

# HUBUNGAN AKTIVITAS FISIK DENGAN DISMENORE PADA MAHASISWI PROGRAM STUDI ILMU KEOLAHRAGAAN

Siti Saadah  
0900071

## ABSTRAK

Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan aktivitas fisik dengan dismenore pada mahasiswa program studi ilmu keolahragaan. Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah deskriptif korelasi. Populasi dalam penelitian ini yaitu mahasiswa program studi ilmu keolahragaan yang masih aktif dengan jumlah 41 orang. Teknik pengambilan sampel menggunakan teknik total sampling sehingga didapatkan sampel sebanyak 41 orang. Instrument yang digunakan adalah *physical activity rating (PA-R) Questionnaire* dan skala nyeri *Mc.Gill*. Analisis datanya dengan program *SPSS for windows versi 16.0* menggunakan uji *Spearman rho* dengan taraf signifikansi 0.05. Setelah dilakukan perhitungan didapatkan nilai korelasi Spearman ( $r$ )= 0,016 dan nilai  $p$ = 0,923 maka  $H_0$  diterima. Hal ini bahwa tidak terdapat hubungan yang signifikan antara aktivitas fisik dengan tingkat dismenore pada mahasiswa program studi ilmu keolahragaan.

**Kata kunci :** aktivitas fisik, tingkat dismenore

# PHYSICAL ACTIVITY RELATIONSHIP WITH DYSMENORRHEAL STUDY ON COLLEGE STUDENT SPORT SCIENCE

**Siti Saadah**  
**0900071**

## ABSTRACT

This study aims to determine the relationship of physical activity with dysmenorrhea in student sport science courses. The method used in this research is descriptive correlation. The population in this study is of sport science courses are still active included 40 people. The sampling technique using total sampling technique to obtain a sample of 41 people. The instrument used is a *Physical Activity Rating (PA-R) Questionnaire* and *Mc.Gill Pain Scale*. Data analysis using spss for Windows Version 16.0 using *Spearman's rho test* with significance level 0.05 level. After calculating the value obtained spearman correlation  $(r) = 0.016$  and  $p = 0.923$  then  $H_0$  is accepted. It is that there is no significant relationship between physical activity level's of dysmenorrhea in student sport science courses.