

## Hubungan Status Gizi dan Tingkat Stres Remaja dengan Kejadian Disminore STIKES Sukma Wijaya Sampang

Zainun Wahida Fithriani<sup>1#</sup>, Fildza Fadhila<sup>2</sup>

<sup>1</sup>D III Kebidanan, STIKES Sukma Wijaya Sampang, Indonesia

<sup>2</sup>S1 Administrasi Kesehatan, STIKES Sukma Wijaya Sampang, Indonesia

### SUBMISSION TRACK

Received: June 07, 2024

Final Revision: June 18, 2024

Available Online: June 21, 2024

### KEYWORDS

nyeri haid, status gizi, tingkat stres disminore, nutrition status, stress level

### CORRESPONDENCE

Phone: 087851423334

E-mail: zainunwahida@gmail.com

### ABSTRACT

Menstruation can be an uncomfortable experience, some women have complaints during menstruation. Complaints that arise during menstruation is pain which is known as dysmenorrhea. Based on data from the World Health Organization (WHO) in 2018, it shows that 90% of women experience dysmenorrhea, with 10-15% suffering from severe dysmenorrhea. Indonesia is a country with a high incidence of dysmenorrhea about 55%, especially in women of productive age. One of the determining factors causing dysmenorrhea is nutritional status. Abnormal nutritional status can be a risk of dysmenorrhea. Another factor that can cause dysmenorrhea is stress levels. Dysmenorrhea can be caused by psychological aspects. The research uses a cross sectional approach. The research respondents were 102 Level II students. The sample size was 51 people calculated using the Slovin formula. From the test of the relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea, it shows a significance value of  $0.000 < \alpha$ , there is a relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea. The results of the test of the relationship between stress levels and the incidence of dysmenorrhea show a significance value of  $0.000 < \alpha$ , there is a relationship between stress levels and the incidence of dysmenorrhea.

## I. INTRODUCTION

Awal pertumbuhan remaja ditandai dengan pubertas, yang meliputi kematangan seksual (Fikawati et al., 2017). Pada Wanita kematangan seksual ditunjukkan dengan kejadian menstruasi. Menstruasi menandakan proses biologis yang terjadi dalam tubuh wanita berupa pendarahan teratur pada uterus, sebagai indikasi bahwa organ reproduksi telah

mencapai kematangan (Nasution et al., 2022). Menstruasi mungkin tidak selalu menjadi pengalaman yang nyaman, beberapa wanita mengalami keluhan saat menstruasi. Keluhan yang muncul saat menstruasi diantaranya yakni rasa nyeri yang disebut sebagai disminore (Rita & Gusmala, 2019). Disminore adalah nyeri selama periode menstruasi dengan gejala seperti rasa sakit di bagian perut (Hikma et al., 2021).

Berdasarkan data dari *World Health Organization* (WHO) tahun 2018 menunjukkan bahwa 90% wanita mengalami disminore, dengan angka 10-15% menderita disminore berat (Ishlahul Afyah & Ismawati, 2022). Negara Indonesia termasuk negara dengan angka kejadian disminore yang cukup tinggi yaitu sejumlah 55% terutama pada wanita dengan usia produktif. Wanita usia 17-24 tahun lebih banyak mengalami disminore dengan prevalensi 67-90% (Hikma et al., 2021).

Rasa nyeri yang tidak tertahankan yang dialami selama menstruasi kejadian 50% Wanita usia produktif dapat berpengaruh pada aktivitas sehari-harinya (Kartika Candra Nurhijrahani, 2016).

Salah satu faktor determinan penyebab terjadinya disminore adalah status gizi. Status gizi yang tidak normal dapat menimbulkan risiko disminore (Fachruddin et al., 2022). Status gizi yang tidak mencukupi atau kurang optimal dapat berdampak pada perkembangan organ, berpotensi menyebabkan fungsi reproduksi terganggu (Iis, 2022). Asupan gizi yang tidak adekuat akan memengaruhi pembentukan hormon yang berperan dalam menstruasi seperti hormon LH (*Luteinizing Hormone*), FSH (*Follicle-Stimulating Hormone*), progesteron, dan estrogen (Made Risma Dewi & Riwayatul Afsah, 2022). Kosim et al pada penelitiannya menunjukkan bahwa kejadian disminore lebih banyak terjadi pada remaja dengan status gizi yang tidak normal (73,9%) daripada remaja dengan status gizi yang normal (51,9%) (Kosim et al., 2021).

