

**PROGRAM STUDI S1 KEPERAWATAN FAKULTAS KEPERAWATAN  
INSTITUT KESEHATAN PAYUNG NEGERI PEKANBARU  
Penelitian, 29 Juni 2026**

**Sadina Putri**

**Hubungan Stres Akademik Dengan Nyeri Menstruasi (*Dismenore*) Pada  
Remaja Putri Di SMAN 14 Pekanbaru**

**Xii+ 84 Halaman+ 8 Tabel + 14 Lampiran**

**ABSTRAK**

Stres akademik merupakan salah satu masalah psikologis yang sering dialami remaja akibat tuntutan pembelajaran dan dapat memengaruhi kesehatan fisik, termasuk meningkatkan nyeri menstruasi (*dismenore*). *Dismenore* yang tidak ditangani berpotensi mengganggu aktivitas belajar, konsentrasi, serta kualitas hidup remaja putri. Kondisi ini menjadikan deteksi dini dan pengelolaan stres sebagai bagian penting dalam upaya promotif dan preventif keperawatan, sehingga penelitian mengenai hubungan stres akademik dengan nyeri menstruasi (*dismenore*) perlu dilakukan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara stres akademik dengan nyeri menstruasi (*dismenore*) pada remaja putri di SMAN 14 Pekanbaru. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*, yang dilaksanakan pada 18 Mei–11 Juni 2026. Populasi penelitian berjumlah 201 siswi kelas XI, dengan sampel sebanyak 134 responden yang dipilih menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Stres akademik diukur menggunakan kuesioner *Depression Anxiety Stress Scale* (DASS-42) subskala stres, sedangkan nyeri menstruasi (*dismenore*) diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS). Hasil analisis univariat menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami stres akademik kategori sedang (47,0%) dan nyeri menstruasi (*dismenore*) kategori sedang (53,0%). Hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara stres akademik dengan nyeri menstruasi (*dismenore*) ( $p\text{-value} < 0,001$ ;  $\alpha = 0,05$ ). Diharapkan pihak sekolah menjadikan hasil penelitian ini sebagai dasar dalam penyusunan program kesehatan remaja yang terintegrasi, meliputi skrining stres akademik, edukasi kesehatan reproduksi, penguatan layanan konseling, dan kolaborasi dengan perawat sebagai upaya promotif dan preventif.

Kata Kunci : *Stres Akademik, Nyeri Menstruasi (Dismenore), Remaja Putri*

Daftar Bacaan : 22 (2021- 2026)

**BACHELOR OF NURSING STUDY PROGRAM FACULTY OF NURSING  
PAYUNG NEGERI INSTITUTE OF HEALTH SCIENCE  
Research, June 29, 2026**

**Sadina Putri**

**The Relationship Between Academic Stress and Menstrual Pain  
(Dysmenorrhea) Among Adolescent Girls at SMAN 14 Pekanbaru**

**Xii + 84 Pages + 8 Tables + 14 Appendices**

**ABSTRACT**

Academic stress is one of the psychological problems commonly experienced by adolescents due to academic demands and may affect physical health, including increasing the intensity of menstrual pain (dysmenorrhea). Untreated dysmenorrhea may interfere with learning activities, concentration, and the quality of life of adolescent girls. Therefore, early identification and stress management are essential components of promotive and preventive nursing care, making it important to investigate the relationship between academic stress and dysmenorrhea. This study aimed to analyze the relationship between academic stress and dysmenorrhea among female students at SMAN 14 Pekanbaru. This study employed a quantitative method with a correlational design and a cross-sectional approach and was conducted from May 18 to June 11, 2026. The study population consisted of 201 eleventh-grade female students, with a sample of 134 respondents selected using the Proportionate Stratified Random Sampling technique. Academic stress was measured using the stress subscale of the Depression Anxiety Stress Scale (DASS-42), while dysmenorrhea was assessed using the Numeric Rating Scale (NRS). Univariate analysis showed that most respondents experienced moderate academic stress (47.0%) and moderate dysmenorrhea (53.0%). Bivariate analysis using the Chi-Square test revealed a statistically significant relationship between academic stress and dysmenorrhea ( $p\text{-value} < 0.001$ ;  $\alpha = 0.05$ ). It is expected that schools will use the findings of this study as a basis for developing integrated adolescent health programs, including academic stress screening, reproductive health education, strengthening counseling services, and collaboration with nurses as part of promotive and preventive health efforts.

**Keywords:** Academic Stress, Dysmenorrhea, Adolescent Girls

**References:** 22 (2021–2026)