

# The Relationship Between Dysmenorrhea Pain And Academic *Flow* Of Psychology Study Program Students At Muhammadiyah University Of Sidoarjo For The 2022 – 2023 Academic Year

## [Hubungan Nyeri *Dysmenorrhea* Dengan *Flow* Akademik Mahasiswi Prodi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo Tahun Akademik 2022-2023]

Mergy Rochmi Prastiwi<sup>1)</sup>, Dwi Nastiti<sup>\*,2)</sup>

1)Mahasiswa Program Studi Psikologi, Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

2)Dosen Program Studi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo, Indonesia

\*Email Penulis Korespondensi: [dwinastiti@umsida.ac.id](mailto:dwinastiti@umsida.ac.id)

**Abstract.** *This research was conducted because it was found that the phenomenon of decreased academic flow included difficulty concentrating, being unable to carry out normal activities, feeling uncomfortable with physical conditions, being less interested in activities undertaken during menstruation. This study aims to determine the relationship between dysmenorrhea pain and academic flow of psychology students at Muhammadiyah University of Sidoarjo. The variables in this study were dysmenorrhea pain as the independent variable and academic flow as the dependent variable. This study uses a correlational method and uses a non-random sampling technique. The population in this study were 447 female student and the sample uses was 170 female students. The measurement tool for this study used the dysmenorrhea pain scale and the academic flow scale of 0,936. Data analysis was performed using Pearson correlation statistics with the help of SPSS version 24 for windows. The results of this study showed a correlation coefficient of -0,096 with significance value of  $0,000 < 0,05$ . It can be concluded that there is a negative relationship between dysmenorrhea pain and academic flow. This means that the higher the dysmenorrhea pain, the lower the academic flow experienced by psychology study program students at Muhammadiyah University of Sidoarjo, but conversely the lower the dysmenorrhea pain experienced by female students, the higher the academic flow experienced by psychology study program students at Muhammadiyah University of Sidoarjo. The effective contribution value of the effect of dysmenorrhea pain on academic flow obtained a result of 1,1%.*

**Keywords** – *Dysmenorrhea Pain, Academic Flow, Female Student*

**Abstrak.** Penelitian ini dilatar belakangi karena ditemukan fenomena *flow* akademik yang rendah diantaranya sulit berkonsentrasi, tidak dapat beraktivitas dengan normal, merasa tidak nyaman dengan kondisi fisik, kurang tertarik dengan aktivitas yang dijalannya saat mengalami menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara nyeri *dysmenorrhea* dengan *flow* akademik mahasiswi prodi psikologi universitas Muhammadiyah Sidoarjo. Penelitian ini variabel yang terdapat adalah nyeri *dysmenorrhea* sebagai variabel bebas dan *flow* akademik sebagai variabel tergantung. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif korelasional, Populasi dalam penelitian ini sebanyak 447 mahasiswi prodi psikologi dan penentuan sampelnya dengan menggunakan teknik *non random sampling* dan sampel yang digunakan sebanyak 170 mahasiswi yang pernah mengalami nyeri saat menstruasi. Alat ukur yang digunakan untuk mengumpulkan data menggunakan skala nyeri *dysmenorrhea* dan skala *flow* akademik. Analisis data hasil penelitian yang dilakukan menggunakan perhitungan statistik korelasi Pearson untuk mengetahui hubungan antara variabel nyeri *dysmenorrhea* dengan variabel *flow* akademik dengan bantuan

program *SPSS versi 24 for windows*. Hasil dari penelitan ini menunjukkan koefisien korelasi product moment sebesar  $-0,096$  dengan nilai signifikansi  $0,000 < (0,05)$ . Hal ini menunjukkan bahwa hipotesis yang diajukan diterima, yaitu ada hubungan negatif antara nyeri *dysmenorrhea* dengan *flow* akademik. Artinya semakin tinggi nyeri *dysmenorrhea* maka semakin rendah *flow* akademik yang dialami mahasiswi, sebaliknya jika semakin rendah nyeri *dysmenorrhea* yang dialami mahasiswi maka semakin tinggi *flow* akademik mahasiswi. Nilai sumbagan efektif pengaruh nyeri *dysmenorrhea* terhadap *flow* akademik memperoleh hasil sebesar 1,1%.

