

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN NYERI  
DISMENORE PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI  
MANAJEMEN DI UNIVERSITAS JENDERAL  
ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

Eti<sup>1</sup>, Ratna Prahesti<sup>2</sup>, Budi Rahayu<sup>3</sup>  
[eti642753@gmail.com](mailto:eti642753@gmail.com)

**INTISARI**

**Latar Belakang:** Stres akademik dapat berdampak pada kesehatan reproduksi, termasuk memperparah nyeri *dismenore*. Peningkatan hormon prostaglandin akibat stres menyebabkan kontraksi rahim lebih kuat, sehingga nyeri haid terasa lebih berat.

**Tujuan:** Mengetahui hubungan antara stres akademik dengan nyeri *dismenore* pada mahasiswa Program Studi Manajemen Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.

**Metode:** Jenis penelitian ini adalah analitik korelatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Pengambilan sampel menggunakan teknik *purposive sampling* dengan jumlah responden sebanyak 31 mahasiswa semester 4. Instrumen yang digunakan meliputi kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS-21) untuk mengukur tingkat stres akademik dan *Numerical Rating Scale* (NRS) untuk mengukur intensitas nyeri *dismenore*. Data dianalisis menggunakan uji korelasi *Spearman*.

**Hasil:** Sebagian besar responden mengalami stres berat hingga sangat berat, yaitu sebanyak 29 orang (93,5%). Seluruh responden (100%) mengalami nyeri *dismenore* dengan kategori sedang hingga berat. Uji *Spearman* menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara stres akademik dan nyeri *dismenore* dengan nilai  $p = 0,003$  dan koefisien korelasi  $r = 0,512$ .

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan nyeri *dismenore*. Semakin tinggi tingkat stres akademik yang dialami mahasiswa, maka semakin tinggi pula intensitas nyeri haid yang dirasakan.

**Kata Kunci:** *Stres akademik, nyeri dismenore, mahasiswa*

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

**HUBUNGAN ANTARA STRES AKADEMIK DENGAN NYERI  
DISMENORE PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI  
MANAJEMEN DI UNIVERSITAS JENDERAL  
ACHMAD YANI YOGYAKARTA**

Eti<sup>1</sup>, Ratna Prahesti<sup>2</sup>, Budi Rahayu<sup>3</sup>  
[eti642753@gmail.com](mailto:eti642753@gmail.com)

**ABSTRACT**

**Background:** *Academic stress can affect reproductive health, including worsening dysmenorrhea. Increased prostaglandin hormones due to stress cause stronger uterine contractions, resulting in more severe menstrual pain.*

**Objective:** *To determine the relationship between academic stress and dysmenorrhea among undergraduate students of the Management Study Program at Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta.*

**Methods:** *This study used a correlational analytic design with a cross-sectional approach. The sampling technique was purposive sampling, involving 31 fourth-semester female students as respondents. Instruments used were the Depression Anxiety Stress Scale (DASS-21) to measure academic stress and the Numerical Rating Scale (NRS) to assess dysmenorrhea intensity. Data were analyzed using the Spearman correlation test.*

**Results:** *Most respondents experienced high to very high academic stress (93.5%), and all respondents (100%) experienced moderate to severe dysmenorrhea. The Spearman test showed a significant relationship between academic stress and dysmenorrhea with a p-value of 0.003 and a correlation coefficient  $r = 0.512$ .*

**Conclusion:** *There is a significant relationship between academic stress and dysmenorrhea. The higher the level of academic stress experienced by female students, the greater the intensity of menstrual pain they feel.*

**Keywords:** *Academic stress, Dysmenorrhea, Female Students*

---

<sup>1</sup> Mahasiswa Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>2</sup> Dosen Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta

<sup>3</sup> Dosen Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Jenderal Achmad Yani Yogyakarta