E-ISSN: 3025-0994
Halaman 5160-5170
Volume 4 Nomor 4 Tahun 2026

Hubungan Dismenore Primer dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Advent Indonesia

Sthevannie Maria Clara Sihombing[1], Nilawati Soputri[2]

[1,2] Program Studi S1 Keperawatan, Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Advent Indonesia
e-mail: sthevanniesihombing@gmail.com

Abstrak

Dismenore primer merupakan keluhan menstruasi yang umum dialami mahasiswi dan berpotensi mengganggu keterlibatan dalam pembelajaran. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi tingkat dismenore primer dan aktivitas belajar serta menganalisis hubungan keduanya pada mahasiswi fakultas keperawatan Universitas Advent Indonesia. Penelitian kuantitatif dengan desain cross-sectional ini dilaksanakan pada Agustus sampai Oktober 2026 dan melibatkan 75 mahasiswi aktif Program Studi S1 Keperawatan dan D3 Keperawatan yang dipilih dengan teknik purposive sampling; jumlah sampel minimal dihitung dengan rumus Slovin dari populasi 289 mahasiswi. Data dikumpulkan secara daring menggunakan Numeric Rating Scale untuk mengukur intensitas nyeri haid paling berat pada siklus menstruasi terakhir dan kuesioner aktivitas belajar 20 pernyataan dengan rentang skor 20 sampai 80. Analisis meliputi statistik deskriptif dan uji korelasi Spearman. Hasil menunjukkan bahwa seluruh responden mengalami nyeri haid pada siklus menstruasi terakhir dan nyeri sedang paling banyak dialami (56,0%), diikuti nyeri ringan (29,3%) dan nyeri berat (14,7%). Rerata skor aktivitas belajar adalah 51,16 (simpangan baku 8,68). Terdapat hubungan negatif yang lemah dan bermakna secara statistik antara tingkat dismenore primer dan aktivitas belajar (koefisien korelasi Spearman −0,339; p = 0,003). Semakin tinggi tingkat dismenore primer, cenderung semakin rendah skor aktivitas belajar, tetapi hasil ini tidak membuktikan hubungan sebab-akibat. Institusi pendidikan keperawatan disarankan menyediakan edukasi dan layanan konsultasi kesehatan bagi mahasiswi yang mengalami dismenore.

Kata Kunci: Dismenore Primer; Aktivitas Belajar; Mahasiswi Fakultas Keperawatan; Korelasi Spearman

Abstract

Primary dysmenorrhea is a common menstrual complaint among female students and may interfere with participation in learning. This study aimed to identify the level of primary dysmenorrhea and learning activity and to analyze the relationship between them among nursing students at Universitas Advent Indonesia. This quantitative cross-sectional study was

conducted from August to October 2026 and involved 75 active students of the Bachelor of Nursing and Diploma III Nursing programs, selected by purposive sampling; the minimum sample size was calculated using the Slovin formula from a population of 289 students. Data were collected online using a Numeric Rating Scale for the most severe menstrual pain during the last menstrual cycle and a 20-item learning activity questionnaire with a score range of 20 to 80. The data were analyzed using descriptive statistics and the Spearman correlation test. Most respondents experienced moderate pain (56.0%), followed by mild pain (29.3%) and severe pain (14.7%). The mean learning activity score was 51.16 (standard deviation 8.68). There is a weak, statistically significant negative relationship between the level of primary dysmenorrhea and learning activity (Spearman correlation coefficient −0.339; p = 0.003). Higher levels of primary dysmenorrhea tend to be accompanied by lower learning activity scores, but this finding does not prove a causal relationship. Nursing education institutions are advised to provide education and health consultation services for students who experience dysmenorrhea.

Keywords: Primary Dysmenorrhea; Learning Activity; Nursing Students; Spearman Correlation

LATAR BELAKANG

Menstruasi merupakan proses fisiologis yang berlangsung secara siklik pada perempuan usia reproduktif. Meskipun normal, menstruasi dapat disertai keluhan, salah satunya dismenore, yaitu nyeri atau kram pada perut bagian bawah yang dapat disertai nyeri punggung, sakit kepala, mual, muntah, dan diare (Macgregor et al., 2023; Serya et al., 2025). Dismenore dibedakan menjadi dismenore primer, yaitu nyeri tanpa kelainan organ reproduksi, dan dismenore sekunder yang berkaitan dengan kelainan seperti endometriosis atau adenomiosis. Nyeri pada dismenore primer dikaitkan dengan peningkatan prostaglandin yang memicu kontraksi uterus berlebihan, penyempitan pembuluh darah, dan iskemia jaringan rahim (Anggraini et al., 2022; Itani et al., 2022).

