

Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian *Dismenorea* Pada Remaja Putri Kelas X Di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat Tahun 2020

Rika Handayani^{1*}

¹Akademi Kebidanan Ika Bina Labuhan Batu
rikahandayani5yah@gmail.com

ABSTRACT

Dysmenorrhea is pain in the stomach that comes from uterine cramps and occurs during menstruation. Dysmenorrhea usually results from the excessive release of certain prostaglandins, from uterine endometrial cells. Objectives: was to determine the age frequency distribution of menarche, duration of menstruation, menstrual cycle, body mass index, family history of dysmenorrhoea in grade X adolescent girls of SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat in 2020. Method: This research type is an analytical survey with cross sectional design. The population in this study were 177 people with simple random sampling technique. Data analysis using Univariate, Bivariate and Multivariate analysis. Results: Bivariate analysis obtained from the Chi-Square test of menarche age showed that p-value .001 < .05, menstrual cycle p-value .014 < .05, menstrual duration p-value .002 < .05, Body Mass Index p = value .002 < .05, family history p-value .004 < .05. The binary logistic regression test results showed the most influencing variable was Family History with a value of .001 < .005 Exp (B) 4.852. Conclusion: there are effects of menarche age, duration of menstruation and family history of dysmenorrhea. The influencing factor is family history. It is hoped that the school will work together with the local health office to improve health, especially about reproductive health.

Keywords: Age, Menstrual Cycle, Body Mass Index, Family History, Dysmenorrhea.

ABSTRAK

*Dismenorea merupakan rasa nyeri pada perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi. Dismenorea biasanya terjadi akibat pelepasan berlebihan prostaglandin tertentu, prostaglandin, dari sel-sel endometrium uterus. Tujuan: Mengetahui distribusi frekuensi usia menarche, lamanya Menstruasi, Siklus Menstruasi, Index Massa Tubuh, Riwayat Keluarga dengan Kejadian *Dismenorea* pada Remaja Putri Kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat Pada Tahun 2020. Metode: Jenis penelitian ini adalah survei analitik dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini sebanyak 177 orang dengan teknik *simple random sampling*. Data dianalisis dengan menggunakan uji Univariat, Bivariat dan Multivariat. Hasil: analisis bivariat diperoleh dari uji statistik umur menarche dengan uji *Chi-Square* menunjukkan bahwa nilai p-value 0,001 < 0,05, siklus menstruasi nilai p-value 0,014 < 0,05, lamanya menstruasi nilai p-value 0,002 < 0,05, IMT nilai p-value 0,002 < 0,05, riwayat keluarga nilai p-value 0,004 < 0,05. Hasil uji regresi *binary logistic* menunjukkan variabel yang paling mempengaruhi yaitu Riwayat Keluarga dengan nilai 0,001 < 0,005 Exp(B) 4.852. Kesimpulan: ada pengaruh faktor umur menarche, lamanya menstruasi dan riwayat keluarga terhadap *dismenorea*. Faktor yang mempengaruhi adalah riwayat keluarga. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk bekerjasama dengan dinas kesehatan setempat untuk dapat meningkatkan kesehatan khususnya kesehatan reproduksi.*

Kata Kunci : Umur Menarche, Siklus Menstruasi, Lamanya Menstruasi, Index Massa Tubuh, Riwayat Keluarga, Dismenorea

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam

kehidupan seseorang. Salah satu tanda keremajaan secara biologis yaitu mulainya remaja mengalami menstruasi. Menstruasi dimulai saat

pubertas dan kemampuan seorang wanita untuk mengandung anak atau masa reproduksi. Walaupun begitu, pada kenyataannya banyak wanita yang mengalami masalah menstruasi, diantaranya *dismenorea*.

Dismenorea adalah rasa nyeri pada perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi. *Dismenorea* biasanya terjadi akibat pelepasan berlebihan prostaglandin tertentu, prostaglandin F2 alfa, dari sel-sel endometrium uterus. *Dismenorea* juga dapat diartikan sebagai nyeri haid yang terjadi tanpa tanda-tanda infeksi atau penyakit panggul.(1)

Faktor resiko *dismenorea* yang dapat menimbulkan *dismenorea* primer adalah Usia *Menarche* yang terlalu muda <12 tahun dimana organ-organ reproduksi belum berkembang secara maksimal dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit pada saat menstruasi, karena organ reproduksi wanita belum berfungsi secara maksimal. Lama menstruasi dapat disebabkan oleh kontraksi uterus yang terus - menerus menyebabkan suplai darah ke uterus terhenti dan terjadilah *dismenorea*. Siklus menstruasi disebabkan karena panjangnya siklus menstruasi maka semakin banyak pula prostaglandin yang akan dikeluarkan maka akan menimbulkan rasa nyeri. Riwayat *dismenore* pada keluarga merupakan faktor resiko yang tidak dapat diubah. Oleh karena itu, hal ini berpengaruh terhadap kondisi kesehatan anggota keluarga itu sendiri.(2)

Menurut data *World Health Organization (WHO)* tahun 2013 didapatkan kejadian *dismenore* sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang

mengalami *dismenore* dengan 10-15% mengalami *dismenore* berat. Angka kejadian *dismenore* di dunia sangat besar, rata-rata hampir lebih dari 50% wanita mengalaminya.(3)

