiryo, R. M. (2021). Determinan Gejala Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Prof. DR. Hamka Jakarta. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 10(1), 67–75.
- Hidayati, R. (2020). Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) Primer Melalui Pemberian Minuman Jahe Emprit. *Jurnal Amanah Kesehatan*, 2(1), 19–27.

- Hu, Z., Tang, L., Chen, L., Kaminga, A. C., & Xu, H. (2020). Prevalence and Risk Factors Associated with Primary Dysmenorrhea among Chinese Female University Students: A Cross-sectional Study. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 33(1), 15–22. <https://doi.org/10.1016/j.jpag.2019.09.004>
- Itani, R., Soubra, L., Karout, S., Rahme, D., Karout, L., & Khojah, H. M. J. (2022). Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment Updates. *Korean Journal of Family Medicine*, 43(2), 101–108. <https://doi.org/10.4082/kjfm.21.0103>
- Jannah, F., & Sulianti, A. (2021). Perspektif Mahasiswa sebagai Agen of Change melalui Pendidikan Kewarganegaraan. *Journal of Social Science and Education*, 2(2), 181–193. <https://doi.org/10.47080/propatria.v2i2.593.this>
- Juliano Ilham, K., & Denny Firmanto, A. (2023). Minat Kunjungan Mahasiswa Tingkat II Kongregasi Serikat Maria Montfortan Ke Perpustakaan Sekolah Tinggi Filsafat Teologi Widya Sasana. *Jurnal Ilmu Sosial Dan Humaniora*, 6(1), 194–203. <https://jayapanguspress.penerbit.org/index.php/ganaya194>
- Julianti, K., Devi, N., & Damayanti, M. (2021). Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) terhadap Nyeri Dismenore pada Mahasiswi Program Studi Sarjana Keperawatan dan Profesi Ners FK Unud. *Community of Publishing in Nursing*, 9(6), 735–741.
- Kemenkes. (2018). *Mengenal Jenis Aktivitas Fisik*. Kementerian Kesehatan Republik Indonesia.
- Kemenkes. (2019, April 6). *Apa Definisi Aktivitas Fisik? - Direktorat P2PTM*. P2PTM Kemenkes RI. <https://p2ptm.kemkes.go.id/infographic-p2ptm/obesitas/apa-definisi-aktivitas-fisik>
- Kurniati, B., Amelia, R., & Oktora, M. Z. (2019). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi Angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Baiturrahmah Padang. *Health & Medical Journal*, 1(2), 7–11.
- Kurniawan, W., & Agustini, A. (2021). Metodologi Penelitian Kesehatan dan Keperawatan. In *Rumab Pustaka*. https://www.google.co.id/books/edition/Metodologi_Penelitian_Kesehatan_dan_Kepe/CQAoEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=etika+penelitian+keperawatan&printsec=frontcover
- Kusumastuti Hendrawan, A., & Hendrawan, A. (2020). Gambaran Tingkat Pengetahuan Nelayan tentang Kesehatan dan Keselamatan Kerja. *Jurnal Saintara*, 5(1), 26–32.
- Latar, I. M., & Tomaso, J. J. T. (2020). Pengaruh Tingkat Kebugaran Jasmani Terhadap Hasil Belajar Bolabasket Mahasiswa Program Studi Penjaskesrek Angkatan 2018. *Jurnal Ilmiah Wahana Pendidikan*, 6(3), 407–415. <https://doi.org/10.5281/zenodo.3973777>
- Latif, A., Syafar, M., Yusuf, A., & Asmi, A. S. (2021). Analisis Faktor Yang Berpengaruh Terhadap Kepatuhan Pengunjung Warkop Pada Protokol Kesehatan Covid-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Sandi Husada*, 10(2), 380–389. <https://doi.org/10.35816/jiskh.v10i2.627>
- Li, L., Liu, X., & Herr, K. (2007). Postoperative Pain Intensity Assessment: A Comparison of Four Scales in Chinese Adults. *Pain Medicine*, 8(3), 223–234. <https://doi.org/10.1111/j.1526-4637.2007.00296.x>
- Liando, L. E., Amisi, M. D., & Sanggelorang, Y. (2021). Gambaran Aktivitas Fisik Mahasiswa Semester IV Fakultas Kesehatan Masyarakat UNSRAT saat Pembatasan Sosial Masa Pandemi COVID-19. *Jurnal KESMAS*, 10(1).