Dismenore merupakan masalah yang sering ditemukan. World Health Organization (2026) melaporkan prevalensi global dismenore sebesar 71,3% berdasarkan analisis 336 penelitian di 70 negara. Di Indonesia, prevalensi dismenore dilaporkan sebesar 64,25%, terdiri atas 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder (Muda et al., 2025), sedangkan pada remaja perempuan di Jawa Barat tercatat 54,9% (Indrayani et al., 2021). Kejadian dismenore dan siklus menstruasi dipengaruhi berbagai faktor, antara lain siklus haid yang tidak teratur (Tadese et al., 2021), indeks massa tubuh dan tingkat stres (Fauziah, 2022), serta faktor lain pada mahasiswi (Nasution et al., 2022).

Dismenore tidak hanya menimbulkan keluhan fisik, tetapi juga dapat mengganggu konsentrasi, kenyamanan, partisipasi dalam pembelajaran, dan kemampuan menyelesaikan tugas. Pada mahasiswi di Uni Emirat Arab dengan angka kejadian dismenore 80,5%, lebih dari 50% responden pernah tidak menghadiri kelas, 68% mengalami penurunan konsentrasi, 70,4% tidak mampu belajar dengan efektif, dan 59% tidak dapat menyelesaikan tugas saat

nyeri (Mahwish et al., 2024). Dampak terhadap fokus dan kegiatan akademik juga dilaporkan pada mahasiswi di Ethiopia (Belayneh et al., 2023), pada siswi SMA di Toraja Utara (Saalino et al., 2021), dan pada mahasiswi keperawatan di Vietnam, yang mengalami penurunan kemampuan mengikuti perkuliahan dan belajar (Pham et al., 2025). Di Indonesia, hubungan dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi keperawatan juga telah dikaji di Purwokerto (Shafa et al., 2021).

Aktivitas belajar adalah keterlibatan peserta didik dalam proses pembelajaran, baik secara fisik maupun mental, yang tampak antara lain pada kegiatan mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pengajar, membaca dan merangkum materi, berpartisipasi dalam diskusi, kesungguhan dalam belajar, serta perasaan senang saat belajar (Erlina & Sutarni, 2024; Saputri & Isa, 2024). Indikator tersebut dikembangkan terutama pada konteks pendidikan dasar dan menengah, tetapi prinsip dasarnya dapat diadaptasi pada pendidikan tinggi. Oleh karena itu, kondisi yang mengganggu keterlibatan mahasiswi, termasuk nyeri akibat dismenore, berpotensi berkaitan dengan aktivitas belajar.

Mahasiswi fakultas keperawatan menjalani jadwal pembelajaran yang padat dan terstruktur, meliputi perkuliahan teori, praktikum laboratorium, dan kegiatan keagamaan, sehingga mempertahankan aktivitas belajar saat mengalami dismenore dapat menjadi tantangan. Namun, penelitian yang secara khusus mengkaji hubungan tingkat dismenore primer dengan aktivitas belajar pada mahasiswi fakultas keperawatan, khususnya di lingkungan Universitas Advent Indonesia (UNAI), masih terbatas.

Berdasarkan uraian tersebut, tingkat nyeri dismenore primer diduga berkaitan dengan keterlibatan mahasiswi dalam kegiatan belajar. Untuk menjawab masalah ini, penelitian ini mengukur intensitas nyeri haid pada siklus menstruasi terakhir dengan skala numerik dan mengukur aktivitas belajar dengan kuesioner terstruktur pada mahasiswi fakultas keperawatan, kemudian menganalisis hubungan keduanya secara statistik. Hasil penelitian diharapkan menjadi dasar bagi institusi pendidikan keperawatan dalam merancang dukungan bagi mahasiswi yang mengalami dismenore.

Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi tingkat dismenore primer dan aktivitas belajar serta menganalisis hubungan antara keduanya pada mahasiswi fakultas keperawatan UNAI. Hipotesis penelitian ini adalah terdapat hubungan negatif antara tingkat dismenore primer dan aktivitas belajar.

METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain deskriptif korelasional dan rancangan *cross-sectional* (Ibrahim et al., 2024; Nazari et al., 2024). Penelitian dilaksanakan pada Agustus sampai Oktober 2026 di Universitas Advent Indonesia, Kabupaten Bandung Barat, Jawa Barat. Populasi adalah seluruh mahasiswi aktif Program Studi S1 Keperawatan dan D3 Keperawatan pada semester ganjil tahun akademik 2026/2027, tidak termasuk Program Profesi Ners, sebanyak 289 orang.

Sampel dipilih dengan teknik *purposive sampling*. Kriteria inklusi adalah mahasiswi aktif Program Studi S1 atau D3 Keperawatan yang mengalami dismenore primer pada siklus menstruasi terakhir (satu bulan terakhir) sebelum pengisian kuesioner dan bersedia menjadi

responden. Kriteria eksklusi adalah penggunaan kontrasepsi atau terapi hormonal secara rutin, riwayat diagnosis penyakit ginekologis penyebab nyeri sekunder (endometriosis, adenomiosis, atau mioma uteri), tidak mengalami menstruasi atau nyeri menstruasi pada siklus terakhir, dan kuesioner yang tidak terisi lengkap. Dismenore primer ditetapkan berdasarkan laporan responden melalui pertanyaan penyaringan pada formulir, tanpa pemeriksaan klinis. Jumlah sampel minimal dihitung dengan rumus Slovin pada tingkat kesalahan 10% (e = 0,1) karena jumlah populasi diketahui:

$$n = \frac{N}{1+Ne^2} \quad (1)$$

dengan n adalah ukuran sampel minimal, N ukuran populasi, dan e tingkat kesalahan. Perhitungannya adalah n = 289 / (1 + 289 × 0,1²) = 289 / 3,89 = 74,29, yang dibulatkan ke atas menjadi 75 responden. Seluruh populasi (289 orang) digunakan sebagai dasar perhitungan karena jumlah mahasiswi yang mengalami dismenore primer tidak dapat diketahui sebelum pengumpulan data.

Data dikumpulkan secara daring melalui Google Form setelah responden menyetujui lembar *informed consent*. Kuesioner terdiri atas empat bagian. Bagian A berisi pertanyaan penyaringan riwayat diagnosis penyakit reproduksi. Bagian B berisi karakteristik responden, yaitu inisial (hanya sebagai identitas), usia *menarche*, durasi menstruasi, dan riwayat nyeri haid dalam keluarga. Bagian C mengukur tingkat dismenore primer dengan Numeric Rating Scale 0 sampai 10, yaitu intensitas nyeri haid paling berat yang dirasakan pada siklus menstruasi terakhir (satu bulan terakhir), yang dikategorikan sebagai nyeri ringan (1–3), sedang (4–6), dan berat (7–10). Bagian D adalah kuesioner aktivitas belajar 20 pernyataan yang diadaptasi dari Shinta Dewi (2025) dengan skala Likert empat pilihan (selalu, sering, kadang-kadang, tidak pernah), mencakup lima domain: mendengarkan dan memperhatikan penjelasan pengajar, membaca dan merangkum materi, berpartisipasi dalam diskusi, kesungguhan dalam proses pembelajaran, dan perasaan senang saat belajar. Tiga pernyataan bersifat favorable (nomor 4, 5, dan 6) dan 17 pernyataan bersifat unfavorable yang skornya dibalik, sehingga skor total berkisar 20 sampai 80 dan skor yang lebih tinggi menunjukkan aktivitas belajar yang lebih baik. Shinta Dewi (2025) melaporkan seluruh item valid dengan Cronbach's alpha 0,837.

Calon responden memperoleh informasi penelitian dan tautan formulir daring dari peneliti. Pada halaman awal formulir, calon responden membaca penjelasan penelitian dan lembar *informed consent*, kemudian menjawab pertanyaan persetujuan dan pertanyaan penyaringan nyeri haid; calon responden yang tidak bersedia atau tidak mengalami nyeri haid pada siklus terakhir tidak melanjutkan pengisian. Responden mengisi kuesioner secara mandiri dalam waktu sekitar 10–15 menit. Kelengkapan data diperiksa sebelum dianalisis, dan kuesioner dengan lebih dari 10% item yang tidak terjawab dikeluarkan.