Angka presentase di Amerika sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian (Prevalensi) nyeri menstruasi berkisar berkisar 45-49% di kalangan wanita usia produktif. Walaupun pada umumnya tidak berbahaya, namun setiap kali dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya. Derajat nyeri dan kadar gangguan tentu tidak sama untuk setiap wanita. Ada yang masih bisa bekerja (sesekali sambil meringis), adapula yang tak kuasa beraktifitas saking nyerinya.(4)

Berdasarkan data dari Dinas Kesehatan Provinsi Sumatera Utara Tahun 2012 angka kejadian *dismenorea* sebesar 53,9%. Dan berdasarkan data dari Dinas kesehatan kabupaten Simalungun angka kejadian *dismenorea* tahun 2015 adalah 51,63%.(5)

Masalah kesehatan reproduksi remaja di Indonesia perlu mendapat perhatian yang cukup karena masalah kesehatan reproduksi remaja seperti juga masalah kesehatan lainnya tidak semata-mata menjadi urusan kalangan medis. Dilihat dari kependudukan, kelompok remaja yang berusia 10-19 tahun di Indonesia lebih kurang terdiri dari 57% berada di SMA dan 43% berada di SMP.(6)

Rasa nyeri ini dapat disebabkan oleh kontraksi otot perut yang terjadi secara terus-menerus saat mengeluarkan darah. Kontraksi yang sangat sering ini kemudian

menyebabkan otot menegang. Ketegangan otot tidak hanya terjadi pada otot perut, tetapi juga otot-otot penunjang otot perut yang terdapat di bagian punggung bawah, pinggang, panggul, dan paha hingga betis.(7)

Secara umum, *dismenorea* diklasifikasikan menjadi dua bagian, yaitu *Dismenorea primer* adalah nyeri haid yang umumnya dirasakan oleh para wanita, sedangkan *dismenorea sekunder* adalah nyeri haid yang terjadi akibat patologi atau penyakit organ pelvis (panggul). *Dismenorea primer* mulai terjadi pada usia 17-22 tahun, sementara *dismenorea* sekunder sering terjadi seiring makin tuanya usia wanita. (8)

Penelitian yang dilakukan oleh Suci Sulistyorini,dkk di SMA PGRI 2 Palembang pada tahun 2017, dengan responden 126 memiliki kejadian *dismenorea* yang berbeda-beda yaitu siwi yang tidak mengalami *dismenorea primer* 10,3% dan siswi yang mengalami *dismenoreaprimer* 89,7%. Adapun variabel yang berpengaruh dalam kejadian *dismenorea primer* dalam penelitian ini adalah riwayat keluarga dan variabel yang tidak berpengaruh dalam kejadian *dismenore primer* dalam penelitian ini usia *menarche*, siklus *menarche*, dan lama menstruasi.(9)

Sehubungan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suci Sulistyorini dkk, penelitian juga dilakukan oleh Andi Nurul Rifqah Utami yang berjudul Faktor yang berhubungan dengan kejadian *dismenorea* pada remaja putri di SMAN 1 Kahu Kabupaten Bone. Variabel independen (usia *menarche*, siklus menstruasi, lama menstruasi, riwayat keluarga dan status gizi) dengan variabel dependen

(kejadian *dismenorea*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hubungan antara variabel independen (usia, *menarche*, siklus menstruasi, lama menstruasi, riwayat keluarga dan status gizi) dengan variabel dependen (kejadian *dismenorea*) menunjukkan bahwa variabel independen seperti usia *menarche*, siklus menstruasi, siklus menstruasi, lama menstruasi dan status gizi tidak berhubungan dengan kejadian *dismenorea*. Hanya ada satu variabel yang memiliki hubungan dengan kejadian *dismenorea* yaitu variabel riwayat keluarga ($p = 0,001$). (10)

Penelitian yang sama dilakukan oleh Angelina yang berjudul Faktor yang berhubungan dengan *dismenorea* pada remaja putri di SMA Kecamatan Sengguh Temila Kabupaten Landak. Penelitian ini menggunakan penelitian deskriptif analitik dengan *desain study cross sectional* (potong lintang). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia *menarche* ($p \text{ value} = 0,024$), paparan asap rokok ($p \text{ value} = 0,003$), siklus menstruasi ($p \text{ value} = 0,019$) dengan *dismenorea* kongestif. Variabel yang tidak berhubungan yaitu status gizi ($p \text{ value} = 1,000$), lama menstruasi ($p \text{ value} = 0,552$), riwayat keluarga ($p \text{ value} = 0,076$), dan stress ($p \text{ value} = 0,594$). (11)

Berdasarkan survei awal di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat pada bulan Maret 2020. Diketahui bahwa dari 10 remaja putri terdapat 7 remaja yang mengalami nyeri haid dan 3 remaja tidak mengalami nyeri haid, 7 siswi tersebut mengatakan nyeri dirasakan pada saat menstruasi pertama kali yaitu pada usia 10 tahun, 13 tahun dan 16 tahun, ada juga yang mengatakan jarak

waktu menstruasi bulan ini dengan menstruasi bulan yang akan datang terlalu lama dan singkat, hari yang diperlukan untuk menstruasi terlalu cepat atau terlalu lama biasanya < 3 hari dan >6 hari, riwayat keluarga responden yaitu ibu dan saudari perempuan juga mengalami nyeri haid, dan ditanyakan pada beberapa siswi IMT dalam batasan gemuk dan kurus.

Berdasarkan uraian latar belakang diatas, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul "Faktor yang mempengaruhi kejadian *Dismenorea* pada remaja kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat Tahun 2020".