- Mantolas, S. L., Sri Nurwela, T., Gerontini, R., Studi Ners Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Citra Husada Mandiri Kupang, P., & Kesehatan Kemenkes Kupang, P. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenorea Pada Mahasiswi Keperawatan Angkatan VI Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Citra Husada Mandiri Kupang (CHMK). *CHMK MIDWIFERY SCIENTIFIC JOURNAL*, 2(1).
- Matusiak-Wieczorek, E., Lipert, A., Kochan, E., & Jegier, A. (2020). The Time Spent Sitting Does not Always Mean a Low Level of Physical Activity. *BMC Public Health*, 20(137), 1–5. <https://doi.org/10.1186/s12889-020-8396-3>
- Maulida, A. R., & Astuti, Y. (2019). Pengaruh Terapi Murottal dan Aromaterapi Terhadap Intensitas Dismenore pada Mahasiswi Keperawatan. *IJNP (Indonesian Journal of Nursing Practices)*, 3(1), 1–8. <https://doi.org/10.18196/ijnp.3186>
- Maysaroh, I., Israwan, W., Zakaria, A., & Xaveria, F. (2021). Penurunan Nyeri dengan Pemberian William Flexion Exercise pada Pasien Low Back Pain Myogenik di RSUD Mardi Waluyo Kota Blitar. <https://doi.org/10.33846/sf12nk337>
- Mutia, R., Silaen, A., Ani, L. S., Citra, W., & Putri, W. S. (2019). Prevalensi Dysmenorrhea dan Karakteristiknya Pada Remaja Putri di Denpasar. In *MEDIKA UDAYANA* (Vol. 8, Issue 11). <https://ojs.unud.ac.id>
- Natassia, K. (2022). *Monograf: Aromaterapi Lavender untuk Dismenore*. https://www.google.co.id/books/edition/Monograf_Aromaterapi_Lavender_untuk_Dism/RjB-EAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=tanda+gejala+dismenore&pg=PA19&printsec=frontcover
- Novita, N. P., Sarmadi, I. M., & Wijaya, M. (2020). *Correlation Between Physical Fitness and Primary Dysmenorrhea in Teenagers Students at a State Junior High School in Gianyar*. 4–9. <https://doi.org/10.4108/eai.11-2-2020.2301936>
- Nugroho, N., Hartati, I., . W., & . A. (2019). Pengaruh Edukasi Menstruasi Melalui Whatsapp Terhadap Self Care Dismenore Pada Remaja Putri Sma Di Kota Bengkulu. *Journal of Nursing and Public Health*, 7(1), 88–93. <https://doi.org/10.37676/jnph.v7i1.793>
- Nurfadillah, H., Maywati, S., & Aisyah, I. S. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Siliwangi. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(1).
- Nurhayati. (2022). *MONOGRAF Depo Medroxy Progesteron Acetate (Dmpa) & Gangguan Menstruasi*. https://www.google.co.id/books/edition/MONOGRAF_Depo_Medroxy_Progesteron_Acetat/ZmuvEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=faktor+dismenore&pg=PA27&printsec=frontcover
- Nuzula, F., & Oktaviana, M. N. (2019). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Aakademi Kesehatan Restida Banyuwangi. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Rustida*, 6(1), 1–13.
- Pangestu, R. T., & Fatmarizka, T. (2023). Dampak Dismenorea Primer Terhadap Prestasi Akademik Pada Remaja Putri : Literature Review. *Prosiding University Research Colloquium*, 735–744.
- Pemayun, T. G. A. D., Budhitresna, A. A. G., & Permatananda, P. A. N. K. (2022). Gambaran Tingkat Aktivitas Fisik dan Kejadian Obesitas pada Civitas Akademika Universitas Warmadewa, Bali. *Jurnal Pendidikan Tambusai*, 6(2), 8526–8532.
- Rahmasari, I., & Wahyuni, E. S. (2019). Efektivitas Memordoca Carantia (Pare) Terhadap Penurunan Kadar Glukosa Darah. *INFOKES*, 9.