Data diolah melalui tahap editing, coding, entry, dan cleaning, kemudian dianalisis dengan SPSS versi 27. Analisis univariat menyajikan frekuensi, persentase, rerata, simpangan baku, serta nilai minimum dan maksimum. Hubungan antara tingkat dismenore primer (skala ordinal) dan aktivitas belajar dianalisis dengan uji korelasi Spearman pada taraf signifikansi 0,05. Kekuatan korelasi dikategorikan berdasarkan nilai absolut koefisien: 0,00–0,199 sangat lemah, 0,20–0,399 lemah, 0,40–0,599 sedang, 0,60–0,799 kuat, dan 0,80–1,00 sangat kuat

(Iqbal et al., 2024). Penelitian ini menerapkan prinsip etik otonomi, *beneficence*, *non-maleficence*, keadilan, dan kerahasiaan; seluruh responden menyatakan persetujuan melalui *informed consent* dan keikutsertaan bersifat sukarela.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Sebanyak 75 mahasiswi memenuhi kriteria penelitian dan seluruh datanya terisi lengkap sehingga dianalisis. Karakteristik responden disajikan pada Tabel 1.

Tabel 1. Karakteristik responden (n = 75)

Karakteristik	Rerata (simpangan baku) atau f (%)	Minimum–maksimum
Usia *menarche* (tahun)	12,89 (1,50)	10–16
Durasi menstruasi (hari)	4,81 (1,12)	2–7
Riwayat nyeri haid dalam keluarga: ada	43 (57,3)	–
Riwayat nyeri haid dalam keluarga: tidak ada	32 (42,7)	–

Rerata usia *menarche* responden adalah 12,89 tahun dan 13 responden (17,3%) mengalami *menarche* sebelum usia 12 tahun. Rerata durasi menstruasi 4,81 hari dengan rentang 2–7 hari, yang berada dalam batas durasi menstruasi normal (Attia et al., 2023). Sebanyak 57,3% responden memiliki riwayat nyeri haid dalam keluarga. Usia *menarche* dini dan riwayat keluarga dikenal sebagai faktor risiko dismenore; riwayat keluarga, misalnya, dilaporkan berkaitan dengan kejadian dan keparahan nyeri pada mahasiswi kedokteran di Indonesia (Situmorang et al., 2024) dan dengan dismenore primer pada mahasiswi keperawatan di Vietnam (Pham et al., 2025). Namun, seluruh responden penelitian ini mengalami nyeri haid dan tidak ada kelompok pembanding, sehingga penelitian ini tidak menguji hubungan usia *menarche* maupun riwayat keluarga dengan dismenore. Data tersebut hanya menggambarkan karakteristik responden dan tidak digunakan untuk menjelaskan tingkat dismenore yang ditemukan.

Nyeri sedang merupakan tingkat dismenore primer yang paling banyak dialami responden (56,0%), diikuti nyeri ringan (29,3%) dan nyeri berat (14,7%) (Tabel 2). Tidak ada responden dengan skor 0 karena mahasiswi tanpa nyeri haid tidak termasuk sampel. Sebanyak 70,7% responden mengalami nyeri sedang hingga berat.

Tabel 2. Distribusi tingkat dismenore primer dan skor aktivitas belajar menurut tingkat dismenore (n = 75)

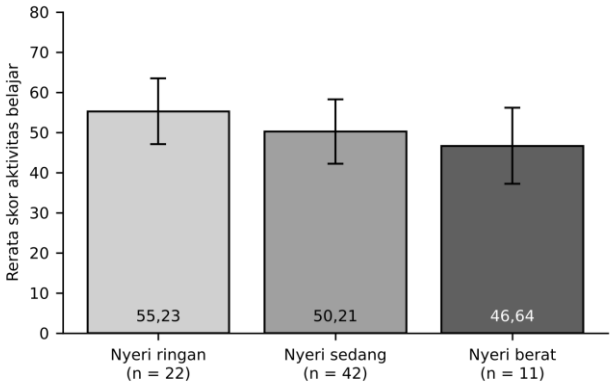
Tingkat dismenore primer (skor Numeric Rating Scale)	f	%	Rerata skor aktivitas belajar (simpangan baku)
Nyeri ringan (1–3)	22	29,3	55,23 (8,22)
Nyeri sedang (4–6)	42	56,0	50,21 (8,00)

Nyeri berat (7–10)	11	14,7	46,64 (9,50)
Total	75	100,0	51,16 (8,68)