Faktor lain yang dapat menyebabkan terjadinya disminore adalah tingkat stres. Disminore dapat disebabkan oleh aspek kejiwaan (Dwiasrini et al., 2023). Stres pada wanita dapat memperparah rasa nyeri saat menstruasi (Fatimah et al., 2023). Saat seseorang mengalami stres, hormon menjadi tidak seimbang. Produksi hormon estrogen dan

prostaglandin yang berlebihan dapat menyebabkan peningkatan kontraksi yang berlebihan pada uterus sehingga menghasilkan rasa nyeri saat menstruasi (Fadjriyaty & Samaria, 2021). Selain itu, hormon adrenalin juga dapat menyebabkan ketegangan otot pada tubuh, di antaranya yakni otot rahim (Salsabila et al., 2023). Rusli (2019) menyebutkan bahwa terdapat hubungan yang cukup tinggi antara tingkat stres dengan kejadian disminore (Rusli et al., 2019). Semakin tinggi tingkat stres yang dialami oleh remaja putri, semakin tinggi pula intensitas disminore yang dirasakan.

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukma Wijaya Sampang memperlihatkan bahwa mahasiswa Tingkat I mengalami disminore. Data yang dikumpulkan melalui *google form* menunjukkan bahwa 80,4% dari mereka mengalami nyeri saat menstruasi. Berdasarkan hasil tersebut, penelitian ini bertujuan untuk mengetahui adanya hubungan status gizi dan Tingkat stres dengan kejadian disminore pada mahasiswi Tingkat I Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukma Wijaya Sampang.

## II. METHODS

Metode penelitian menggunakan pendekatan Cross Sectional. Responden penelitian adalah mahasiswa Tingkat II Program Studi D III Kebidanan STIKES Sukma Wijaya Sampang yaitu sebanyak 102 orang. Perhitungan sampel menggunakan rumus slovin yaitu didapatkan hasil sebanyak 51 orang.

Setelah mendapatkan besaran sampel yang dibutuhkan, maka selanjutnya teknik sampling menggunakan purposive sampling. Sampel yang terpilih di ukur BB dan TB yang nantinya di hitung IMT (Indeks Massa Tubuh) untuk mengetahui status gizinya. Lalu diberikan kuesioner melalui *google form* untuk mengetahui tingkat stres responden. Instrumen pengukuran Tingkat Stres Remaja menggunakan

kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale 21 (DASS 21)* (Arjanto, 2022). Variabel penelitiannya yaitu variabel bebas adalah Status Gizi dan Tingkat Stres Remaja. Variabel terikat penelitian adalah Kejadian Disminore. Uji yang digunakan untuk mengetahui hubungan Status Gizi dan Tingkat Stres Remaja menggunakan Chi Square.

**III. RESULT**

**Tabel 1. Usia Responden dengan Kejadian Disminore**

Usia	Disminore		Total
	Iya	Tidak	
17 - 18	3	0	3
19 - 20	29	8	37
21 - 22	9	2	11

Tabel 1 menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami disminore pada usia 19-20 tahun yaitu sebanyak 29 orang (56,8%). Sedangkan usia responden 17-18 tahun paling sedikit mengalami disminore yaitu 3 orang (5,9%).

**Tabel 2. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Disminore**

	Disminore		Total
	Iya	Tidak	
Kurus berat	7	1	8
Kurus ringan	7	3	10
Normal	23	4	27
Gemuk	2	1	3
ringan	2	1	3
Gemuk berat			
	Disminore	IMT	
<i>Chi Square</i>	18,843	38,314	
<i>df</i>	1	4	
<i>Asymp. sig</i>	0,000	0,000	

Tabel 2 menunjukkan bahwa responden yang mengalami disminore yaitu sebanyak 18 orang (35,3%). Nilai

signifikansi uji Chi Square hubungan status gizi dengan kejadian disminore adalah  $0,000 < \alpha$ , artinya ada hubungan antara status gizi dengan kejadian disminore.