**Kata Kunci** –Nyeri *Dysmenorrhea*, *Flow Akademik*, *Mahasiswa*

## I. Pendahuluan

Mahasiswi adalah seorang yang sedang menimba ilmu maupun belajar dan terdaftar untuk menjalani pendidikan di salah satu bentuk universitas dan kebanyakan usia mahasiswi antara lain 18-25 tahun. Salah satu kegiatan akademik mahasiswi yang dilaksanakan oleh setiap perguruan tinggi adalah kegiatan perkuliahan [1]. Sebagai seorang mahasiswi, sama seperti mahasiswi lainnya, harus mengikuti kegiatan perkuliahan dan tidak asing dengan yang namanya tugas, setiap kegiatan atau tugas yang dikerjakan diperlukan adanya konsentrasi agar tujuan yang diinginkan tercapai dengan maksimal karena konsentrasi sangat mempengaruhi proses belajar [2].

Konsentrasi adalah pemusatan perhatian terhadap suatu aktivitas akademik dengan mengenyampingkan semua hal yang tidak berhubungan dengan tujuan yang dicapai. Mahasiswi yang dapat berkonsentrasi dengan baik maka ia termaksud seseorang yang dapat belajar dengan baik. Konsentrasi atau pemusatan perhatian saat proses belajar bisa dirasakan mahasiswi apabila kondisi seorang individu merasa nyaman ketika mengikuti perkuliahannya, nyaman saat mengerjakan tugas dan fokus pada aktifitas yang dikerjakannya. Saat proses perkuliahan, mahasiswi tentu pernah mengalami kondisi dimana mahasiswi dapat berkonsentrasi secara total dan terlibat secara penuh dengan apa yang sedang dipelajari [3]. Kondisi dimana individu merasa nyaman dengan kegiatan akademik, fokus saat mengikuti pembelajaran dikelas, dapat berkonsentrasi penuh dan terlibat secara total terhadap apa yang dikerjakan untuk suatu tujuan disebut *flow* akademik [4].

*Flow Akademik* adalah suatu kondisi ketika seseorang melakukan kegiatan akademik dengan perasaan atau kondisi nyaman, perhatian penuh dalam menjalani tuntutan tugas, fokus, memiliki motivasi yang berasal dalam dirinya, keadaan kesadaran, pikiran, keinginan dan tindakan harus dimanfaatkan untuk mencapai hasil yang baik. Seseorang mengalami *flow* akademik ketika kondisi mahasiswi dapat berkonsentrasi penuh serta mencurahkan perhatian sepenuhnya terhadap tugas-tugas yang dikerjakannya, merasa terhayut dalam kegiatan akademik, merasakan kebahagiaan, serta menikmati kegiatan yang berhubungan dengan akademik [5].

Aspek *flow* akademik : (a) *absorption* : konsentrasi dalam aktivitas yang dilakukannya untuk memperoleh hasil yang optimal, (b) *enjoyment* : merasakan kenyamanan dalam aktivitas yang dilakukannya untuk memperoleh hasil yang optimal, (c) *intrinsic motivation* : memiliki motivasi saat melakukan aktivitas akademik didasari oleh motivasi dalam diri untuk kepentingan pribadi [6].

Ciri-ciri mahasiswa yang merasakan kondisi *flow* akademik adalah merasakan kenyamanan dalam mengerjakan aktivitas serta ikut secara total dalam aktivitas tersebut, sehingga tugas-tugas yang sedang dikerjakan menjadi mudah [7]. Hal ini menyebabkan *flow* akademik sangat penting dimiliki oleh setiap mahasiswa yang akan melakukan kegiatan akademik. Mahasiswa dapat menerima proses belajarnya atau kegiatan akademiknya dengan maksimal sehingga bisa mencapai konsentrasi secara total dan kenyamanan dalam mengerjakan aktivitas akademik [8].

Aktivitas akademik mengandung banyak macam tuntutan sesuai dengan tahap perkembangan kognitif mahasiswa. Tuntutan yang dihadapi mahasiswa selama mengikuti perkuliahan antara lain banyak tugas kuliah yang harus diselesaikan dalam waktu bersamaan, praktikum, pencapaian beban studi, dan skripsi. Berbagai macam tugas membuat mahasiswa merasa tertekan dan tidak nyaman sehingga kurang bisa menikmati kegiatan akademik dan sulit berkonsentrasi, kemampuan berkonsentrasi dan menikmati kegiatan akademik adalah modal utama mengerjakan tugas kuliah. Kondisi *flow* akademik sangat penting dimiliki oleh setiap mahasiswa yang akan melakukan kegiatan akademik, dimana mahasiswa akan dapat menerima proses belajarnya