Temuan ini menunjukkan bahwa dismenore pada mahasiswi fakultas keperawatan tidak hanya berupa ketidaknyamanan ringan, sejalan dengan gambaran beban dismenore pada perempuan usia reproduktif (Macgregor et al., 2023). Secara teoretis, nyeri tersebut dikaitkan dengan peningkatan prostaglandin, terutama PGF2α dan PGE2, yang memicu kontraksi uterus yang kuat dan penurunan aliran darah akibat vasokonstriksi pembuluh darah uterus (Itani et al., 2022). Namun, penelitian ini tidak mengukur kadar prostaglandin, sehingga mekanisme tersebut hanya penjelasan teoretis dan bukan mekanisme yang terbukti pada responden. Dominasi nyeri sedang sejalan dengan penelitian pada mahasiswi lain, meskipun alat ukur dan respondennya berbeda: Pham et al. (2025) melaporkan bahwa 68,7% mahasiswi keperawatan dengan dismenore primer di Hanoi mengalami nyeri sedang hingga berat, mendekati temuan ini (70,7%), sedangkan Situmorang et al. (2024) melaporkan 52,35% pada 630 mahasiswi kedokteran di Indonesia. Perbedaan angka perlu ditafsirkan hati-hati karena perbedaan alat ukur dan cara menetapkan responden. Pada penelitian ini, nyeri sedang kemungkinan paling banyak karena seluruh responden adalah mahasiswi yang mengalami nyeri dan skala yang digunakan menanyakan nyeri paling berat pada siklus terakhir, bukan nyeri rata-rata, sehingga skor cenderung bergeser dari kategori ringan ke sedang. Distribusi ini tidak dapat digunakan untuk memperkirakan prevalensi dismenore pada seluruh mahasiswi fakultas keperawatan UNAI.

Skor aktivitas belajar responden berkisar 27–67 dari rentang yang mungkin 20–80, dengan rerata 51,16 (simpangan baku 8,68), median 52,00, dan interval kepercayaan 95% untuk rerata 49,16–53,16. Skor berdistribusi normal (Kolmogorov-Smirnov dengan koreksi Lilliefors 0,096, p = 0,083; Shapiro-Wilk 0,970, p = 0,075) dan sedikit menceng ke kiri (*skewness* −0,574). Rerata berada sedikit di atas titik tengah rentang skor (50), sehingga keterlibatan belajar responden secara umum berada pada tingkat menengah dengan variasi antarresponden yang cukup besar. Karena tidak ada batas kategori yang ditetapkan, skor ditafsirkan secara relatif: semakin tinggi skor, semakin baik aktivitas belajar. Penelitian ini hanya menganalisis skor total, sehingga tidak dapat menunjukkan domain aktivitas belajar yang paling terganggu. Variasi skor dapat berkaitan dengan faktor dari dalam diri, seperti kondisi fisik dan mental, serta faktor dari luar diri, seperti hubungan dengan dosen dan lingkungan sosial (Juliana Putri et al., 2022; Nurhayati et al., 2024), termasuk pola tidur dan gangguan emosi (Saputri & Isa, 2024). Dismenore hanyalah salah satu faktor internal, sehingga bukan satu-satunya hal yang berkaitan dengan aktivitas belajar.

Rerata skor aktivitas belajar menurun seiring meningkatnya tingkat dismenore, yaitu 55,23 pada nyeri ringan, 50,21 pada nyeri sedang, dan 46,64 pada nyeri berat (Tabel 2 dan Gambar 1). Uji Spearman menunjukkan koefisien korelasi (*rho*) −0,339 dengan p = 0,003 (Tabel 3). Berdasarkan klasifikasi kekuatan korelasi (Iqbal et al., 2024), nilai tersebut menunjukkan hubungan negatif yang lemah dan bermakna secara statistik. Dengan demikian, hipotesis nol ditolak dan hipotesis alternatif diterima: terdapat hubungan negatif yang signifikan antara tingkat dismenore primer dan aktivitas belajar.



Gambar 1. Rerata skor aktivitas belajar menurut tingkat dismenore primer (batang galat: simpangan baku)

Tabel 3. Hasil uji korelasi Spearman antara tingkat dismenore primer dan aktivitas belajar (n = 75)

Variabel	Koefisien korelasi (*rho*)	*p*	Keterangan
Dismenore primer dengan aktivitas belajar	−0,339	0,003	Negatif, lemah, bermakna secara statistik