**Tabel 3. Hubungan Tingkat Stres Remaja dengan Kejadian Disminore**

	Disminore		Total
	Iya	Tidak	
Normal	16	9	25
Ringan	3	0	3
Sedang	15	1	16
Parah	5	0	5
Sangat parah	2	0	2
	Disminore	Tk Stres	
<i>Chi Square</i>	18,843	39,098	
<i>df</i>	1	4	
<i>Asymp. sig</i>	,000	,000	

Tabel 3 menunjukkan bahwa responden mengalami stres sedang sebanyak 15 orang (29%). Nilai signifikansi Uji Chi Square hubungan tingkat stres dengan kejadian disminore adalah  $0,000 < \alpha$ , artinya ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian disminore.

**IV. DISCUSSION**

**Usia responden dengan kejadian disminore**

Pada penelitian ini, usia paling banyak yang mengalami disminore yaitu pada usia 19-20 tahun. Sejalan dengan yang disampaikan Hikma bahwa wanita usia 17-24 tahun lebih banyak mengalami disminore (Hikma et al., 2021).

### **Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Disminore**

Hasil penelitian memperlihatkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan disminore. Sebagian besar responden dengan status gizi tidak normal mengalami disminore. Pada responden ditemukan bahwa responden yang mengalami disminore adalah responden dengan status gizi *underweight* dan *overweight*.

Silalahi menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian disminore pada remaja putri. Nilai statistik p-value 0,004 memperlihatkan bahwa status gizi dengan kategori tidak normal memiliki hubungan dengan rasa nyeri saat menstruasi (Silalahi et al., 2018).

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Kosim menyatakan bahwa remaja putri dengan status gizi tidak normal lebih banyak mengalami disminore (73,9%). Sebaliknya, remaja yang tidak mengalami disminore lebih banyak pada remaja dengan status gizi normal (51,9%) (Kosim et al., 2021).

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian disminore pada remaja putri. Remaja putri dengan status gizi kurang memiliki risiko mengalami disminore 3,5 kali lebih besar daripada remaja yang memiliki status gizi baik (Lubis et al., 2022).

Hafiza *et al* (2020) mengungkapkan bahwa status gizi yang kurang diakibatkan oleh kurangnya asupan makanan yang masuk ke dalam tubuh, sedangkan status gizi berlebih diakibatkan ketidaksesuaian antara asupan makanan yang masuk dengan energi yang dikeluarkan (Hafiza et al., 2021). Lemak yang berlebihan dapat mengakibatkan hiperplasi atau terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita, sehingga aliran darah pada

proses menstruasi menjadi terganggu dan menyebabkan munculnya rasa nyeri saat menstruasi.

Tidak hanya gizi berlebih, gizi kurang juga dapat menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Penyebab status gizi kurang adalah kurangnya asupan makanan, termasuk kurangnya asupan zat besi yang dapat menimbulkan anemia. Anemia merupakan faktor yang dapat mengakibatkan berkurangnya daya tahan tubuh terhadap rasa nyeri, sehingga memicu disminore saat menstruasi (Lail, 2019).

Pemenuhan kebutuhan zat gizi dapat memberikan pengaruh terhadap kejadian disminore. Pada saat menstruasi, hormon estrogen mengalami peningkatan dan progesterone mengalami penurunan, sehingga membentuk prostaglandin. Adanya status gizi yang tidak normal akan memengaruhi hormon reproduksi tersebut. Saat prostaglandin bertambah banyak, maka dapat menyebabkan iskemia dan kram pada bagian bawah perut sehingga muncul rasa nyeri (Herlina et al., 2022).

### **Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Disminore**

Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian disminore. Responden yang merasakan disminore adalah responden yang mengalami stres.

Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Utami (2024) bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres remaja putri dengan kejadian disminore yang dialami. Remaja yang stres cenderung merasakan nyeri saat menstruasi (Utami Fahara, Andri, 2024).

Hasil penelitian lain yang dilakukan oleh Tsamara (2020) juga memperlihatkan hasil yang serupa bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan disminore. Remaja putri yang mengalami disminore terjadi paling banyak pada remaja putri yang memiliki tingkat stres ringan. Sedangkan yang

paling sedikit terjadi pada remaja yang tidak memiliki stres (Tsamara et al., 2020).