Tujuan dalam penelitian adalah "untuk mengetahui faktor apa saja yang mempengaruhi kejadian *dismenorea* pada remaja kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat tahun 2020.

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah penelitian *survei analitik* adalah penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan itu terjadi dengan menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat dilakukan pada bulan Maret - Juni 2020.

Populasi yang dipergunakan dalam penelitian ini adalah keseluruhan siswi SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat kelas X sebanyak 177 siswi. Menentukan besar sampel menggunakan rumus *slovin*. sampel yang dibutuhkan yaitu 123 orang,

dalam pengambilan sampel ini peneliti menggunakan *propertionate stratified random sampling*.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer yaitu Penelitian dengan melakukan penyebaran kuesioner kepada responden. Analisa data yang digunakan dalam penelitian ini adalah analisis univariat digunakan untuk mendeskripsikan data yang dilakukan pada setiap variabel hasil penelitian, analisis bivariat yaitu analisis yang digunakan untuk menghubungkan anata variabel, variabel bebas dengan variabel terikat dalam hal ini peneliti mencari hubungan pada batas kemaknaan perhitungan statistik *p value* (0,05).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Analisa Univariat

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa frekuensi *Dismenore* berdasarkan umur *menarche* 10 -16 tahun sebanyak 90 orang (73,2%) dan > 17 tahun yaitu sebanyak 33 orang (26,8%). Hasil frekuensi *Dismenore primer* berdasarkan Siklus Menstruasi 22-35 hari sebanyak 88 orang (71,5%) dan >36 hari yaitu sebanyak 14 orang (11,4%) dan < 21 Hari sebanyak 21 orang (17,1%). Hasil frekuensi *Dismenore primer* berdasarkan Lamanya Menstruasi 3-7 hari sebanyak 83 orang (67,5%) dan >7 hari yaitu sebanyak 40 orang (32,5%). Frekuensi *dismenore primer* berdasarkan Index Massa Tubuh, responden dengan IMT Normal sebanyak 103 orang (83,7%) dan responden dengan IMT Kurus sebanyak 4 orang (3,3%), responden dengan IMT Gemuk yaitu sebanyak

16 orang (13%). Hasil frekuensi *Dismenore* berdasarkan Riwayat Keluarga, responden yang menjawab Ya sebanyak 61 orang (49,6%) dan yang menjawab Tidak yaitu sebanyak 62 orang (50,4%). Berdasarkan frekuensi Responden berdasarkan Dismenorea, responden yang menjawab Ya sebanyak 81 (65,9%) dan responden yang menjawab Tidak yaitu sebanyak 42 orang (34,1%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Siklus Menstruasi, Lamanya Menstruasi, Indeks Masa Tubuh, Riwayat Keluarga dan Dismenorea pada Remaja Putri Kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat.

Variabel	F	(%)
Umur		
>17 Th	33	26,8
10-16 Th	90	73,2
Siklus Menstruasi		
< 21 Hari	21	17,1
22-35 hari	88	71,5
>36 hari	14	11,4
Lamanya Menstruasi		
>7 hari	40	32,5
3-7 hari	83	67,5
Index Massa Tubuh		
Gemuk	16	13
Kurus	4	3,3
Normal	103	83,7
Riwayat Keluarga		
Tidak	62	50,4
Ya	61	49,6
Dismenorea		
Tidak	42	34,1
Ya	81	65,9

Analisa Bivariat

Berdasarkan tabel 2 dari 123 responden sebagian besar umur menarche berada pada kategori 10-16 Tahun yaitu 90 responden (73,2%) dengan yang mengalami *dismenorea* sebanyak 23 (18,7%) dan yang tidak mengalami *Dismenorea* sebanyak 67 responden (54,5%), sedangkan sebagian kecil umur *menarche* berada pada usia > 17 Tahun yaitu 33 responden (26,8%) dengan yang mengalami *disminorea primer* sebanyak 19 responden (15,4%) dan yang tidak sebanyak 14 responden (11,4%). Hasil *uji Chi-square* menunjukkan bahwa $p=0,001<0,05$. Berdasarkan siklus menstruasi sebagian besar berada pada kategori 22-35 hari yaitu 88 responden (71,5%) dengan yang mengalami *disminorea* sebanyak 37 responden (30,1%) dan yang tidak mengalami *Dismenorea* sebanyak 51 responden (41,5%), pada kategori < 21 hari yaitu 21 responden (17,1%) dengan yang mengalami *dismenorea* sebanyak 3 responden (2,4%) dan tidak 28 responden (24,6%) sebagian kecil > 36 hari yaitu 14 responden (11,4%) dengan yang mengalami 2 responden (1,6%) dan tidak 12 responden (9,8%). Hasil *uji Chi-square* menunjukkan bahwa $p=0,001<0,05$. Berdasarkan lamanya menstruasi sebagian besar berada pada kategori 3-7 hari yaitu 83 responden (67,5%) dengan yang mengalami *dismenorea* 47 responden (38,2%) dan yang tidak mengalami *dismenorea* mengalami 36 responden (29,3%) sebagian kecil lamanya menstruasi berada pada kategori > 7 hari yaitu 40 responden (32,5%) dengan yang mengalami *dismenorea* sebanyak 34 responden (27,6%) dan

yang tidak 6 responden (4,9%). Hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa $p=0,002<0,05$. Berdasarkan indeks masa tubuh sebagian besar berada pada kategori normal yaitu 103 responden (83,7%) dengan yang mengalami *dismenorea* sebanyak 61 responden (49,6%) dan yang tidak mengalami *Dismenorea* sebanyak 42 responden (34,1%), kategori gemuk 16 responden (13%) dengan yang mengalami *dismenorea* sebanyak 16 responden (13%) dan yang tidak mengalami *Dismenorea* 0 responden (0,0%), sebagian kecil kategori kurus yaitu 4 responden (3,3%) dengan yang mengalami *dismenorea* 4 responden (3,3%) dan yang tidak 0 responden