Koefisien −0,339 mengindikasikan bahwa peningkatan tingkat nyeri cenderung berkaitan dengan penurunan skor aktivitas belajar, tetapi hubungan tersebut tidak kuat. Hal ini menunjukkan bahwa aktivitas belajar kemungkinan juga berkaitan dengan berbagai faktor lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini. Secara teoretis, hubungan tersebut dapat dijelaskan oleh nyeri yang intens yang dilaporkan berkaitan dengan gangguan fokus, gejala penyerta seperti mual, pusing, nyeri punggung, dan rasa lelah yang menyulitkan mahasiswi beraktivitas dan hadir di kelas (Mesele et al., 2022), serta ketidaknyamanan emosional yang dikaitkan dengan penurunan kemampuan mengingat, memperhatikan, dan memahami materi kuliah (Belayneh et al., 2023), yang dapat berkaitan dengan berkurangnya partisipasi dalam diskusi dan penyelesaian tugas (Mahwish et al., 2024). Penelitian ini tidak mengukur gejala penyerta maupun proses tersebut, sehingga penjelasan ini hanya bersifat teoretis.

Arah hubungan ini sejalan dengan penelitian terdahulu. Mahwish et al. (2024) melaporkan bahwa nyeri sedang hingga berat merupakan prediktor independen dan signifikan terhadap gangguan pada semua aspek akademik yang diteliti pada 252 mahasiswi. Gangguan fokus dan proses belajar juga dilaporkan oleh Belayneh et al. (2023) dan Bolado et al. (2025) di Ethiopia, Saalino et al. (2021) pada siswi SMA, dan Pham et al. (2025) pada mahasiswi keperawatan, sedangkan Situmorang et al. (2025) melaporkan bahwa kejadian dan keparahan dismenore berkaitan dengan gangguan konsentrasi, aktivitas, dan ketidakhadiran pada 630 mahasiswi kedokteran di Indonesia. Tadese et al. (2021) juga mengkaji hubungan dismenore

dengan prestasi akademik mahasiswi tingkat akhir di Ethiopia. Perbedaannya, sebagian besar penelitian terdahulu menilai dampak melalui indikator terpisah seperti konsentrasi atau ketidakhadiran, dan sebagian membandingkan mahasiswi dengan dan tanpa dismenore atau menggunakan regresi, sedangkan penelitian ini menggunakan skor total aktivitas belajar dan korelasi pada responden yang seluruhnya mengalami dismenore. Korelasi yang lemah kemungkinan berkaitan dengan variasi tingkat nyeri yang terbatas, karena tidak ada mahasiswi tanpa nyeri sebagai pembanding dan hanya 11 responden (14,7%) yang mengalami nyeri berat, serta dengan skor total yang mencakup berbagai aspek keterlibatan belajar yang juga dipengaruhi faktor lain seperti stres, kualitas tidur, dan beban akademik.

Kekhasan responden sebagai mahasiswi fakultas keperawatan juga perlu dipertimbangkan secara hati-hati. Mahasiswi fakultas keperawatan UNAI menjalani perkuliahan teori, praktikum, pembelajaran klinis, dan kegiatan spiritual yang terjadwal. Tuntutan ini dapat membuat sebagian mahasiswi tetap mempertahankan aktivitas belajar meskipun mengalami nyeri, tetapi dapat pula menyulitkan mahasiswi dengan nyeri sedang hingga berat. Karena penelitian ini tidak mengukur upaya penanganan nyeri, dukungan dosen atau teman, maupun keterlibatan dalam kegiatan spiritual, penjelasan ini hanya kemungkinan yang perlu diuji pada penelitian selanjutnya.

Temuan ini memberi gambaran bagi institusi pendidikan keperawatan bahwa sebagian besar mahasiswi dengan dismenore mengalami nyeri sedang hingga berat dan bahwa tingkat nyeri yang lebih tinggi cenderung disertai skor aktivitas belajar yang lebih rendah. Dukungan seperti pemberian informasi tentang penanganan dismenore, penyediaan tempat beristirahat, layanan konsultasi kesehatan, dan penyesuaian jadwal kegiatan akademik bagi mahasiswi dengan nyeri berat sesuai kebijakan yang berlaku dapat dipertimbangkan. Karena hubungan yang ditemukan lemah dan tidak menunjukkan sebab-akibat, efektivitas dukungan tersebut perlu dibuktikan melalui penelitian intervensi. Mahasiswi yang mengalami nyeri berat, nyeri yang semakin memburuk, atau keluhan yang mengganggu aktivitas sehari-hari dianjurkan berkonsultasi dengan tenaga kesehatan karena keluhan tersebut dapat menjadi tanda dismenore sekunder.

