

**STUDI LITERATUR TENTANG PERBEDAAN PENGARUH FAKTOR
STRES DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN *DISMENORE*
PRIMER
SKRIPSI**

**Untuk Memenuhi Persyaratan
Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran**



Oleh :

Rani Nur Rafli Amalia

NPM : 20700033

**PROGRAM STUDI KEDOKTERAN
FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS WIJAYA KUSUMA SURABAYA
SURABAYA**

2023

HALAMAN PERSETUJUAN

SKRIPSI

**STUDI LITERATUR TENTANG PERBEDAAN PENGARUH FAKTOR
STRES DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN *DISMENORE*
PRIMER**

Diajukan untuk Memenuhi Salah Satu Syarat Guna

Memperoleh Gelar Sarjana Kedokteran

Oleh:

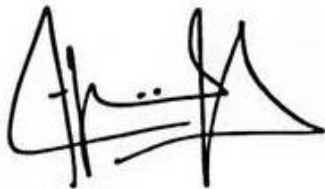
Rani Nur Rafli Amalia

NPM: 20700033

Menyetujui untuk diuji

Pada tanggal: 16 Juni 2023

Pembimbing Utama,



Dr. Febtarini Rahmawati, dr., Sp.pk

NIDN : 0701027105

Pembimbing Pendamping,



Rini Purbowati, S.Si, M.Si

NIK. 13706-ET

Penguji,



Prof. Dr. Suhartati, dr., MS.

NIDN : 8862870018

HALAMAN PENGESAHAN

SKRIPSI

**STUDI LITERATUR TENTANG PERBEDAAN PENGARUH FAKTOR
STRES DAN AKTIVITAS FISIK TERHADAP KEJADIAN *DISMENORE*
PRIMER**

Oleh:

Rani Nur Rafli Amalia

NPM: 20700033

Telah diuji pada

Hari : Jumat

Tanggal: 16 Juni 2023

dan dinyatakan lulus oleh:

Pembimbing Utama,



Dr. Febtarini Rahmawati, dr., Sp.pk

NIDN : 0701027105

Pembimbing Pendamping,



Rini Purbowati, S.Si, M.Si

NIK. 13706-ET

Penguji,



Prof. Dr. Suhartati, dr., MS.

NIDN : 8862870018

PERNYATAAN ORISINALITAS

Skripsi ini adalah hasil karya saya sendiri, bebas plagiat, semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk telah saya nyatakan dengan benar. Apabila kemudian hari terbukti terdapat plagiat dalam skripsi saya, maka saya bersedia menerima sanksi sesuai ketentuan peraturan perundang-undangan.

Surabaya, 16 Juni 2023

KATA PENGANTAR

Syukur alhamdulillah kepada Allah SWT yang telah memberikan berbagai kemudahan kepada penulis untuk menyelesaikan skripsi dengan judul “Studi literatur tentang perbedaan pengaruh faktor stres dan aktivitas fisik terhadap kejadian *dismenore* primer”

Penulis skripsi ini bertujuan untuk memenuhi persyaratan dalam memperoleh gelar Sarjana Kedokteran pada Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya. Penelitian ini bertujuan juga untuk membuktikan bahwa terdapat perbedaan pengaruh faktor stres dan aktivitas fisik terhadap kejadian *dismenore* primer.

Skripsi ini berhasil penulis selesaikan karena dukungan dari berbagai pihak yang telah memberikan bantuan, bimbingan, serta arahnya. Oleh sebab itu pada kesempatan ini penulis sampaikan terima kasih yang tak terhingga dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini, diantaranya kepada:

1. Allah SWT karena atas berkat rahmat, petunjuk, perlindungan dan hidayah-Nya kepada penulis sehingga dapat menyelesaikan skripsi ini.
2. Prof. Dr. H. Widodo Ario Kentjono, dr., Sp. THT-KL (K) selaku menjabat sebagai Rektor Universitas Wijaya Kusuma Surabaya.
3. Prof. Dr. Kuntaman, dr, MS, SpMK(K) selaku dekan Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya dan juga sebagai dosen penguji yang juga ikut serta memberikan masukan, saran, arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
4. Dr. Febtarini Rahmawati, dr., Sp.Pk sebagai dosen pembimbing utama yang telah memberikan bimbingan, arahan, saran serta dorongan dalam membantu penulis menyelesaikan skripsi ini.
5. Rini purbowati, S.Si, M.Si sebagai dosen pembimbing pendamping yang telah bersedia memberikan ilmu, masukan, serta dorongan dalam membantu penulis menyelesaikan penyusunan skripsi ini.
6. Prof. Dr. Suhartati, dr., MS. sebagai penguji proposal maupun skripsi yang juga ikut serta memberikan masukan, saran, arahan dalam menyelesaikan skripsi ini.
7. Penulis mengucapkan rasa terima kasih setulus-tulusnya kepada orang tua tercinta. Ayah Rafi'i dan ibu Imliana yang senantiasa mendoakan penulis, juga selalu memberikan dukungan dan semangat kepada penulis dalam menyelesaikan skripsi ini.