atau kegiatan akademik lainnya dengan maksimal. Dengan demikian, *flow* akademik sangat berpengaruh terhadap keberhasilan mahasiswa mengikuti setiap kegiatan akademiknya [9]. Penelitian Annisa Gatari (2020) berjudul Hubungan Stres Akademik dengan *Flow* Akademik pada mahasiswa, masih ditemukan mahasiswi yang *flow* akademiknya rendah. Dari hasil jumlah 174 mahasiswa diperoleh hasil presentase yaitu 3% yang memiliki *flow* akademik yang rendah, lalu 52% yang memiliki *flow* akademik yang sedang, dan 45% memiliki *flow* akademik yang tinggi [10]. Peneliti telah melakukan survei awal pada 18 mahasiswi psikologi di universitas muhammadiyah sidoarjo dengan memberikan kuesioner. Berdasarkan hasil survei menunjukkan sebanyak 10 dari 18 mahasiswi (55,6%) kurang bisa menikmati aktivitas akademik secara maksimal, 10 dari 18 mahasiswi (55,6%) konsentrasi mudah teralihkan, 13 dari 18 mahasiswi (72,2%) kurang nyaman mengikuti kegiatan akademik, dan 16 dari 18 mahasiswi (88,9%) mahasiswi merasa bosan mengikuti perkuliahan dengan waktu yang lama. Dari hasil survei awal ini menggambarkan adanya masalah *flow* akademik yang dirasakan mahasiswi.

Ada dua faktor yang bisa mempengaruhi kondisi *flow* akademik yaitu faktor lingkungan dan faktor individu. (a) Faktor lingkungan berkaitan dengan dukungan social yang mendukung, teman sebaya yang mendukung, (b) faktor individu yaitu kemauan, motivasi, kenyamanan yang dimiliki oleh individu dan serta kemampuan mengelola kondisi fisik yang tidak mendukung. Kemampuan diri sendiri untuk mengelola kondisi fisik yang tidak mendukung menjadi perih yang sangat penting karena bisa mempengaruhi pada *flow* akademik yang rendah. Salah satu permasalahan yang mengganggu kenyamanan fisik yang tiba-tiba terjadi dan hanya dialami oleh mahasiswi adalah rasa nyeri saat menstruasi [11]

Rasa nyeri saat menstruasi dikenal dengan istilah dysmenorrhea, *Dysmenorrhea* atau nyeri haid adalah suatu gejala menstruasi dan bukan penyakit. Istilah *dysmenorrhea* biasa dipakai untuk seorang wanita yang sedang merasakan nyeri saat menjelang menstruasi. Dalam kondisi ini, penderita sering terganggu akan nyeri yang dirasakan [12].

Mahasiswi yang mengalami dysmenorrhea pada saat menstruasi akan membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktivitas akademik. Mahasiswi yang mengalami nyeri dysmenorrhea tentunya akan merasa terganggu untuk menjalani aktivitas akademik, bahkan tidak sedikit mahasiswi membuat mereka absen atau tidak mengikuti pembelajaran dikelas. Penelitian terdahulu yang diteliti oleh (Anggi Saputra dkk, 2021) berjudul Hubungan Disminore Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Siswi Kelas X Dan XI SMAN Rancakalong. Hasilnya, sebanyak (61,1%) siswi SMAN Rancakalong aktivitas belajarnya terganggu akibat dismenore yang dirasakan [13].

Permasalahan nyeri *dysmenorrhea* oleh peneliti diangkat sebagai faktor yang berkorelasi dengan *flow* akademik karena dilihat dari data *World Health Organization* (WHO) kejadian *dismenore* sebesar 1.769.425 jiwa wanita yang mengalami *dismenore*. Angka kejadian *dismenore* di dunia sangat besar, hampir dari 90% wanita mangalaminya [14]. Angka *dismenore* di Indonesia juga tidak kalah tinggi, menurut Proverawati & Misaroh (2012) di Indonesia angka kejadian *dismenore* terdiri dari 72,89% *dismenore* primer, dan 21,11% *dismenore* sekunder dan angka kejadian *dismenore* berkisar 45-95% di kalangan perempuan umur produktif [15]. Penelitian tentang korelasi antara nyeri *dysmenorrhea* dengan *flow* akademik belum pernah ditemukan. Kalaupun ada penelitian yang diteliti oleh Dwi Pranya (2014) yang menghubungkan *Dysmenorrhea* Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi PSIK Fk Unud Tahun 2014. Hasilnya, sebanyak 108 (68,4%) aktivitas belajarnya terganggu akibat *dysmenorrhea* yang dirasakan [16]. sedangkan penelitian tentang *flow* akademik yang diteliti oleh Cut Meurah (2022) berjudul Hubungan Stres Akademik Dengan *Flow* Akademik Pada Mahasiswa Uin Ar-Raniry. Hasilnya, terdapat hubungan yang signifikan antara stres akademik dengan *flow* akademik sehingga, semakin tinggi stres akademik maka semakin rendah *flow* akademik dan sebaliknya semakin rendah stres akademik maka semakin tinggi *flow* akademik [17].