Karena menggunakan desain *cross-sectional*, hasil penelitian hanya menunjukkan hubungan (asosiasi), bukan hubungan sebab-akibat, sehingga tidak dapat diartikan sebagai pengaruh dismenore primer terhadap aktivitas belajar (Alwi et al., 2023). Keterbatasan lain meliputi pengisian kuesioner secara mandiri dengan skor nyeri berdasarkan ingatan responden; *purposive sampling* pada satu institusi sehingga hasil tidak dapat digeneralisasikan; tidak adanya kelompok pembanding tanpa dismenore; tidak diukurnya variabel lain seperti stres, kualitas tidur, beban akademik, indeks massa tubuh, dan kebiasaan olahraga; serta penetapan dismenore primer berdasarkan laporan responden tanpa pemeriksaan klinis, sehingga dismenore sekunder yang belum terdiagnosis masih mungkin terklasifikasi sebagai dismenore primer.

SIMPULAN

Sebagian besar responden mengalami dismenore primer tingkat sedang (56,0%) dengan rerata skor aktivitas belajar 51,16 dari rentang 20–80. Terdapat hubungan negatif yang

lemah dan bermakna secara statistik antara tingkat dismenore primer dan aktivitas belajar (*rho* −0,339; *p* = 0,003), yang menunjukkan keterkaitan, bukan sebab-akibat. Institusi pendidikan keperawatan disarankan menyediakan edukasi dan layanan konsultasi kesehatan bagi mahasiswi dengan dismenore, sedangkan peneliti selanjutnya disarankan melibatkan lebih banyak institusi, kelompok pembanding, dan faktor lain seperti stres serta kualitas tidur.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Ibu Nilawati Soputri, MSN., Ph.D. selaku dosen pembimbing, Ibu Sapti Heru Widiarti, S.Kep., Ners., MPH selaku dosen penguji, Fakultas Ilmu Keperawatan Universitas Advent Indonesia, serta seluruh mahasiswi fakultas keperawatan yang bersedia menjadi responden.

DAFTAR PUSTAKA

Alwi, J., Sari, M., Adnyana, I., Rustam, M., Rahayu, D., Febriyanti, I. dkk. 2023. *Metode Penelitian Epidemiologi*. PT. Global Eksekutif Teknologi.

Anggraini, M.A., Lasiaprillianty, I.W. & Danianto, A. 2022. Diagnosis dan Tata Laksana Dismenore Primer. *Cermin Dunia Kedokteran*, 49(4).

Attia, G.M., Alharbi, O.A. & Aljohani, R.M. 2023. The Impact of Irregular Menstruation on Health: A Review of the Literature. *Cureus*, 15(11).

Belayneh, W., Kassaye, Z., Arusi, T., Abera, N., Hantalo, A., Melkamu, B. & Gutulo, M. 2023. Prevalence of dysmenorrhea and associated factors and its effect on daily academic activities among female undergraduate students of Hawassa University College of Medicine and Health Sciences, Hawassa, Ethiopia. *Frontiers in Reproductive Health*, 5.

Bolado, G.N., Ataro, B.A., Endrias, E.E., Ayana, A.S., Minuta, W.M., Hurisa, H. & Bekele, H. 2025. The impact of dysmenorrhea on academic performance and coping strategies: lived experiences of female students in Ethiopian public universities. *BMC Women's Health*, 25(1).

Erlina, D. & Sutarni, S. 2024. Peningkatan Aktivitas Belajar Siswa Melalui Pembelajaran Realistic Mathematics Education (RME). *Jurnal Cendekia: Jurnal Pendidikan Matematika*, 8(2).

Fauziah, E. 2022. Literature Review Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Siklus Menstruasi Remaja Puteri. *Jurnal Permata Indonesia*, 13(2).

Ibrahim, I.A., Mohamed, M.H.M. & Alenezi, A. 2024. Exploring the linkages between social media use, self-esteem, and academic performance among nursing students in Saudi Arabia: A descriptive correlational study. *Belitung Nursing Journal*, 10(2): 152-159.

Indrayani, T., Fikria, S.H. & Dinengsih, S. 2021. The Effect Of Green Coconut Water On The Levels Of Dysmenorrhea Pain Among Adolescent Girls In Berekah Village Sukabumi Regency In 2021. *STRADA Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 10(2): 1487–1492.

Iqbal, M., Rahmawati, Y., Khatimah, K. & Ispriadi, P. 2024. The Correlation Between Student's Vocabulary Mastery And Reading Comprehension.