8. Kepada seluruh keluarga besar penulis yang senantiasa memberikan semangat, motivasi, doa dalam kelancaran penyusunan skripsi ini.
9. Segenap Divisi Penelitian dan Skripsi dan Kesekretariatan Unit Penelitian, Pengabdian kepada Masyarakat dan Publikasi Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya yang telah memfasilitasi proses penyelesaian Skripsi
10. Semua sahabat tercinta penulis yang sudah selalu ada dalam membantu saya serta memberi dukungan untuk penyelesaian penyusunan skripsi ini.
11. Dan semua pihak yang tidak dapat disebutkan satu persatu yang telah memberi dukungan untuk menyelesaikan skripsi ini.

Akhir kata, penulis berterima kasih sebesar-besarnya kepada seluruh pihak yang telah membantu dan berperan dalam penyelesaian proposal skripsi ini .Penulis menyadari bahwa penulisan proposal skripsi ini masih jauh dari kata sempurna, oleh karena itu penulis mengharapkan segala masukan demi sempurnanya tulisan ini.

Semoga hasil skripsi ini dapat bermanfaat bagi pengembangan Ilmu Kedokteran. Aamiin

Surabaya, Desember 2022

Penulis

ABSTRAK

Latar Belakang : Dismenore primer merupakan salah satu masalah menstruasi yang sering dialami wanita sebagai nyeri kram pada perut bawah yang berasal dari rahim. Wanita dengan menstruasi yang mengalami dismenore sebanyak lebih dari 50%. Stres dan aktivitas fisik merupakan faktor terbanyak yang ditemui pada penderita dismenore. **Tujuan :** Literatur review ini bertujuan untuk mengetahui perbedaan pengaruh faktor stres dan aktivitas fisik terhadap kejadian dismenore primer. **Metode :** Mesin pencarian data yang digunakan adalah Google Scholar, PubMed dan ResearchGate. Jurnal yang dikumpulkan adalah jurnal nasional dan internasional sejak tahun 2017-2023. Pencarian artikel penelitian ini menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Literatur review ini menggunakan 17 jurnal nasional dan 3 jurnal internasional. **Hasil :** Jurnal yang menyatakan stres berhubungan dengan dismenore primer ditemukan sebanyak 8 jurnal, sedangkan 2 jurnal menyatakan tidak ada hubungan. Pada jurnal yang menyatakan aktivitas fisik berhubungan dengan dismenore primer ditemukan 8 jurnal dan jurnal menyatakan tidak ada hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dan dismenore primer. **Kesimpulan :** stres dan aktivitas fisik berhubungan dengan dismenore primer.

Kata kunci : Stres, Aktivitas Fisik, Dismenore Primer

ABSTRACT

Background: Primary dysmenorrhea is one of the menstrual problems that women often experience as cramping pain in the lower abdomen originating from the uterus. Women with menstruation who have dysmenorrhea as much as more than 50%. Stress and physical activity are the most common factors found in people with dysmenorrhea. **Objectives:** This literature review aims to determine the difference in the influence of stress factors and physical activity on the incidence of primary dysmenorrhea. **Methods:** The data search engines used are Google Scholar, PubMed and ResearchGate. The journals collected are national and international journals from 2017-2023. The search for this research article uses inclusion and exclusion criteria. This literature review uses 17 national journals and 3 international journals. **Results:** Journals stating stress is associated with primary dysmenorrhea were found as many as 8 journals, while 2 journals stated no association. In journals that stated physical activity was associated with primary dysmenorrhea, 8 journals were found and journals stated that there was no significant relationship between physical activity and primary dysmenorrhea. **Conclusion:** stress and physical activity are associated with primary dysmenorrhea.

Keywords: Stress, Physical Activity, Primary Dysmenorrhea

DAFTAR ISI

HALAMAN PERSETUJUAN.....	i
HALAMAN PENGESAHAN	ii
KATA PENGANTAR	iii
DAFTAR TABEL.....	xi
DAFTAR GAMBAR	xii
B A B I.....	1
PENDAHULUAN	1
A. Latar Belakang	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian	5
D. Manfaat Hasil Penelitian.....	6
B A B II.....	7
TINJAUAN PUSTAKA	7
A. Stres.....	7
1. Definisi.....	7
2. Etiologi.....	7
3. Derajat keparahan stres	8
4. Dampak stres.....	9
B. Aktivitas fisik.....	10
1. Definisi.....	10
2. Klasifikasi aktivitas fisik.....	10
3. Efek aktivitas fisik	11
C. Dismenore primer	12
1. Definisi.....	12
2. Epidemiologi.....	13
3. Faktor risiko	14
4. Manifestasi klinis	15
5. Derajat dismenore	16
6. Patofisiologi	16
7. Pencegahan	17
D. Pengaruh Stres terhadap Kejadian <i>Dismenore</i> Primer.....	17
E. Pengaruh Aktivitas Fisik terhadap Kejadian <i>Dismenore</i> Primer	18