Nyeri *dysmenorrhea* terdapat 3 tingkat keparahan yaitu (a) *dysmenorrhea* ringan yaitu menstruasi yang masih bisa ditorelir dan tidak mengganggu aktivitas, (b) *dysmenorrhea* sedang yaitu nyeri *dysmenorrhea* yang menekan sampai mengganggu aktivitas serta kenyamanan dalam aktivitas sehari-hari, (c) *dysmenorrhea* berat yaitu rasa nyeri yang disertai rasa mual, rasa sakit yang menekan, sampai penderita meninggalkan aktivitas akademik [18]. nyeri *dysmenorrhea* tidak hanya menyebabkan ketidaknyamanan saat menjalankan aktifitas, melainkan memberikan dampak bagi fisik dan psikologis seseorang [19]. Pada aktivitas sehari-hari wanita bisa terganggu dalam

menjalankan aktivitasnya seperti belajar dan tidur. Kondisi tersebut mengakibatkan nyeri dibagian punggung, nyeri perut bagian bawah, mual, serta menurunnya konsentrasi dalam melakukan aktivitas akademiknya [20].

Berdasarkan fenomena yang telah diuraikan di atas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Nyeri Dysmenorrhea Dengan *Flow* Akademik Mahasiswi Prodi Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo”. Penelitian ini dilakukan ingin menambah pengetahuan dan wawasan kepada mahasiswi universitas muhammadiyah sidoarjo akan dampak yang dialami jika mengalami kejadian dysmenorrhea atau nyeri haid saat menjalankan kegiatan akademik.

## II. Metode

Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif korelasional, penelitian dengan metode kuantitatif merupakan data yang berbentuk angka atau data kuantitatif yang diangkakan. metode penelitian kuantitatif korelasional yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara satu variabel dengan variabel yang lain [21].

Populasi sebanyak 447 mahasiswi prodi psikologi. terdapat sebanyak 170 mahasiswi yang mengalami nyeri dysmnorrhea. Penentuan sampelnya menggunakan teknik non random sampling yaitu purposive sampling teknik pengambilan sampel dengan cara memperhatikan kriteria pilihan agar sampel yang diambil sesuai dengan tujuan penelitian, kriteria penelitian ini yaitu mahasiswi prodi psikologi yang mengalami nyeri dysmenorrhea (nyeri haid).

pengumpulan data yang digunakan adalah skala nyeri dysmenorrhea dan skala *flow* akademik dengan model skala *likert* yang dimodifikasi dengan menghilangkan jawaban ragu-ragu dengan pertimbangan agar subjek tidak memberi jawaban yang mengumpul ditengah. Subjek diminta menyatakan setuju dan tidak setuju terhadap pernyataan yang bersifat favorable dan unfavorable dalam empat kemungkinan jawaban dengan memilih salah satu pilihan jawaban yang sesuai dengan keadaan atau kondisi subjek yaitu Sangat Setuju (SS), Setuju (S), Tidak Setuju (TS), Sangat Tidak Setuju (STS).

Skala nyeri dysmenorrhea diukur menggunakan skala yang diadopsi dari instrumen penelitian Sumartini (2017) yang penyusunannya mengacu pada derajat nyeri yang dikemukakan oleh Irawati (2010) dysmenorrhea yaitu nyeri ringan, nyeri sedang, nyeri berat [22]. Sedangkan *flow* akademik menggunakan skala adopsi dari instrumen penelitian Nailil (2017) yang penyusunannya mengacu pada aspek *flow* akademik yaitu (1) *absorption* (penyerapan) : dapat berkonsentrasi dengan penuh, menikmati segala aktifitas yang sedang dilakukan, stimulus kepekaan terhadap tanggung jawab sekitar. (2) *Enjoyment* (kenyamanan) : merasa nyaman dengan kegiatan yang dilakukan, waktu akan cepat berlalu dan larut dengan kegiatan akademik. (3) *Intrinsic Motivation* (motivasi) : memiliki keinginan untuk memperoleh kesenangan, melakukan kegiatan dengan tujuan untuk mencapai kepuasan, kegiatan tanpa adanya penghargaan dari orang lain [23]. Memiliki nilai reliabilitas *Alpha Cronbach* 0,936.

Teknik analisis data menggunakan program *SPSS 24.0 for windows* digunakan oleh peneliti untuk menganalisis data statistik hasil penelitian, Hubungan antara nyeri *dysmenorrhea* sebagai bebas dan *flow* akademik sebagai variabel tergantung kemudian ditunjukkan dengan menggunakan uji korelasi *product moment*. Analisis *product moment* adalah metode analisis yang berfungsi untuk menganalisis hubungan antara dua variabel, Metode tersebut digunakan untuk menjawab hipotesis yang dibuat yaitu mengetahui korelasi antara dua variabel [24].