Putri (2021) menyebutkan bahwa terdapat hubungan antara stres dengan disminore (Putri et al., 2021). Remaja putri dengan tingkat stres normal mengalami disminore dengan kategori nyeri ringan. Korelasi antara keduanya memiliki nilai yang signifikan.

Hal ini sejalan dengan teori yang ada bahwa salah satu pemicu terjadinya disminore adalah aspek psikis, yakni stres. Peningkatan prostaglandin akibat stres dapat mengakibatkan hipertonus dan vasokonstriksi pada miometrium sehingga akan terjadi iskemia dan nyeri pada saat menstruasi bagi wanita (Fatimah et al., 2023).

Hubungan yang bermakna antara stres dengan rasa nyeri saat menstruasi menunjukkan bahwa rasa nyeri saat menstruasi dapat diakibatkan oleh tingkat stres yang dimiliki seseorang. Kondisi stres dapat menurunkan ketahanan tubuh seseorang sehingga seseorang menjadi sensitif terhadap rasa nyeri. Respon tiap individu terhadap rasa nyeri dapat berbeda (Dwihestie, 2018).

Sisi lain, saat stres tubuh akan memproduksi hormon adrenalin, estrogen, progesterone, serta prostaglandin yang berlebih. Perubahan kadar progesterone dapat memengaruhi sintesis prostaglandin. Prostaglandin yang berlebih dapat mengakibatkan penyempitan pada pembuluh darah yang menyuplai uterus. Aktivitas kontraksi tidak normal uterus menyebabkan iskemia, hipoksia Rahim, dan peningkatan sensitivitas pada saraf. Dengan kata lain, kadar prostaglandin yang meningkat dapat mengakibatkan peningkatan frekuensi dan kontraksi, sehingga menimbulkan disminore (Sihombing et al., 2023).

## V. CONCLUSION

Dari uji hubungan antara status gizi dengan kejadian disminore menunjukkan nilai signifikansi  $0,000 < \alpha$ , artinya ada hubungan status gizi dengan kejadian disminore. Hasil uji hubungan antara tingkat stres kejadian disminore menunjukkan nilai signifikansi  $0,000 < \alpha$ , artinya ada hubungan tingkat stres dengan kejadian disminore.