- Risikesdas. (2018). *Hasil Risikesdas 2018*.
- Rofii, I., & Kumaat, N. A. (2021). Analisis Gaya Hidup Mahasiswa Selama Pembelajaran Online di Masa Pandemi. *Jurnal Kesehatan Olahraga*, 9(3), 231–240.
- Rohmawati, W., & Wulandari, D. A. (2020). Faktor yang Berhubungan dengan Nyeri Dismenore Primer pada Siswi di SMA Negeri 15 Semarang. *Jurnal Bidan Cerdas*, 1(3), 129–136. <https://doi.org/10.33860/jbc.v1i3.255>
- Rusitayanti, N. W. A., Ariawati, N. W., Indrawathi, N. L. P., & Widiyanti, N. L. G. (2021). Faktor-Faktor Kesulitan Mahasiswa Menyusun Skripsi Pada Prodi Penjaskesrek FKIP Universitas PGRI Mahadewa Indonesia di Era Adaptasi Kebiasaan Baru Tahun 2021. *Jurnal Administrasi Pendidikan Indonesia*, 12(2), 138–148. https://doi.org/10.23887/jurnal_ap.v12i2.618
- Safitri, S., & Gustina, G. (2022). Edukasi Kunyit Asam Pereda Dismenorea. *Jurnal Abdimas Kesehatan (JAK)*, 4(2), 178. <https://doi.org/10.36565/jak.v4i2.306>
- Samudra Putri, T., & Sri Daryanti, M. (2023). Hubungan aktivitas fisik dengan kejadian dismenorea pada mahasiswi S1 kebidanan. *Prosiding Seminar Nasional Penelitian Dan Pengabdian Kepada Masyarakat LPPM Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta*, 1, 346–253.
- Sember, V., Meh, K., Sorić, M., Jurak, G., Starc, G., & Rocha, P. (2020). Validity and Reliability of International Physical Activity Questionnaires for Adults across EU Countries: Systematic Review and Meta Analysis. *International Journal of Environmental Research and Public Health*, 17(19), 1–23. <https://doi.org/10.3390/ijerph17197161>
- Silverberg, J. I. (2021). Validity and Reliability of a Novel Numeric Rating Scale to Measure Skin-Pain in Adults with Atopic Dermatitis. *Archives of Dermatological Research*, 313(10), 855–861. <https://doi.org/10.1007/s00403-021-02185-3>
- Situmorang, H. F. (2019). Peran Mahasiswa dalam Menerapkan Komunikasi Interpersonal di Perkuliahan. *LIABILITIES (Jurnal Pendidikan Akutansi)*, 2(2), 146–161. <https://doi.org/10.30596/liabilities.v2i2.3479>
- Soenjoyo, I. D., Jaya, L. L., Kristanti, M., & Kristianto, D. (2022). Gaya Hidup Sehat Generasi Z di Surabaya. *Jurnal Manajemen Perhotelan*, 8(2), 98–105.
- Sugiyanto, & Luli, N. A. (2020). Hubungan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Dismenore pada Siswi Kelas XII SMK Negeri 2 Godean Sleman Yogyakarta. *Prosiding University Research Colloquium*.
- Susari Putri, N. (2023). Pengaruh Williams Flexion Exercise Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Miogenik Pada Pengajian Aisyiah Tanjung Sari Ranting Timur Medan. *Jurnal Kesehatan Dan Fisioterapi*, 1(1). <https://www.google.com/search?q=alat+ukur+vas+indonesia>
- Tri Angga, D., Pambuka Putra, K., & Nugroho, K. P. (2019). Gambaran Aktivitas Fisik Pada Individu Obesitas Di Wilayah Kerja Puskesmas Sidorejo Kidul Salatiga. *Journal of Health*, 6(1).
- Vahedi, M., Hasanpoor-Azghady, S. B., Amiri-Farahani, L., & Khaki, I. (2021). Comparison of Effect of Auriculotherapy and Mefenamic Acid on The Severity and Systemic Symptoms of Primary Dysmenorrhea: A Randomized Clinical Trial. *Trials*, 22(1). <https://doi.org/10.1186/s13063-021-05622-w>
- Wahyuni, Y., Fasya, D. S., & Novianti, A. (2021). Analisis perbedaan asupan kalsium, magnesium, zink, dan aktivitas fisik berdasarkan kejadian dismenorea pada remaja putri atlet di SMA Negeri Ragunan. *Ilmu Gizi Indonesia*, 5(1), 71. <https://doi.org/10.35842/ilgi.v5i1.213>
- WHO. (2021, November 13). *Physical Activity Surveillance*. World Health Organization. <https://www.who.int/teams/noncommunicable-diseases/surveillance/systems->