### III. Hasil dan Pembahasan

#### A. Hasil

##### 1. Uji Normalitas

Uji normalitas yang digunakan adalah uji normalitas Kolmogorov-smirnov dengan program SPSS statistik 24 for windows dengan ketentuan :

- a. Jika signifikan  $> 0,05$  artinya nilai berdistribusi normal
- b. Jika signifikan  $< 0,05$  artinya nilai tidak berdistribusi normal

**Tabel 1.** Hasil Uji Normalitas  
One-Sample Kolmogorov-Smirnov Test

		Nyeri	
		Dysmenorrhea	Flow Akademik
N		170	170
Normal Parameters <sup>a,b</sup>	Mean	4,21	99,87
	Std. Deviation	1,364	17,552
Most Extreme Differences	Absolute	,156	,154
	Positive	,156	,114
	Negative	-,152	-,154
Test Statistic		,156	,154
Asymp. Sig. (2-tailed)		,000 <sup>c</sup>	,000 <sup>c</sup>

Berdasarkan tabel 1 diketahui hasil uji normalitas variabel nyeri *dysmenorrhea* dan *flow* akademik. Nilai signifikansi nyeri *dysmenorrhea* hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* yang ditunjukkan pada tabel di atas adalah sebesar 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 maka dapat disimpulkan bahwa distribusinya tidak normal. Nilai signifikansi variabel *flow* akademik hasil uji *Kolmogorov-Smirnov* yang ditunjukkan yakni 0,000 yang berarti kurang dari 0,05 maka artinya bahwa distribusinya tidak normal.

##### 2. Uji Linearitas

Uji linieritas ini bedasarkan *deviation from linearity* dengan menggunakan program SPSS *statistic 24 for windows* dengan ketentuan seperti berikut :

- a. Nilai signifikansi *deviation from linearity*  $> 0,05$  berarti terdapat hubungan yang linier.
- b. Nilai signifikansi *deviation from linearity*  $< 0,05$  berarti tidak terdapat hubungan yang linier.

Uji linieritas seperti yang tunjukkan tabel 2 diperoleh hasil dengan nilai F *Deviation from Linearity* sebesar 0,211 dengan signifikansi 0,957. Hal ini berarti bahwa nilai signifikansi lebih dari 0,05. Sehingga dapat disimpulkan bahwa korelasinya linier.

**Tabel 2.** Hasil Uji Linieritas

			Sum of		Mean		
			Squares	df	Square	F	Sig.
<i>Flow</i>	Between Groups	(Combined)	909,244	6	151,541	,483	,820
Akademik *		Linearity	578,182	1	578,182	1,84	,177
Nyeri						2	
Dysmenorrh		Deviation	331,062	5	66,212	,211	,957
ea		from					
		Linearity					
	Within Groups		51153,909	163	313,828		
	Total		52063,153	169			

### 3. Uji Hipotesis

Uji hipotesis ini memakai analisis korelasi *product moment* dari *pearson* dengan program SPSS *Statistic 24 for windows* untuk melihat korelasi nyeri *dysmenorrhea* dengan *flow* akademik dengan ketentuan :

- Jika nilai signifikansi < 0,05 maka berkorelasi
- Jika nilai signifikansi > 0,05 maka tidak berkorelasi

**Tabel 3.** Hasil Uji Hipotesis

			Nyeri	<i>Flow</i>
			Dysmenorrhea	Akademik
Spearman's	Nyeri	Correlation Coefficient	1,000	-,096
rho	Dysmenorrhea	Sig. (2-tailed)	.	,000
		N	170	170
	<i>Flow</i> Akademik	Correlation Coefficient	-,096	1,000
		Sig. (2-tailed)	,000	.
		N	170	170

Berdasarkan tabel 3 hasil analisis hipotesis menunjukkan koefisien korelasi  $r_{xy} = -0,096$  dengan signifikansi 0,00. Hal ini berarti bahwa ada hubungan negatif antara nyeri *dysmenorrhea* dengan *flow* akademik. Semakin tinggi nyeri *dysmenorrhea* maka akan semakin rendah *flow* akademik yang dimiliki sebaliknya semakin rendah nyeri *dysmenorrhea* yang dialami oleh mahasiswa maka semakin tinggi *flow* akademik yang dimiliki oleh mahasiswa prodi psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo.