(0,0%). Hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa $p=0,002<0,05$. Berdasarkan riwayat keluarga sebagian besar berada pada kategori Ya yaitu 62 responden (50,4%) dengan yang mengalami *dismenorea* sebanyak 48 responden (39%) dan yang tidak mengalami *Dismenorea* sebanyak 3 responden (10,6%), sebagian kecil riwayat keluarga berada pada kategori tidak yaitu 61 responden (49,6%) dengan yang mengalami *dismenorea* sebanyak 33 responden (26,8%) dan yang tidak 29 responden (23,6%). Hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa $p=0,004<0,05$.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur, Siklus Menstruasi, Lamanya Menstruasi, Indeks Masa Tubuh, Riwayat Keluarga dengan Kejadian *Dismenorea* pada Remaja Putri Kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat.

Variabel	Dismenore Primer				Total		P Value
	Ya		Tidak		F	%	
	F	%	f	%			
Umur Menarche							
10-16 Tahun	23	18,7	67	54,5	90	73,2	0,001
>17 Tahun	19	15,4	14	11,4	33	26,8	
Siklus Menstruasi							
< 21Hari	3	2,4	28	24,6	21	17,1	0,001
22-35 Hari	37	30,1	51	41,5	88	71,5	
>36 Hari	2	1,6	12	9,8	14	11,4	
Lama Menstruasi							
3-7 Hari	47	38,2	36	29,3	83	67,5	0,002
>7 Hari	34	27,6	6	4,9	40	32,5	
Index Massa Tubuh							
Normal	61	49,6	42	34,1	103	83,7	0,002
Kurus	4	3,3	0	0	4	3,3	
Gemuk	16	13	0	0	16	13	
Riwayat Keluarga							
Ya	48	39	3	10,6	62	50,4	0,004
Tidak	33	26,8	29	23,6	61	49,6	

Analisa Multivariat

Berdasarkan tabel 3 Bahwa yang sangat berpengaruh pada kejadian *dismenorea* besarnya hubungan ditunjukkan dengan nilai EXP (B) adalah Riwayat Keluarga. Hasil nilai OR pada variabel dukungan keliuarga ditunjukkan

dengan nilai OR 4,852. Artinya riwayat keluarga yang baik cenderung mengalami 4 kali lipat pengaruh terhadap kejadian *dismenorea*. Nilai B = logaritma natural dari 4.852 = 11.699 Oleh karena itu nilai B bernilai positif terhadap kejadian *dismenorea*.

Tabel 3. Uji Regresi Logistik

No	Variabel	B	S.E	Wald	Df	Sig	Exp (B)
1	Umur rmenarche	1.246	.476	6.851	1	.009	3.478
2	Lamamenstruasi	-1.628	.546	8.885	1	.003	.196
3	Riwayatkeluarga	1.579	.462	11.699	1	.001	4.852
	Constant	-.937	1.422	.434	1	.510	.392

Hubungan Umur Menarche Dengan Kejadian *Dismenorea*

Berdasarkan hasil penelitian di ketahui hubungan umur *menarche* dengan kejadian *dismenorea* pada remaja putri kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat menunjukkan bahwa dari 97 responden yang umur *menarche* 10-16 tahun, ada sebanyak 23 orang responden (18,7%) mengalami *Dismenorea* dan 67 orang responden (14,6%) yang tidak mengalami *dismenorea*. Sedangkan 20 responden yang umur *menarche* >17 tahun, ada sebanyak 18 orang responden (90%).

Umur *menarche* adalah menstruasi pertama yang biasanya terjadi pada perempuan umur 12-13 tahun dalam rentang umur 10 - 16 tahun. Dalam keadaan normal *menarche* diawali dengan periode pematangan yang dapat memakan waktu 2 tahun (Yanto Kadarusman, 2003). *Menarche* merupakan tanda

diawalinya masa pubertas pada perempuan.(12)

Menarche pada usia lebih awal menyebabkan alat - alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan - perubahan sehingga timbul rasa nyeri ketika haid. Alat reproduksi perempuan harus berfungsi sebagaimana mestinya, namun bila *menarche* terjadi pada usia yang lebih awal dari normal dimana alat reproduksi belum siap untuk mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim maka akan timbul rasa sakit ketika haid.(4)

Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Bianca elviara pada mahasiswa keperawatan S1 angkatan 2015 di Universitas Muhammadiyah Surakarta pada tahun 2018, di peroleh *p value* 0,041 *p*<0,05 yang menyatakan ada hubungan antara umur *menarche* dengan *dismenorea* pada mahasiswa keperawatan S1 angkatan 2015 di

Universitas Muhammadiyah Surakarta tahun 2018. (13)