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.

Juliana Putri, D., Angelina, S., Claudia Rahma, S. & Mujazi, M. 2022. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Minat Belajar Siswa Di Kecamatan Larangan Tangerang. Tangerang: Universitas Muhammadiyah Tangerang.

Macgregor, B., Allaire, C., Bedaiwy, M.A., Yong, P.J. & Bougie, O. 2023. Disease Burden of Dysmenorrhea: Impact on Life Course Potential. *International Journal of Women's Health*, 15: 499–509.

Mahwish, N., Dube, R., Kar, S.S., Santhosh, M., Kidwai, A. & Kenneth, J.M. 2024. Prevalence and Impact of Dysmenorrhea on the Academic Performance of Students at Medical and Health Sciences University. *New Emirates Medical Journal*, 5.

Mesele, T.T., Ayalew, H.G., Syoum, A.T. & Antehneh, T.A. 2022. Impact of Dysmenorrhea on Academic Performance Among Haramaya University Undergraduate Regular Students, Eastern Ethiopia. *Frontiers in Reproductive Health*, 4.

Muda, I., Annisa, A., Harahap, L.A., Ramadhani, D.A., Rezkiana, R., Adlina, P. & Amir, Y. 2025. Pengaruh Pemberian Terapi Guided Imagery Terhadap Skala Nyeri Disminore Primer Pada Remaja Putri Di Smk Hasanah Pekanbaru. *Jurnal Keperawatan Abdurrab*, 6(1).

Nasution, A.S., Jayanti, R., Munir, R. & Ariandini, S. 2022. Determinan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 7(2): 79.

Nazari, A.M., Borhani, F., Zare-Kaseb, A. & Zafarnia, N. 2024. The relationship between nurses' moral competency and missed nursing care: a descriptive-correlational study. *BMC Nursing*, 23(1).

Nurhayati, S., Haluti, F., Nurteti, L., Pilendia, D., Haryono, P., Hiremawati, A. dkk. 2024. *Buku Ajar Teori Belajar dan Pembelajaran*. PT. Sonpedia Publisher Indonesia.

Pham, B.N., Luu, T.M., Phan, T.N., Ho, M.A. & Nguyen, T.H. 2025. Primary dysmenorrhea and quality of life among university nursing students in Vietnam. *Frontiers in Global Women's Health*, 6.

Saalino, V., Sampe, L. & Rante, R. 2021. Pengaruh Nyeri haid (Dismenorhea) terhadap aktivitas belajar pada remaja putri di SMAN 4 Toraja Utara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*.

Saputri, D. & Isa, M. 2024. Pengaruh Pola Tidur, Asupan Kafein, dan Gangguan Emosi Terhadap Aktivitas Belajar Mahasiswa Universitas Muhammadiyah Surakarta. *Determinasi: Jurnal Penelitian Ekonomi Manajemen dan Akuntansi*, 2(2): 19-27.

Serya, H., El-Kurdy, R., Serria, E. & El-Gilany, A.H. 2025. Dysmenorrhea among working women and its effect on their work productivity and activity impairment. *Journal of the Egyptian Public Health Association*, 100(1).

Shafa, L., Triana, N. & Haniyah, S. 2021. Hubungan Dismenore dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi Keperawatan Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa Purwokerto. *Seminar Nasional Penelitian dan Pengabdian kepada Masyarakat*, 1(1): 782-789.

Shinta Dewi, N.M. 2025. *Hubungan Derajat Dismenore Primer dengan Aktivitas Belajar pada Remaja Putri*. Skripsi. Denpasar: Poltekkes Kemenkes Denpasar.

Situmorang, H., Sutanto, R.L., Tjoa, K., Rivaldo, R. & Adrian, M. 2024. Prevalence and risk factors of primary dysmenorrhoea among medical students: a cross-sectional survey in Indonesia. *BMJ Open*, 14(10).

Situmorang, H., Sutanto, R.L., Tjoa, K. & Rivaldo, R. 2025. Association between primary dysmenorrhoea on quality of life, mental health and academic performance among medical students in Indonesia: a cross-sectional study. *BMJ Open*, 15(1): e093237.

Tadese, M., Kassa, A., Muluneh, A.A. & Altaye, G. 2021. Prevalence of dysmenorrhoea, associated risk factors and its relationship with academic performance among graduating female university students in Ethiopia: A cross-sectional study. *BMJ Open*, 11(3).