4. Hasil Analisis deskriptif Nyeri *Dysmenorrhea* dengan *Flow* Akademik**Tabel 4.** Kategori Skor Nyeri *Dysmenorrhea* dengan *Flow* Akademik

Kategori	Skor Subjek			
	Nyeri <i>Dysmenorrhea</i>		<i>Flow</i> Akademik	
	$\Sigma$ Mahasiswi	%	$\Sigma$ Mahasiswi	%
Rendah	19	11%	27	16%
Sedang	82	48%	130	76%
Tinggi	69	41%	13	8%
Total	170	100%	170	100%

Berdasarkan hasil tabel 4 dapat disimpulkan berdasarkan tabel kategori skor subjek nyeri *dysmenorrhea* didapatkan 69 mahasiswi (41%) kategori tinggi, lalu 82 mahasiswi (48%) mempunyai nyeri *dysmenorrhea* kategori sedang, serta 19 mahasiswi (11%) mempunyai nyeri *dysmenorrhea* kategori rendah. kemudian 13 mahasiswi (8%) dengan tingkat *flow* akademik kategori tinggi, lalu 130 mahasiswi (76%) *flow* akademik kategori sedang, serta 27 (16%) *flow* akademik kategori rendah.

5. Hasil Sumbangan Efektif Nyeri *Dysmenorrhea* dengan *Flow* Akademik**Tabel 5.** Uji Sumbangan Efektif

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	,105 <sup>a</sup>	,011	,005	17,506

a. Predictors: (Constant), Nyeri *Dysmenorrhea*

Berdasarkan tabel 5 uji sumbangan efektif menunjukkan hasil sumbangan variabel X yakni nyeri *dysmenorrhea* terhadap *flow* akademik adalah sebesar 1,1%. Hasil ini diperoleh dari *R Square* yaitu sebesar  $0,011 \times 100\% = 1,1\%$ . Hal ini berarti bahwa pengaruh nyeri *dysmenorrhea* terhadap *flow* akademik sebesar 1,1%. Sedangkan 98,9% dipengaruhi oleh variabel lain.

**B. Pembahasan**

Berdasarkan uji hipotesis diperoleh koefisien korelasi sebesar -0,096 dengan signifikansi 0,00 (<0,05). hal ini berarti hipotesis yang diajukan peneliti diterima, bahwa ada hubungan negatif antara nyeri *dysmenorrhea* dengan *flow* akademik. Belum ditemukan penelitian sejenis yang mendukung, tetapi penelitian lain yang dianggap mendukung hasil penelitian ini adalah penelitian yang diteliti oleh (Amaliya Alimuddin, 2017) berjudul Hubungan *Dysmenorrhea* Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswa Prodi Div Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kendari. Hasilnya, sebanyak (73,4%) mahasiswa yang aktivitas belajarnya terganggu akibat *dysmenorrhea* dan (26,6%) mahasiswa yang aktivitas belajarnya tidak terganggu akibat *dysmenorrhea* [25].

Kesehatan seorang mahasiswi bisa mempengaruhi pada *flow* akademik yang rendah. dampak nyeri *dysmenorrhea* antara lain tidak dapat beraktivitas secara normal, terganggu akan nyeri yang dirasakan, merasa tidak nyaman dengan kondisi fisiknya, kurang fokus, kurang tertarik dengan aktivitas yang di jalannya untuk beberapa waktu. sehingga menjalankan kegiatan akademik menjadi kurang optimal [26].

Seorang mahasiswi tanpa merasakan *flow* akademik akan memperoleh hasil yang tidak maksimal. *Flow* akademik sangat penting dimiliki oleh setiap mahasiswi karena saat mahasiswi

mengalami *flow* akademik yang tinggi mahasiwi bisa berkonsentrasi dengan apa yang dikerjakan, memperoleh kenyamanan dengan aktifitas akademik sehingga merasa larut dengan kegiatan akademik dalam waktu yang lama. Penelitian ini memiliki keunikan yang mengkaji tentang permasalahan yang sering terjadi dalam sepanjang kehidupan siklus wanita, masalah nyeri *dysmenorrhea* atau nyeri haid sering kali dikaitkan dengan rendahnya *flow* akademik [27].

Hasil uji sumbangan efektif menunjukkan variabel X yakni nyeri *dysmenorrhea* terhadap *flow* akademik adalah sebesar 1,1%. Hasil ini diperoleh dari *R Square* yaitu sebesar  $0,011 \times 100\% = 1,1\%$ . Hal ini berarti bahwa pengaruh nyeri *dysmenorrhea* terhadap *flow* akademik sebesar 1,1%. Sedangkan 98,9% dipengaruhi oleh variabel lain.

Penelitian ini memiliki keterbatasan yaitu meneliti korelasi hanya pada dua variabel nyeri *dysmenorrhea* dengan *flow* akademik dan kurang memperhatikan variabel-variabel lain yang mempengaruhi *flow* akademik.