Menurut Penelitian dan Hasil penelitian ini bahwa Tingkat Umur Menarche 10-16 Tahun sebanyak 90 orang dimana, sangat berpengaruh terhadap bahwa siswi tidak menjaga pola makan sehari-hari, dan memakan-makanan yang tidak bergizi. Sehingga siswi lebih suka membeli makanan di luar, karena makan yang dibawa dari luar lebih enak daripada makanan yang di bawa dari rumah. Pada remaja putri perlu mempertahankan status gizi yang baik, dengan mengkonsumsi makanan seimbang karena sangat dibutuhkan pada saat haid. Remaja secara psikologis pertama kali mengalami haid akan mengeluh rasa nyeri, perutnya terasa pegal dan kurang nyaman. Tetapi ada juga remaja yang tidak merasakan hal itu. Gizi yang tidak normal akan mempengaruhi fungsi organ tubuh yang akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Hal ini akan mengakibatkan nyeri haid (*dismenore*) tetapi akan berangsur baik apabila asupan makanan bernutrisi baik.

Hubungan Siklus Menstruasi Dengan Kejadian *Dismenorea Primer*

Berdasarkan hasil penelitian dari 123 responden diketahui hubungan siklus menstruasi dengan kejadian *dismenorea* pada remaja putri kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat menunjukkan bahwa dari 88 responden (71,5%) yang siklus menstruasinya 21-35 hari, ada sebanyak 51 orang responden (41,5%) mengalami *Dismenorea* dan 37 orang

responden (30,1%) yang tidak mengalami *dismenorea*. Sedangkan 35 responden yang siklus menstruasi >35 hari, ada sebanyak 30 orang responden (24,4%) mengalami *Dismenorea* dan 5 responden (4,1%) yang tidak mengalami *dismenorea*.

Hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa $p=0,02 < 0,05$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian *dismenorea* di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat. Hasil penelitian tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Indah Juliana dkk di SMA N 1 Manado pada tahun 2019, diperoleh *p value* $0,023 < 0,05$ hal ini menunjukkan ada hubungan antara *dismenorea* dengan gangguan siklus haid pada remaja SMAN 1 Manado.

Siklus menstruasi adalah serangkaian periode perubahan yang terjadi berulang pada uterus dan organ - organ yang dihubungkan pada saat pubertas dan berakhir pada saat *menopause*. Panjang siklus haid adalah jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid yang berikutnya. Siklus menstruasi rata-rata terjadi sekitar 21-35 hari. Walaupun hal ini berlaku umum, tetapi tidak semua perempuan memiliki siklus menstruasi yang sama. Terkadang siklus menstruasi terjadi setiap 21 - 30 hari.(4)

Siklus menstruasi itu sendiri sebenarnya dapat diketahui yaitu dengan cara menghitungnya berdasarkan tanggal ketika seorang perempuan mengalami menstruasi. Cara menghitung siklus menstruasi sangatlah mudah. Hanya dengan menggunakan kalender, seorang perempuan sudah bisa menghitung siklus menstruasi. Dalam kasus lain,

ada perempuan yang tidak mengalami menstruasi sama sekali. Dunia medis menyebutkan kasus ini dengan amenorea. Kemudian, ada juga kondisi oligomenorea, dimana siklus menstruasi yang memanjang lebih dari 35 hari sedangkan jumlah darah yang keluar tetap sama. Selain itu, terdapat juga keadaan polimenorea. Keadaan ini terjadi ketika seorang perempuan mengalami siklus menstruasi yang lebih sering (siklus menstruasi yang lebih singkat, yaitu kurang dari 21 hari). Kelainan ini dapat disebabkan oleh gangguan hormon.(14)

Siklus menstruasi yang tidak teratur kebanyakan terjadi akibat faktor hormonal. Seorang perempuan yang memiliki hormon estrogen dan progesteron yang berlebihan dapat memungkinkan terjadinya menstruasi dalam waktu yang lebih cepat. Sehingga, jika terdapat gangguan menstruasi yang dikarenakan oleh faktor hormonal, maka dapat dipastikan perempuan tersebut mengalami gangguan kesuburan.(14)

Hasil penelitian ini sejalan dengan Romy Wahyuni pada Tahun 2014, Tentang Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Nyeri Menstruasi (*Dismenorea*) pada Remaja Putri di beberapa SMA di Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2014, dimana hasil temuan ini terdapat hubungan dengan siklus haid dan Bagipararemajaputridapatmeningkat kankonseling dan penyuluhan(10)

Menurut dari hasil penelitian ini bahwa dimana Siklus menstruasi merupakan jarak antara tanggal mulainya haid yang lalu dan mulainya haid berikutnya. Siklus menstruasi dikontrol oleh sekelompok hormon, terutama progesterone dan estrogen.

Estrogen berfungsi mengatur siklus haid, sedangkan progesteron berpengaruh pada uterus yaitu dapat mengurangi kontraksi selama siklus haid. Banyaknya remaja putri yang mengalami *dismenore* kemungkinan disebabkan karena siklus menstruasi mereka. Siklus menstruasi dipengaruhi juga oleh faktor psikis, pada remaja putri yang secara emosional tidak stabil, apalagi jika mereka tidak mendapat penerangan yang baik tentang proses haid, mudah timbul *dismenorea*. Ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi perkembangan dan pertumbuhan pada dirinya tersebut, mengakibatkan gangguan psikis yang akhirnya menyebabkan gangguan fisiknya, misalnya gangguan haid seperti *dismenore*.