B A B III	20
METODE DAN PENDEKATAN MASALAH	20
B A B IV	28
HASIL PENELITIAN & PEMBAHASAN	28
B A B V	48
KESIMPULAN DAN SARAN.....	48
DAFTAR PUSTAKA	51

DAFTAR TABEL

Halaman

Tabel IV.1 Tabel Penelitian	28
-----------------------------------	----

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar III.1 Bagan Alir Pendekatan Masalah.....	21
Gambar III.2 Bagan Alur Tahapan <i>Literature Review</i>	25

DAFTAR LAMPIRAN

Lampiran 1 : Pernyataan Persetujuan Unggah E-repository	69
Lampiran 2: Pernyataan Keaslian Tulisan	70
Lampiran 3: Pernyataan Persetujuan Unggah Majalah/Jurnal	71
Lampiran 4: Lembar Konsultasi Pembimbing Utama	72
Lampiran 4: Lembar Konsultasi Pembimbing Pendamping	73
Lampiran 5: Jurnal	74
Lampiran 6: Bukti Submit/ Punlikasi Jurnal.....	81
Lampiran 7: Pernyataan Publikasi	82

Lampiran : Pernyataan Keaslian Tulisan

PERNYATAAN KEASLIAN TULISAN

Yang bertanda tangan di bawah ini saya:

Nama : Rani Nur Rafli Amalia

NPM : 20700033

Program Studi : Pendidikan Kedokteran

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sebenarnya bahwa Skripsi yang saya tulis dengan judul “Perbedaan Pengaruh Faktor Stres Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Dismenore primer”, benar-benar hasil karya saya sendiri, bukan merupakan pengambilalihan tulisan atau pikiran orang lain yang saya akui sebagai tulisan atau pikiran saya sendiri. Apabila di kemudian hari dapat dibuktikan bahwa Skripsi ini adalah hasil jiplakan, maka saya bersedia menerima sanksi atas perbuatan tersebut.

Surabaya, 18 Juni 2023
Yang membuat pernyataan,



(Rani Nur Rafli Amalia)
NPM: 20700033

Lampiran : Pernyataan Publikasi

FORMULIR PERNYATAAN PUBLIKASI

Nama Mahasiswa : Rani Nur Rafli Amalia
NPM : 20700033
Dosen Pembimbing Utama : Dr. Febtarini Rahmawati, dr., Sp.Pk
Dosen Pembimbing Pendamping*) : Rini purbowati, S.Si, M.Si
Dosen Penguji : Prof. Dr. Suhartati, dr., MS.
Judul Naskah/Artikel : Perbedaan Pengaruh Pengaruh Faktor Stres Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Dismenore primer
Nama Jurnal Tujuan : Jurnal Ilmiah Kedokteran Wijaya Kusuma
Username Akun : raniamalia15
Password Akun : 2291084

Kesepakatan penulis atas tahapan rencana publikasi artikel yang akan dicapai¹⁾:

1. Submit
2. Publish

Surabaya, 20 Juli 2023.....

Mahasiswa



Rani Nur Rafli Amalia
Menyetujui,

Dosen Pembimbing Utama



Dr. Febtarini Rahmawati, dr., Sp.Pk
NIDN : 0701027105

Dosen Pembimbing Pendamping



Rini purbowati, S.Si, M.Si
NIK. 13706-ET

Dosen Penguji



Prof. Dr. Suhartati, dr., MS
NIDN : 8862870018

Keterangan:

- ¹⁾ Berikan tanda centang untuk tahapan yang sepakat akan diselesaikan oleh para penulis (mahasiswa, Dosen atau lainnya).
²⁾ Dosen Penguji bisa atau tidak dimasukkan sebagai penulis sesuai kesepakatan mahasiswa dan Dosen Pembimbing berdasarkan kontribusi terhadap naskah/artikel yang dipublikasi sebagai bagian dari *Academic Honesty*

Lampiran : Pernyataan Persetujuan Unggah E-repository

SURAT PERNYATAAN

Yang bertanda tangan di bawah ini:

Nama : Rani Nur Rafli Amalia

NPM : 20700033

Program Studi : Pendidikan Dokter

Fakultas Kedokteran Universitas Wijaya Kusuma Surabaya

Menyatakan dengan sesungguhnya bahwa hasil penelitian saya dengan judul:

“Studi Literatur Tentang Perbedaan Pengaruh Faktor Stres Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Dismenore primer” Bersedia untuk diunggah dalam *e-repository* Universitas Wijaya Kusuma Surabaya dan dimanfaatkan untuk masyarakat luas.

Surat pernyataan Persetujuan ini digunakan sebagaimana diperlukan.

Surabaya, 20 Juli 2023
Yang membuat pernyataan,



(Rani Nur Rafli Amalia)
NPM: 20700033

Keterangan:

Surat pernyataan ini harap diserahkan kepada petugas di Kesekretariatan Unit Penelitian, Pengabdian kepada Masyarakat, dan Publikasi (UPPP).