tools/physical-activity-surveillance

- WHO. (2022a). *Adolescent health*. World Health Organization. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- WHO. (2022b, September 16). *Diabetes*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/diabetes>
- WHO. (2022c, October 5). *Physical activity*. World Health Organization. <https://www.who.int/news-room/fact-sheets/detail/physical-activity>
- WHO. (2023). *Prevalence of Insufficient Physical Activity among Adults Aged 18+ Years (age-standardized estimate) (%)*. World Health Organization. [https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-insufficient-physical-activity-among-adults-aged-18-years-\(age-standardized-estimate\)-\(-\)](https://www.who.int/data/gho/data/indicators/indicator-details/GHO/prevalence-of-insufficient-physical-activity-among-adults-aged-18-years-(age-standardized-estimate)-(-))
- Wicaksono, A. (2020). Aktivitas Fisik Yang Aman Pada Masa Pandemi Covid-19. *Jurnal Ilmu Keolahragaan Undiksha*, 8(1), 10–15.
- Widiasih, R., Susanti, R. D., Windani, C., Sari, M., & Hendrawati, S. (2020). Menyusun Protokol Penelitian dengan Pendekatan SETPRO: Scoping Review. *Journal of Nursing Care*, 3(3).
- Widiyanto, A., Lieskusumastuti, A. D., & Sab'ngatun, S. (2020). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Dismenorea. *Avicenna: Journal of Health Research*, 3(2). <https://doi.org/10.36419/avicenna.v3i2.425>
- Wiley, J., & Limited, S. (2013). *Fundamentals of Applied Pathophysiology: An Essential Guide Nursing and Healthcare Students, Second Edition* (M. Nair & I. Peate (eds.); 2nd ed.). https://www.google.co.id/books/edition/Dasar_Dasar_Patofisiologi_Terapan_Edisi/k2FIEAAAQBAJ?hl=id&gbpv=1&dq=patofisiologi+dismenore&pg=PA388&printsec=frontcover
- Yorri Didit Setyadi, Dwi Wulandari, Lutfi Dwi Lestari, Wa Ode Meliasari, & Ifit Novita Sari. (2021). Peran Mahasiswa Kampus Mengajar 2 Sebagai “Agent Of Change dan Social Control.” *Dinamisia: Jurnal Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(6), 1542–1547. <https://doi.org/10.31849/dinamisia.v5i6.8592>

Lampiran 10 Surat Hasil Plagiasi



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG



FAKULTAS ILMU KESEHATAN

ILMU KEPERAWATAN

s1-keperawatan.umm.ac.id | s1-keperawatan@umm.ac.id

SURAT KETERANGAN HASIL DETEKSI PLAGIASI

Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Prodi Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang yang telah dilaksanakan pada 6/9/2023, pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :

Nama : Fauzia Aini
 Nim : 202010420311012
 Prodi : Ilmu Keperawatan

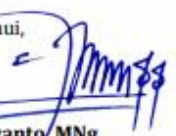
Judul Naskah : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan UMM

Jenis Naskah : Proposal Skripsi
 Keperluan : Seminar Proposal

Hasilnya dinyatakan Memenuhi Syarat, dengan Rincian Sebagai Berikut :


No	Jenis Naskah	Maksimum Kesamaan	Hasil Deteksi
1.	Bab 1 (Pendahuluan)	10	8%
2.	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25	8%
3.	Bab 3 & 4 (Kerangka Konsep / Metodologi)	35	10%
4.	Bab 5 & 6 (Hasil & Pembahasan)	15	
5.	Bab 7 (Kesimpulan & Saran)	5	
6.	Naskah Publikasi	25	

Keputusan : Lolos



**Edi Purwanto, MNg
Kaprodi**

Malang, 6/9/2023
 Hormat Kami,



**Indri Wahyuningtih, M.Kep
Biro Skripsi**

Catatan :
 Pemeriksa : Mulyana S.Psi

Kampus I
 Jl. Sekeloa I Malang, Jawa Timur
 P: +62 341 551 255 (Pusat)
 F: +62 341 600 435

Kampus II
 Jl. Bungkulan Sitani No. 198 Malang, Jawa Timur
 P: +62 341 551 140 (Pusat)
 F: +62 341 502 080

Kampus III
 Jl. Raya Tlogomas No.240 Malang, Jawa Timur
 P: +62 341 464 018 (Pusat)
 F: +62 341 400 435
 E: webmaster@umm.ac.id



UNIVERSITAS
MUHAMMADIYAH
MALANG

FAKULTAS ILMU KESEHATAN

ILMU KEPERAWATAN

s1-keperawatan.umm.ac.id | s1-keperawatan@umm.ac.id

HASIL DETEKSI PLAGIASI

FORM P2



Berdasarkan hasil tes deteksi plagiasi yang telah dilakukan oleh Biro Tugas Akhir Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Malang, yang telah dilaksanakan pada hari dan tanggal 17 November 2023 pada karya ilmiah mahasiswa di bawah ini :



Nama : FAUZIA AINI
 NIM : 202010420311012
 Program Studi : Ilmu Keperawatan
 Bidang Minat : Aktivitas fisik dan nyeri dismenore
 Judul Naskah : Hubungan Aktivitas Fisik dengan Kejadian Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan UMM
 Jenis naskah : skripsi / naskah publikasi / lain-lain
 Keperluan : mengikuti ujian seminar hasil skripsi
 Hasil dinyatakan : **MEMENUHI / TIDAK MEMENUHI SYARAT*** dengan rincian sebagai berikut

No	Jenis naskah	Maksimum kesamaan	Hasil deteksi
1	Bab 1 (Pendahuluan)	10	0
2	Bab 2 (Tinjauan Pustaka)	25	0
3	Bab 3 dan 4 (Kerangka konsep dan Metodologi penelitian)	35	0
4	Bab 5 dan 6 (Hasil dan Pembahasan)	15	4
5	Bab 7 (Kesimpulan dan saran)	15	5
6	Naskah Publikasi	25	10

Keputusannya : **LOLOS / TIDAK LOLOS** plagiasi

Malang, 17 November 2023

Petugas pengecek plagiasi

Eka Suci Wardhani



Kampus I
 Jl. Bendung 1 Malang, Jawa Timur
 P. +62 341 521 253 (Hunting)
 F. +62 341 460 435

Kampus II
 Jl. Bendungan Rutani No 188 Malang, Jawa Timur
 P. +62 341 521 149 (Hunting)
 F. +62 341 682 000

Kampus III
 Jl. Raya Tugonos No 240 Malang, Jawa Timur
 P. +62 341 464 318 (Hunting)
 F. +62 341 460 435
 E. webmaster@umm.ac.id