Hubungan Lama Menstruasi Dengan Kejadian *Dismenorea*

Bedasarkan hasil penelitian dari 123 responden di ketahui hubungan Lama Menstruasi dengan kejadian *dismenorea* pada remaja puteri kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat menunjukkan bahwa dari 83 responden(67,5%) yang lama menstruasi 3-7 hari, ada sebanyak 47 orang responden (38,2%) mengalami *Dismenorea* dan 36 orang responden (29,3%) yang tidak mengalami *dismenorea*. Sedangkan 40 responden (32,5%) yang umur menarche >7 hari ,ada sebanyak 34 orang responden (27,6%) mengalami *dismenorea* dan 6 responden (4,9%) tidak mengalami *dismenorea*.

Hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa $p=0,02 < 0,05$, artinya terdapat hubungan yang

signifikan antara Lama Menstruasi dengan kejadian *dismenorea* di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauupraptat .

Lamanya menstruasi biasanya terjadi antara 3-5 hari, walaupun pada beberapa perempuan bisa saja mengalami menstruasi yang lebih panjang atau pendek. Proses alamiah ini terjadi rata-rata sekitar 2 sampai 8 hari. Darah yang keluar umumnya sebanyak 10 hingga 80 ml per hari. Namun, dalam beberapa kasus, terdapat keadaan proses menstruasi terjadi dengan rentang waktu cukup lama dan keluarnya darah dapat lebih dari 80 mL/hari. Keadaan ini dikenal dengan istilah *menoragia*. Sementara, menstruasi yang berlangsung lebih dari 7 hari di sebut *hipermenorea*. Apabila lebih lama dan lebih banyak (lebih dari 8 hari) dapat dikatakan *hipermenore*.(7)

Penyebab *hipermenore* bisa berasal dari rahim berupa mioma uteri, tumor jinak dari otot rahim, infeksi pendarahim dan dapat juga disebabkan oleh kelainan di luar rahim seperti kelainan darah misalnya anemia, gangguan pembekuan darah serta juga bisa disebabkan oleh kelainan hormon atau gangguan endokrin. Lama haid lebih dari normal akan menyebabkan kontraksi uterus yang lebih sering dan semakin banyak prostaglandin yang dikeluarkan. Produksi prostaglandin yang berlebihan inilah yang akan menimbulkan rasa nyeri sedangkan kontraksi uterus yang terus-menerus menyebabkan suplai darah ke uterus terhenti dan terjadilah *dismenore* .(4)

Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Tia Martha Pundati dkk pada Tahun 2016 tentang Faktor-Faktor Yang

Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore. Dimana pada mahasiswa semester VIII di Universitas Jendral Soedirman Purwokerto, diperoleh $p\text{ value } 0,005 < 0,05$ hal ini menunjukkan ada hubungan antara *dismenorea* dengan lama menstruasi.(15)

Menurut Asumsi Peneliti Tentang Lama Menstruasi dengan Kejadian *Dismenore* Primer Lama Secara psikologis biasanya berkaitan dengan tingkat emosional remaja putri yang labil ketika baru mengalami menstruasi dan serta menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan asing. Remaja putri yang mengalami gangguan dalam aktivitas belajar diakibatkan karena nyeri haid yang dirasakan dalam proses belajar mengajar karena lama siklus menstruasi yang mereka rasakan dan remaja putri sulit berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika nyeri haid. Oleh karena itu pada usia remaja *dismenorea* harus ditangani agar tidak terjadi dampak seperti hal-hal yang diatas akibat dari lama menstruasinya. Hal ini menyebabkan juga kontraksi otot polos yang akhirnya menimbulkan rasa nyeri *dismenore* dan menstruasi dapat disebabkan oleh faktor psikologis maupun fisiologis.

Hubungan Index Massa Tubuh Dengan Kejadian *Dismenorea*

Berdasarkan hasil penelitian dari 123 responden di ketahui hubungan index massa tubuh dengan kejadian *dismenorea* pada remaja puteri kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauupraptat menunjukkan bahwa dari 103 responden yang index massa tubuh

normal, ada sebanyak 61 orang responden (49,6%) mengalami *Dismenorea* dan 42 orang responden (34,1%) yang tidak mengalami *dismenorea*. Dan responden yang memiliki *index* massa tubuh kurus sebanyak 4 responden (3,3%), ada sebanyak 4 orang responden (3,3%) yang mengalami *dismenorea*. Responden yang memiliki *index* massa tubuh Gemuk sebanyak 16 orang responden (13,0%) dan mengalami *dismenorea*.

Hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa $p=0,002 < 0,05$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara *index* massa tubuh dengan kejadian *dismenorea* di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pratiwi Hesti Harmon di SMA Batik 1 Surakarta di peroleh *value* $0,00 < 0,05$, maka hipotesis dapat diterima yaitu ada hubungan antara IMT dengan kejadian *dismenorea* di SMA Batik 1 Surakarta.(16)

Pada wanita dengan usia subur diperlukan status gizi yang baik dengan cara mengkonsumsi makanan seimbang karena sangat dibutuhkan pada saat menstruasi terutama pada fase luteal. Pada fase ini terjadi peningkatan kebutuhan zat gizi. Selama ini telah diketahui bahwa wanita dengan status gizi kurang memiliki risiko terjadinya gangguan siklus menstruasi yang diakibatkan oleh terganggunya pertumbuhan dan perkembangan sistem reproduksi. Akan tetapi, gangguan siklus menstruasi juga ditemukan pada wanita yang obesitas. Hal ini dikaitkan dengan jumlah jaringan lemak tubuh. Jaringan lemak tidak hanya sebagai tempat

penyimpanan lemak tetapi juga sebagai kelenjar endokrin penghasil hormon dan sel untuk berbagai hormon salahsatunya yaitu hormon reproduksi. Perubahan sirkulasi hormon reproduksi antara lain berhubungan dengan kelebihan lemak tubuh, obesitas pada bagian perut, gangguan fungsi ovulasi dan hiperandrogisme.(17)