## REFERENCES

- Arjanto, P. (2022). Uji Reliabilitas dan Validitas Depression Stress Anxiety 21 (DASS-21) pada Mahasiswa. *Psychology, Perseptual*, 7(0), 60–80.
- Dwiasrini, F., Wulandari, R., & Yolandia, R. A. (2023). HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK, KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI, DAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN DISMENORE PADA SISWI KELAS XII DI SMA MUHAMMADIYAH 18 JAKARTA TAHUN 2023. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1254–1264. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.743>
- Dwihestie, L. K. (2018). Dwihestie, L. K. (2018). Hubungan Usia Menarche Dan Tingkat Stres Dengan Ke. *Jurnal Ilmiah Kebidanan (Scientific Journal of Midwifery)*, 4(2), 77–82.
- Fachruddin, K. R., Anwar, F., & Dwiriani, C. M. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Institut Pertanian Bogor. *Jurnal Gizi Dietetik*, 1(1), 58–64. <https://doi.org/10.25182/jigd.2022.1.1.58-64>
- Fadjriyaty, T., & Samaria, D. (2021). HUBUNGAN TINGKAT STRES DAN AKTIVITAS FISIK DENGAN DISMENORE DI MASA PANDEMI COVID-19. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 17(3), 208. <https://doi.org/10.26753/jikk.v17i3.551>
- Fatimah, S., Mintasih, S., & Ruswanti, R. (2023). Stres Akademik berhubungan dengan Kejadian Disminore Primer pada Remaja Putri. *Journal of Nursing Education and Practice*, 2(2), 201–208. <https://doi.org/10.53801/jnep.v2i2.111>
- Fikawati, S., Ahmad, S., & Veratamala, A. (2017). Gizi Anak dan Remaja. In *PT Raja Grafindo Persada* (1 ed.). PT RajaGrafindo Persada. [https://books.google.co.id/books?id=D9\\_YDwAAQBAJ&pg=PA369&lpg=PA369&dq=Prawirohardjo,+Sarwono.+2010.+Buku+Acuan+Nasional+Pelayanan+Kesehatan++Maternal+dan+Neonatal.+Jakarta:+PT+Bina+Pustaka+Sarwono+Prawirohardjo.&source=bl&ots=riWNmMFyEq&sig=ACfU3U0HyN3I](https://books.google.co.id/books?id=D9_YDwAAQBAJ&pg=PA369&lpg=PA369&dq=Prawirohardjo,+Sarwono.+2010.+Buku+Acuan+Nasional+Pelayanan+Kesehatan++Maternal+dan+Neonatal.+Jakarta:+PT+Bina+Pustaka+Sarwono+Prawirohardjo.&source=bl&ots=riWNmMFyEq&sig=ACfU3U0HyN3I)
- Hafiza, D., Utmi, A., & Niriayah, S. (2021). Hubungan Kebiasaan Makan Dengan Status Gizi Pada Remaja Smp Ylpi Pekanbaru. *Al-Asalmiya Nursing Jurnal Ilmu Keperawatan (Journal of Nursing Sciences)*, 9(2), 86–96. <https://doi.org/10.35328/keperawatan.v9i2.671>
- Herlina, S., Qomariah, S., & Sartika, W. (2022). PENGARUH STATUS GIZI TERHADAP DISMINOREA PADA REMAJA DI KOTA PEKANBARU The Effect of Nutrition Status on Dysmenorrhea in Adolescent in Pekanbaru City. *Caring*, 6(2), 29–34.
- Hikma, Y. A., Yunus, M., & Hapsari, A. (2021). Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur, dan Status Gizi, Terhadap Dismenore Primer pada Remaja Putri. *Sport Science and Health*, 3(8), 630–641. <https://doi.org/10.17977/um062v3i82021p630-641>
- Iis, R. E. (2022). HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI. *Indonesia Health Journal*, 1(1), 15–22.
- Ishlahul Afiyah, L., & Ismawati, I. (2022). Prosiding Seminar Nasional dan Call for Paper Kebidanan Universitas Ngudi Waluyo Volume 1 No (2) 2022 Penyuluhan Tentang Akupresur untuk Mengurangi Nyeri Dismenore pada Remaja Putri. *Prosiding Universitas Ngudi Waluyo*, 1(2), 715–722.
- Kartika Candra Nurhijraheni, P. (2016). HUBUNGAN STRES DAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORE PADA MAHASISWI FAKULTAS ILMU KESEHATAN MASYARAKAT DI UNIVERSITAS RESPATI INDONESIA TAHUN 2015. *DINAMIS*, 2(12), 72–76. <https://doi.org/10.58839/jd.v2i12.561>
- Kosim, R., Hardianto, G., & Kasiati, K. (2021). STATUS GIZI DAN USIA MENARCHE

