

ABSTRACT

Primary dysmenorrhea is caused by uterine muscle contraction. Dysmenorrhea can make a person leave his activity because of physical and psychological discomfort. There are two primary appraisals related to dysmenorrheal threat: perceived susceptibility and perceived severity. With these appraisals, individuals have different coping mechanisms and fall into two categories: problem management and emotional regulation. The purpose of this study was to analyze the coping mechanisms of young women in facing dysmenorrhea.

This research used descriptive observational analytic method with cross sectional research design. The population of this research were all female students of SMA Bina Bangsa Surabaya class 10 and 12 which consist of 40 female students. The sample in this study was the total population but there was a drop out to get 32 respondents.

The results of research showed that of 32 respondents, the most had mild dysmenorrhea (56.3%). Assessed perceived susceptibility, 62.5% of respondents considered themselves susceptible to exposure to dysmenorrhea. By perceived severity assessment, it is found that almost all respondents think dysmenorrhea is a severe disease (90.6%). Based on chi-square test result, there is no significant correlation between degree of dysmenorrhea with coping effort of problem management and emotional regulation.

The conclusion of this research is the degree of dysmenorrhea of some girls into the mild category. Students consider that they are susceptible to dysmenorrhea and feel that dysmenorrhea is a severe disease. Students are more likely to make coping efforts of emotional regulation when compared with problem management.

Keywords: dysmenorrhea, primary appraisal, coping effort

ABSTRAK

Dismenorea primer merupakan nyeri haid yang disebabkan oleh kontraksi otot rahim. Dismenorea dapat membuat seseorang meninggalkan aktivitasnya dikarenakan tidak nyamannya perasaan fisik dan psikis. Ada dua penilaian primer terkait ancaman dismenorea yaitu *perceived susceptibility* dan *perceived severity*. Dengan dilakukannya penilaian tersebut, maka individu memiliki mekanisme koping yang berbeda-beda dan terbagi dalam dua kategori, yaitu manajemen masalah dan regulasi emosional. Tujuan penelitian ini adalah menganalisis mekanisme koping yang dilakukan remaja putri dalam menghadapi dismenorea.

Penelitian ini menggunakan metode deskriptif observasional analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi SMA Bina Bangsa Surabaya kelas 10 dan 12 dengan jumlah 40 siswi. Sampel dalam penelitian ini adalah total populasi namun terjadi *drop out* sehingga didapatkan 32 responden.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari total 32 responden, sebagian besar mengalami dismenorea ringan (56,3%). Secara penilaian *perceived susceptibility*, 62,5% responden menganggap dirinya rentan terpapar dismenorea. Secara penilaian *perceived severity*, didapatkan bahwa hampir seluruh responden menganggap dismenorea adalah penyakit parah (90,6%). Berdasarkan hasil uji *chi-square*, tidak terdapat hubungan bermakna antara derajat dismenorea dengan upaya koping manajemen masalah maupun regulasi emosional.

Kesimpulan dari penelitian ini adalah derajat dismenorea sebagian siswi masuk dalam kategori ringan. Siswi menganggap bahwa mereka rentan terkena dismenorea dan merasa bahwa dismenorea merupakan penyakit yang parah. Siswi lebih cenderung melakukan upaya koping regulasi emosional jika dibandingkan dengan manajemen masalah.

Kata kunci: dismenorea, penilaian primer, upaya koping