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Ni Nyoman Utami Pada Tahun 2014 tentang Hubungan antara Index Massa Tubuh dengan *dismenorea* pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Udayana, dimana terdapat bahwa Hasil analisis antara IMT dengan *dismenorea* primer menunjukkan bahwa responden dengan IMT *underweight* dan *overweight* sama berisikonya untuk mengalami *dismenorea* dan mendapatkan hasil bahwa subjek penelitian yang memiliki IMT *underweight* lebih banyak mengalami *dismenorea* daripada IMT *overweigh* bahwa *dismenorea* terjadi 1,5 kali lebih banyak pada IMT (18)

Menurut Asumsi Peneliti Faktor yang berhubungan dengan *index* massa tubuh dimana terdapat bahwa dimana IMT merupakan salah satu faktor risiko untuk terjadinya *dismenorea* dengan IMT kategori *underweight* yang menunjukkan kurangnya asupan gizi siswi mempengaruhi pertumbuhan dan fungsi organ tubuh sehingga mengganggu proses menstruasi dan menyebabkan terjadi *dismenorea* dan disamping itu juga nutrisi mempengaruhi kematangan seksual pada gadis yang mendapat menstruasi. Pada umumnya, siswi menjadi lebih matang lebih dini dan

akan memiliki *body mass index* (Indeks Massa Tubuh, IMT) yang lebih tinggi dan mereka yang matang terlambat memiliki IMT lebih kecil pada usia yang sama. Salah satu permasalahan yang dapat menimbulkan *dismenorea* dilihat dari status gizi, remaja dengan status gizi tidak normal memiliki kemungkinan resiko 1,2 kali lebih besar mengalami *dismenorea*. Status gizi yang rendah (*underweight*) dapat diakibatkan karena asupan makanan yang kurang. Sedangkan status gizi lebih (*overweight*) dapat juga mengakibatkan *dismenorea* karena terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasi pembuluh darah atau terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita, sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan mengakibatkan nyeri pada saat menstruasi pada remaja IMT kurus sekresi estrogen menurun sehingga FSH tidak mampu membentuk folikel yang matang sehingga tidak terjadi menstruasi. Sedangkan pada remaja dengan IMT obesitas jumlah estrogen dalam darah meningkat akibat meningkatnya jumlah lemak tubuh. Dimana jumlah estrogen yang berlebih dapat memberikan umpanbalik negative terhadap hormon FSH melalui sekresi protein inhibin yang menghambat hipofisis anterior untuk menyekresikan FSH. Adanya hambatan sekresi pada FSH menyebabkan terganggunya profeliferasi folikel sehingga tidak terbentuk folikel yang matang. Namun pada remaja IMT normal tidak menutup kemungkinan terjadinya gangguan menstruasi karena selain

ketidakseimbangan hormon, asupan gizi, dan psikologi. Dapat disimpulkan bahwa gangguan menstruasi tidak hanya disebabkan oleh IMT namun juga bisa disebabkan karena pola hidup seperti kurangnya aktivitas dan olahraga, psikologi (stres) serta ketidakseimbangan asupan gizi, dimana pada umumnya siswa lebih suka makan-makanan jajanan yang kurang bergizi, beberapa melakukan diet yang kurang tepat untuk menjaga berat badan

Hubungan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian *Dismenorea*

Berdasarkan hasil penelitian dari 123 responden di ketahui hubungan umur *menarche* dengan kejadian *dismenorea* pada remaja putri kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat menunjukkan bahwa dari 62 responden yang ibu atau saudara perempuan yang mengalami *dismenorea* sebanyak 48 (39,0%) ,dan responden yang ibu atau saudara perempuan tidak mengalami *dismenorea* sebanyak 61 orang responden (49,6%).

Hasil uji *Chi-square* menunjukkan bahwa $p=0,04 < 0,05$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara umur *menarche* dengan kejadian *dismenorea* di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat. Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Arum dkk pada siswi SMK Swasta Istiqlal Kabupaten Deli Serdang pada tahun 2018, diperoleh *p value* $0,001 < 0,05$, hal ini menunjukkan ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian *dismenore*

pada siswi SMK Swasta Istiqlal Kabupaten Deli Serdang. (19)

Hasil Uji Regresi Binary Logistic menunjukkan nilai $Exsp(B)$ 4.852 artinya Hasil nilai OR pada variabel dukungan keluarga menunjukkan nilai OR 4,852. Artinya riwayat keluarga yang baik cenderung mengalami 4 kali lipat pengaruh terhadap kejadian *dismenorea*. Nilai $B = \logaritma\ natural\ dari\ 4.852 = 11.699$ Oleh karena itu nilai B bernilai positif terhadap kejadian *dismenorea*.