## V. SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan di atas dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang negatif antara nyeri *dysmenorrhea* dengan *flow* akademik mahasiswi prodi psikologi universitas muhammadiyah sidoarjo. Hal tersebut dapat dibuktikan dari hasil analisis yang menunjukkan koefisien korelasi sebesar  $-0,096$  dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$  dengan demikian hipotesis diterima, yang berarti semakin rendah nyeri *dysmenorrhea* semakin tinggi *flow* akademik mahasiswi prodi psikologi universitas muhammadiyah sidoarjo. Begitu sebaliknya semakin tinggi nyeri *dysmenorrhea* maka semakin rendah *flow* akademik pada mahasiswi prodi psikologi universitas muhammadiyah sidoarjo.

## VI. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada semua mahasiswi yang bersedia menjadi subyek penelitian maupun pihak yang telah memberikan semangat dan doa selama proses penulisan sehingga artikel ini dapat diselesaikan dengan baik.

## VII. DAFTAR PUSTAKA

- [1] L. D. Lastary, A. Rahayu, S. Efficcay, and P. Akademik, "Hubungan dukungan sosial dan self efficacy dengan prokrastinasi akademik mahasiswa perantau yang berkuliah di jakarta," vol. 2, no. 2, pp. 17–23, 2018.
- [2] E. Purwati and M. Akmaliah, "Hubungan antara Self Efficacy dengan Flow Akademik pada Siswa Akselerasi SMPN 1 Sidoarjo," *Psymphatic J. Ilm. Psikol.*, vol. 3, no. 2, pp. 249–260, 2016, doi: 10.15575/psy.v3i2.1113.
- [3] M. Santoso, "Self-efficacy dan Flow Akademik Ditinjau dari Temporal Motivation Theory pada Mahasiswa Fakultas Psikologi," *Calyptra J. Ilm. Mhs. Univ. Surabaya*, vol. 3, no. 1, pp. 1–14, 2014.
- [4] R. Ignatissus, "Go with the flow: Dukungan sosial dan flow akademik pada Mahasiswa," *J. Ilm. Mhs. Univ. Surabaya*, vol. 2, no. 1, pp. 1–19, 2013.
- [5] D. Nastiti and Cucuk Nur Cahyani, "Dukungan Sosial Teman Sebaya dan Flow Akademik Pada Mahasiswa Psikologi Universitas Muhammadiyah Sidoarjo," *Help. J. Bimbing. dan Konseling*, vol. 39, no. 1, pp. 13–21, 2022, doi: 10.36456/helper.vol39.no1.a5141.
- [6] N. Qurrotu Aini and I. Saripah, "Aspek-Aspek Flow Akademik," *J. Innov. Couns. Theory, Pract. Res.*, vol. 3, no. 2, pp. 43–51, 2019, [Online]. Available: [http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative\\_counseling](http://journal.umtas.ac.id/index.php/innovative_counseling)
- [7] M. Mayangsari and S. D. Pratiwi, "Flow Akademik Pada Mahasiswa yang Aktif Berorganisasi dan Bekerja," *Psycho Holist.*, vol. 1, no. 2, pp. 47–52, 2019, [Online]. Available: <http://journal.umbjm.ac.id/index.php/psychoholistic>
- [8] E. M. R. Putri, "Hubungan Antara Dukungan Sosial Dan Flow Akademik Dengan Prestasi Belajar Matematika Siswa Sma," *Calyptra J. Ilm. Mhs. Univ. Surabaya*, vol. 5, no. 1, pp. 1–21, 2016, [Online]. Available: <http://journal.ubaya.ac.id/index.php/jimus/article/download/2768/2110>
- [9] F. A. Aysila, *Pengaruh Social Support Terhadap Flow Akademik Mhasiswa Yang Mengerjakan Skripsi*. 2021. [Online]. Available:

