

ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenore merupakan gejala rasa sakit yang dialami pada masa sebelum atau selama menstruasi. Berdasarkan kajian pustaka dan penelitian terdahulu, dismenore menjadi suatu kondisi yang memiliki dampak besar pada kualitas hidup. Kualitas hidup yang baik selama mengalami dismenore primer dikaitkan dengan strategi koping dan penerimaan nyeri. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan koping dan penerimaan nyeri dengan kualitas hidup pada remaja yang mengalami dismenore primer. **Metode:** Rancangan penelitian yang digunakan adalah *Cross Sectional* dengan analisis uji *Chi Square* dan *Rank Spearman* dengan batas kemaknaan 5%. Populasi dalam penelitian ini adalah 45 siswi dengan kriteria inklusi usia 13-16 tahun yang telah mengalami menstruasi dalam 3 bulan terakhir. Pengambilan data dilakukan secara online dengan menggunakan *Google Form* menggunakan data primer. Didapatkan besar sampel sebanyak 43 siswi dengan menggunakan teknik total sampling. **Hasil:** Persentase responden yang mengalami dismenore primer sebanyak 100% dengan mayoritas derajat nyeri sedang sebanyak 51,16%. Tidak terdapat hubungan antara strategi koping dengan kualitas hidup ($p=0,897$) dikarenakan mayoritas responden menggunakan strategi koping EFC yaitu *Emotional Focused Coping*, strategi ini digunakan oleh orang yang menderita nyeri kronis dan cenderung memiliki kualitas hidup yang rendah. Terdapat hubungan antara penerimaan nyeri dengan kualitas hidup ($p=0,006$) hal ini ditemukan bahwa penerimaan nyeri yang berulang membuat individu beradaptasi dan menurunkan perhatiannya terhadap nyeri sehingga mengoptimalkan keberfungsian sehari-hari. **Kesimpulan:** Tidak terdapat hubungan yang signifikan antara strategi koping dengan kualitas hidup tetapi memiliki hubungan yang signifikan antara penerimaan nyeri dengan kualitas hidup.

Kata Kunci : Strategi koping, penerimaan nyeri, kualitas hidup, dismenore primer

ABSTRACT

Background: Dysmenorrhea is a symptom of pain experienced before or during menstruation. Based on literature review and previous research, dysmenorrhea is a condition that has a major impact on quality of life. Good quality of life during primary dysmenorrhea is associated with coping strategies and pain acceptance. This study aims to analyze the relationship between coping and pain acceptance and quality of life in adolescents with primary dysmenorrhea. **Methods:** The research design used was Cross Sectional with Chi Square and Rank Spearman test analysis with a significance limit of 5%. The population in this study was 45 students with inclusion criteria aged 13-16 years who had experienced menstruation in the last 3 months. Data was collected online with Google Form using primary data. The sample size was 43 female students using total sampling technique. **Results:** The percentage of respondents who experienced primary dysmenorrhea was 100% with the majority of moderate pain degrees as much as 51.16%. There was no relationship between coping strategies and quality of life ($p = 0.897$) because the majority of respondents used the EFC coping strategy, namely Emotional Focused Coping, strategy is used by people who suffer from chronic pain and tend to have a low quality of life. There is a relationship between pain acceptance and quality of life ($p = 0.006$). It is found that recurring pain acceptance makes individuals adapt and reduces their attention to pain so as to optimize their daily functioning. **Conclusion:** There is no significant relationship between coping strategies and quality of life but it has a significant relationship between pain acceptance and quality of life.

Keywords: coping strategies, pain acceptance, quality of life, primary dysmenorrhea