Perempuan yang memiliki ibu atau saudara perempuan yang menderita *endometriosis* memiliki resiko lebih besar terkena penyakit ini juga. Hal ini disebabkan adanya gen abnormal yang diturunkan dalam tubuh perempuan tersebut. Gangguan haid seperti *hipermenorea* dan *menoragia* dapat mempengaruhi sistem hormonal tubuh. Penyebab *hipermenorea* bisa berasal dari rahim berupa mioma uteri (tumor jinak dari otot rahim, infeksi pada rahim atau hiperplasia endometrium (penebalan lapisan dalam rahim) dapat juga disebabkan oleh kelainan hormon (gangguan endokrin). Khusus wanita yang berusia 40 tahun keatas, wajib dilakukan kuret untuk menyingkirkan kemungkinan keganasan. (20)(4)

Hasil Penelitian terdahulu, hal ini sesuai dengan Penelitian Angelina pada Tahun 2014 Tentang Faktor Yang Berhubungan dengan *Dismenore* pada Remaja Putri di Sekolah Menengah Atas Kecamatan Sengah Temila Kabupaten Sika dimana hasil temuan ini terdapat ada hubungan dengan riwayat keluarga ($pvalue=0,076$). Hasil bivariat bahwa hasil analisis antara riwayat keluarga dengan gangguan *dismenore* menunjukkan responden ada memiliki

riwayat keluarga cenderung lebih banyak mengalami gangguan *dismenore* (88,5%) dibanding dengan responden yang ada memiliki riwayat keluarga (74,4%). Hasil menunjukkan maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan gangguan *dismenore* ($p=0,076$)(11).

Riwayat keluarga mempunyai peran untuk terjadinya *dismenore primer*, sehingga disarankan bagi para wanita untuk melakukan upaya preventif terhadap *dismenore primer* yang sering terjadi saat wanita mengalami menstruasi terutama bagi wanita yang mempunyai riwayat keluarga. Ibu menjelaskan kepada remaja putrinya tentang *dismenorea* serta keterbukaan dan kedekatan remaja putri kepada ibu dan bapak Hal ini menunjukkan ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian *dismenore*. Sebagian besar responden yang mengalami *dismenorea* serta memiliki riwayat keluarga yang mengalami *dismenorea*. Sehingga apabila keadaan ini secara terus menerus akan terganggu aktivitas remaja tersebut.

KESIMPULAN

Ada Hubungan Umur Menarche, Siklus Menstruasi, Lamanya Menstruasi, Indeks Masa Tubuh, Riwayat Keluarga dengan Kejadian *Dismenorea* pada Remaja Putri Kelas X di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat Tahun 2020.

DAFTAR PUSTAKA

1. Ariwulandari dan dr.Ditoanugroho. *Cara Jitu Atasi*

- Nyeri Haid. 2011. 31 P.
2. Deby S. O., Sirait., dan Hiswani J. Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi Sma Negeri 2 Medan Tahun 2014. *Estud Psicol.* 2017;38(1):269-74.
 3. Herawati R. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian. *J Martenity Neonatal.* 2017;2(3):161-72.
 4. Proverawati M. *Menarche.* 2018. 8 P.
 5. Saragih Bv. *Hubungan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorea Dengan Sikap Dalam Penanganan Dismenorea Primer Pada Siswi Kelas VII Di Smp Cipto Mangun Kusumo Perdangangan Kabupaten Simalungun Tahun 2017.* 2017.
 6. Husna FH., Mindarsih E., Melania M. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Penanganan Disminorea Kelas X Di Smkn 1 Depok Sleman Yogyakarta. *Med Respati.* 2018;13(2).
 7. Laila N. N. *Buku Pintar Menstruasi.* Wijaya Desy, Editor. 2011. 25 P.
 8. Foezi E.C.C. *Mahir Menjaga Organ Intim Wanita.* 2012. 55 P.
 9. Sulistyorini S, Monica S, dan Ningsih SS. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Disminorhea Primer Pada Siswi Sma Pgri 2 Palembang. *Masker Med.* 2017;5(1):223-31.
 10. Utami Anr, Ansar J, Sidik D. *Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sman 1 Kahu Kabupaten Bone Factors Related To The Incident On Adolescent Dysmenorrhoea Sman 1 Kahu District In Bone.* 2012
 11. Angelina A, Ridha A, Alamsyah D. Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Putri Di Sekolah Menengah Atas Kecamatan Sengah Temila Kabupaten Landak. *Jumantik.* 2018;5(1):8.
 12. Kumalasari Intan, Andryantoro Iwan. *Kesehatan Reproduksi.* Suslia Akila, Lestari Peni Puji, Editor. 2012. 13 P.
 13. Aditiara BE. *Hubungan Antar Usia Menarche Dengan Dismenorea.* 2018;
 14. Laila N.N. *Buku Pintar Menstruasi.* 2nd Ed. Desy W, Editor. 2018. 14 P.
 15. Latihan K. Factors That Related To Incidences Of Dysmenorrhea In 8 Th Semester Students Of Jenderal Soedirman University, Purwokerto 2018;
 17. Fillah. F.D.,S.Gz. MS. *Permasalahan Gizi Pada Remaja Putri.* 2014. 87 p.
 18. Nyoman N, Wijayaswari U, Purnawati S. *Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran.* Universitas Udayana. 2015: 1-9
 19. Rasmaliah, R.A. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenorea pada siswi Smk Swasta Istiqlal Kabupaten Deli Serdang.* 2014;
 20. Andari R. *Faktor- Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMA Dharma Pancasila Medan Tahun 2014.* 2014.