

ABSTRAK

PERBEDAAN TINGKAT DISMENORE PADA AKTIVITAS RINGAN, SEDANG, DAN BERAT ATLET WANITA KBB

**Ismi Halimah
1100820**

**Yati Ruhayati¹,
Sumardiyanto².**

Penelitian ini fokus pada perbedaan tingkat dismenore pada aktivitas ringan, sedang, dan berat atlet wanita KBB. Masalah yang diteliti pada penelitian ini mengenai tingkat dismenore dan aktivitas fisik atlet wanita KBB. Sampel dari penelitian ini adalah dari tiga cabang olahraga di Kabupaten Bandung Barat, yakni catur, tenis meja, dan atletik. Data penelitian ini didapat dengan menyebarkan angket. Hasil dari penelitian ini didapatkan data mengenai siklus menstruasi, tingkat aktivitas fisik, dan tingkat dismenore pada atlet. Uji statistik menggunakan SPSS v.16.0 dengan menggunakan rumus one way anova menunjukkan bahwa terdapat perbedaan tingkat dismenore pada aktivitas ringan, sedang dan berat atlet wanita KBB dengan $p = 0,043$. Beberapa faktor yang mempengaruhi perbedaan tersebut terlihat pada aktivitas yang dilakukan berbeda-beda di setiap cabang olahraga. Hasil penelitian ini juga menunjukkan bahwa derajat tingkat dismenore semakin rendah bila atlet melakukan aktivitas fisik berupa olahraga.

Kata kunci : *dismenore, aktivitas fisik, olahraga.*

ABSTRACT

THE DIFFERENCE OF DYSMENORRHEA LEVEL BETWEEN WEST BANDUNG REGENCY (KBB) ATHLETES' LIGHT, MEDIUM, AND HEAVY ACTIVITIES

Ismi Halimah
1100820

Yati Ruhayati¹,
Sumardiyanto².

This research focuses on the difference of dysmenorrhea level on West Bandung Regency (KBB) athletes' light, medium, and heavy activities. The examined research's problem is in regard with dysmenorrhea level and West Bandung Regency athletes' physical activities. The samples used in the research are athletes from three different sport divisions in west Bandung regency namely; chess, table tennis, and athletic. The research's data are obtained through questionnaires distribution. The data are menstruation cycle, physical activity level, and dysmenorrhea level on the athletes. Statistical test using SPSS v.16.0 applying one way ANOVA, shows the difference of dysmenorrhea level between the athletes' light, medium and heavy activities, with $p = 0,043$. Some factors influencing the difference are evident in the different activities in each sport division. The result also suggests that the dysmenorrhea degree is lower when the athletes do physical activities such as doing sport.

Keywords : *Dysmenorrhea, Physical Activities, Sport.*