



UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JAKARTA
FAKULTAS KEDOKTERAN DAN KESEHATAN

SURAT TUGAS

Nomor : 15/F.7-UMJ/IX/2023

Yang bertanda tangan di bawah ini :

Nama : Dr. dr. Muhammad Fachri, Sp.P, FAPSR, FISR
NID/NIDN : 20.1096/0308097905
Jabatan : Dekan Fakultas Kedokteran dan Kesehatan

Dengan ini menugaskan:

Nama : **dr. Rina Nurbani, M.Biomed, Sp.Ak.**
NID/NIDN : 20.860/0325067803

Untuk **melakukan penelitian di bidang farmakologi**

Demikian surat tugas ini diberikan kepada yang bersangkutan untuk dilaksanakan sebagai amanah.

Jakarta, 5 September 2023

Dekan Fakultas Kedokteran dan Kesehatan UMJ



Dr. dr. Muhammad Fachri, Sp.P, FAPSR, FISR
NID/NIDN : 20.1096/0308097905

Tembusan :

1. Wadep I, II
2. Bag Keuangan
3. Arsip

**HUBUNGAN KEBIASAAN OLAHRAGA DENGAN KEJADIAN
DISMENORE PADA MAHASISWI ANGKATAN 2021-2023 FAKULTAS
KESEHATAN MASYARAKAT UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
JAKARTA**

Anggota Mahasiswa :
Nama Lengkap : Najma Djabatnika
NIM : 20200710100064
Alamat email : najmadjabatnika63@gmail.com

Anggota Dosen :
Nama Lengkap : dr. Rina Nurbani, Sp.Ak, M. Biomed, Sp.AK
NID/NIDN : 20.860/0325067803
Prodi : Kedokteran
Alamat Email : rina.nurbani@umj.ac.id

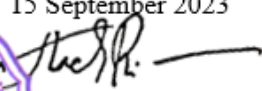
Tangerang Selatan,
15, September 2023


Mengetetahui,

Ketua UPT Penelitian dan
Pengabdian Masyarakat FKK UMJ



Rike Syahniar, S.K.M., M.Biomed.
_NIDN: 0316019102

Jakarta, 15 September 2023
Dekan

Dr. Muhammad Fachri, Sp.P. FAPSR, FISR
NID/NIDN : 20.1096/0308097905



ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenore merupakan nyeri saat haid, yang disertai dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah. Dismenore salah satu gangguan ginekologi yang paling umum. Menurut hasil didapat 90% dari wanita Indonesia menderita dismenore. Menurut beberapa literatur, telah diidentifikasi faktor risiko kejadian dismenore terjadi karena beberapa hal seperti usia menarche, Indeks Massa Tubuh (IMT), lama menstruasi, dan olahraga. Berdasarkan data dari Kemenpora, hanya 32,83% masyarakat Indonesia yang berolahraga aktif.

Tujuan: Mengetahui hubungan kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore pada mahasiswi angkatan 2021, 2022, dan 2023 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta.

Metode: Jenis penelitian yang digunakan adalah observasi analitik dengan pendekatan studi *cross-sectional*. Pengambilan sampel menggunakan total sampling, dan didapatkan sebanyak 179 sampel yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

Hasil: Dari 179 responden, didapatkan sebanyak 24 responden (13.4%) mengalami dismenore, sedangkan 155 responden (86.6%) tidak mengalami dismenore. Responden yang memiliki kebiasaan berolahraga atau teratur berolahraga sebanyak 33 responden (18.4%) dan yang tidak sebanyak 146 responden (81.6%). Hasil uji *chi-square* didapatkan *P value* sebesar 0.420 dan *Odds Ration* (OR) sebesar 0.595 (95% CI = 0.167 – 2.127).

Kesimpulan: Hasil penelitian didapatkan bahwa tidak adanya hubungan yang signifikan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore pada mahasiswi angkatan 2021, 2022, dan 2023 Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Muhammadiyah Jakarta berdasarkan nilai *P value* = 0.420 ($p > 0.05$).

Kata Kunci: *Dismenore, Kebiasaan Olahraga.*

ABSTRACT

Background: *Dysmenorrhea is pain during menstruation, accompanied by cramps and concentrated in the lower abdomen. Dysmenorrhea is one of the most common gynecological disorders. According to the results obtained, 90% of Indonesian women suffer from dysmenorrhea. According to some literature, there have been identified risk factors for the occurrence of dysmenorrhea due to some things such as age menarche, Body Mass Index (BMI), menstruation time, and exercise. According to data from Ministry Of Youth And Sports Republic of Indonesia, it is just 32,83% Indonesian who are actively exercising.*

Objective: *To know the correlation between exercise habits with the incident of dysmenorrhea in students class 2021, 2022, and 2023 Public Health Faculty of Muhammadiyah Jakarta University.*

Method: This study used is analytic observation with cross sectional study approaches. Sampling used total sampling, and there were 179 samples that met the inclusion and exclusion criteria.

Results: Out of 179 respondents, 24 respondents (13.4%) were dysmenorrhea, while 155 respondents (86.6%) did not. Respondent who had a regular exercise habit were 33 respondents (18.4%) and 146 respondents (81.6%). Chi Square test results obtained P value of 0.420 and Odds Ration (OR) of 0.595 (95% CI = 0.167 – 2.127).

Conclusion: The result of this study is there is no correlation between between exercise habits with the incident of dysmenorrhea in students class 2021, 2022, and 2023 Public Health Faculty of Muhammadiyah Jakarta University based on the chi square test obtained p value of 0.420 ($p > 0.05$).

Keywords: *Dysmenorrhea, Exercise Habits.*