- SEBAGAI FAKTOR RISIKO DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI SMAN 19 SURABAYA. *Indonesian Midwifery and Health Sciences Journal*, 3(3), 204–212. <https://doi.org/10.20473/imhsj.v3i3.2019.204-212>
- Lail, N. H. (2019). Hubungan Status Gizi, Usia Menarche dengan Dismenorea pada Remaja Putri Di SMK K Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(02), 88–95. <https://doi.org/10.33221/jiki.v9i02.225>
- Lubis, G. J., Yuviska, I. A., & Susilawati, S. (2022). Faktor- Faktor Yang Berhubungan Dengan Terjadinya Dismenorea Primer. *ANJANI Journal (Medical Science & Healthcare Studies)*, 2(2), 53–60. <https://doi.org/10.37638/anjani.v2i2.564>
- Made Risma Dewi, N., & Riwayatul Afsah, Y. (2022). Hubungan Antara Status Gizi dengan Siklus Menstruasi dan Dismenorea Pada Remaja Putri. *Health and Nursing*, 2(2), 147–157.
- Nasution, A. S., Jayanti, R., Munir, R., & Ariandini, S. (2022). Determinan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi. *Jurnal Kesehatan Vokasional*, 7(2), 79. <https://doi.org/10.22146/jkesvo.72218>
- Putri, P., Mediarti, D., & Noprika, D. Della. (2021). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. *JKM : Jurnal Keperawatan Merdeka*, 1(1), 102–107. <https://doi.org/10.36086/jkm.v1i1.989>
- Rita, N., & Gusmala, P. (2019). HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI. *Lentera Kesehatan 'Aisyiyah*, 2(2), 102–110.
- Rusli, Y., Angelina, Y., & Hadiyanto, H. (2019). Hubungan Tingkat Stres dan Intensitas Dismenore pada Mahasiswi di Sebuah Fakultas Kedokteran di Jakarta. *eJournal Kedokteran Indonesia*, 7(2), 122–126. <https://doi.org/10.23886/ejki.7.10101>.
- Salsabila, H., Budiarti, A., Chabibah, N., & Ernawati, D. (2023). Hubungan Tingkat Stres dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi Tingkat Akhir Di Stikes Hang Tuah Surabaya. *Jurnal Ilmiah Keperawatan Stikes Hang Tuah Surabaya*, 18(1), 38–43.
- Sihombing, K. A., Jalaluddin, M., Chalil, A., Akbar, A., & Suryani, D. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Gangguan Siklus Menstruasi dan Dismenore pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Sumatera Utara selama Masa Pandemi COVID-19. *JURNAL IMPLEMENTASI HUSADA*, 4(1), 18–30. <https://doi.org/10.30596/jih.v4i1.12711>
- Silalahi, A. B., Dewi, A. P., & Ernawati, J. (2018). HUBUNGAN STATUS GIZI DENGAN DISMENORE PADA REMAJA PUTRI. *Jurnal Online Mahasiswa (JOM) Bidang Ilmu Keperawatan*, 5, 21–30.
- Tsamara, G., Widi, R., & Eka, A. P. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*, 2(3), 130–140. [https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as\\_sdt=0%2C5&q=HUBUNGAN+GAYA+HIDUP+DENGAN+KEJADIAN+DISMENORE+PRIMER+PADA++MAHASISWI+PROGRAM+STUDI+PENDIDIKAN+DOKTER+FAKULTAS++KEDOKTERAN+UNIVERSITAS+TANJUNGPURA&btnG=#d=gs\\_qabs&u=%23p%3DgKDx05LoScQJ](https://scholar.google.co.id/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=HUBUNGAN+GAYA+HIDUP+DENGAN+KEJADIAN+DISMENORE+PRIMER+PADA++MAHASISWI+PROGRAM+STUDI+PENDIDIKAN+DOKTER+FAKULTAS++KEDOKTERAN+UNIVERSITAS+TANJUNGPURA&btnG=#d=gs_qabs&u=%23p%3DgKDx05LoScQJ)
- Utami Fahara, Andri, L. S. (2024). HUBUNGAN STRES DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA MAHASISWI FAKULTAS KEDOKTERAN UNIVERSITAS ABULYATAMA. *Jurnal Medika Malahayati*, 8(1), 268–273. <https://doi.org/10.25077/jka.v4i2.301>

## BIOGRAPHY

### **First Author**

Zainun Wahida Fithriani, S.KM., M.Kes. Lahir di Surabaya, 14 Mei 1989. Menyelesaikan Pendidikan S1 Fakultas Kesehatan Masyarakat UNAIR (2006-2010). Melanjutkan Pendidikan S2 Fakultas Kesehatan UNAIR (2013-2015). Bekerja sebagai Wakil Ketua III Bidang Kemahasiswaan dan Alumni di STIKES Sukma Wijaya Sampang pada tahun 2021 hingga sekarang. Beralamat di Perumahan Manggis Blok L No 17. Kecamatan Sampang. Kabupaten Sampang. Email : zainunwahida@gmail.com.

### **Second Author**

Fildza Fadhila, S.KM., M.Kes. Lahir di Surabaya, 10 Desember 1994. Menyelesaikan pendidikan S1 Fakultas Kesehatan Masyarakat UNAIR (2013-2017). Melanjutkan pendidikan S2 Fakultas Kesehatan Masyarakat UNAIR (2019-2022). Bekerja sebagai dosen tetap di STIKES Sukma Wijaya Sampang pada tahun 2023 hingga sekarang. Beralamat di Ds. Tambung, kecamatan Pademawu, Kabupaten Pamekasan. Email: fadhildza@gmail.com.