- [https://repository.unibos.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/1090/2021 Andi Fenita Aysila 4517091084.pdf?sequence=1&isAllowed=y](https://repository.unibos.ac.id/xmlui/bitstream/handle/123456789/1090/2021%20Andi%20Fenita%20Aysila%204517091084.pdf?sequence=1&isAllowed=y)
- [10] A. Gatari, "Hubungan stres akademik dengan flow akademik pada mahasiswa," *Cognicia*, vol. 8, no. 1, pp. 79–89, 2020, doi: 10.22219/cognicia.v8i1.11739.
- [11] A. Markamad and Khuzaemah, "Faktor-faktor yang mempengaruhi flow akademik," *Pros. Semin. Nas. Magister Psikol. Univ. Ahmad Dahlan*, pp. 201–206, 2019.
- [12] A. S. Nasution, R. Jayanti, R. Munir, and S. Ariandini, "Determinan Kejadian Dismenorea pada Mahasiswi," *J. Kesehat. Vokasional*, vol. 7, no. 2, p. 79, 2022, doi: 10.22146/jkesvo.72218.
- [13] A. Saputra, U. Khasanah, S. Hayati, and S. Susilawati, "Hubungan Disminore dengan Aktivitas Belajar pada Remaja Siswi Kelas X dan XI SMA N Rancakalong," *J. Keperawatan BSI*, vol. 9, no. 2, pp. 246–252, 2021.
- [14] S. SYAFRIANI, "Hubungan Status Gizi Dan Umur Menarche Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sman 2 Bangkinang Kota 2020," *J. Ners*, vol. 5, no. 1, pp. 32–37, 2021, doi: 10.31004/jn.v5i1.1676.
- [15] N. Nurwana, Y. Sabilu, and A. Fachlevy, "Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Disminorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 8 Kendari Tahun 2016," *J. Ilm. Mhs. Kesehat. Masy. Unsyiah*, vol. 2, no. 6, p. 185630, 2017.
- [16] D. P. Iswari, "Hubungan Dismenorea Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi Psik Fk Unud Tahun 2014," *Coping Community Publ. Nurs.*, vol. 2, no. 3, p. 1, 2014, [Online]. Available: <https://ojs.unud.ac.id/index.php/coping/article/view/10780>
- [17] H. Perilaku, P. Terhadap, U. I. N. A.- Raniry, B. Aceh, and N. Aflah, "Fakultas Psikologi Universitas Islam Negeri Ar-Raniry Banda Aceh 1442 H / 2021 M," 2021.
- [18] S. A. Setiawan and L. Lestari, "Hubungan Nyeri Haid (Dismenore) dengan Aktivitas Belajar Sehari-Hari Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 3 Pulung,," *J. Delima Harapan*, vol. 5, no. 1, pp. 24–31, 2018, doi: 10.31935/delima.v5i1.5.
- [19] N. Horman, J. Manoppo, and L. N. Meo, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Puteri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe," *J. Keperawatan*, vol. 9, no. 1, p. 38, 2021, doi: 10.35790/jkp.v9i1.36767.
- [20] H. Nurfadillah, S. Maywati, and I. S. Aisyah, "Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Siliwangi," *J. Kesehat. komunitas Indones.*, vol. 17, no. 1, pp. 247–256, 2021.
- [21] R. Susilana, "Metode Penelitian Sosial Kuantitatif," *J. Vis. Lang. Comput.*, vol. 11, no. 3, pp. 287–301, 2015.
- [22] Sumartini, Hasnah, Risnah, and Syisnawati, "Hubungan dysmenorrhoea dengan prestasi belajar mahasiswi jurusan keperawatan," *J. Islam. Nurs.*, vol. 3, no. 1, pp. 82–87, 2018.
- [23] N. Hidayati and L. A.-A. Aulia, "Flow Akademik dan Prokrastinasi Akademik," *J. Psikol.*, vol. 6, no. 2, pp. 128–144, 2019.
- [24] E. Kemala, J. Safitri, and R. V. Zwagery, "Hubungan antara persepsi keterlibatan ayah dalam pengasuhan dengan flow akademik pada peserta didik kelas IX SMP Negeri 1 Banjarbaru," *J. Kognisia*, vol. 1, no. 2, pp. 60–64, 2018, [Online]. Available: <http://ppjp.ulm.ac.id/journals/index.php/kog/article/download/1548/1231>
- [25] W. P. Loka, W. A. Sumadja, and Resmi, "Hubungan *Dysmenorrhoea* Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswa Prodi Div Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kendari," *J. Chem. Inf. Model.*, vol. 21, no. 2, pp. 1689–1699, 2017, [Online]. Available: [https://www.oecd.org/dac/accountable-effective-institutions/Governance Notebook 2.6 Smoke.pdf](https://www.oecd.org/dac/accountable-effective-institutions/Governance%20Notebook%202.6%20Smoke.pdf)
- [26] D. Kurniawati and Y. Kusumawati, "Pengaruh Dismenore Terhadap Aktivitas Pada Siswi SMK," *J. Kesehat. Masy.*, vol. 6, no. 2, pp. 93–99, 2011.
- [27] M. E. P. Putra, I. G. A. Pramitaresthi, and N. P. E. D. Yanti, "Hubungan Dismenore Primer Dengan Prestasi Belajar Mahasiswi Program Studi Ilmu Komunikasi Fisip Unud," *Coping Community Publ. Nurs.*, vol. 8, no. 3, p. 224, 2020, doi: 10.24843/coping.2020.v08.i03.p02.

**Conflict of Interest Statement:**

*The author declares that the research was conducted in the absence of any commercial or financial relationships that could be construed as a potential conflict of interest.*