

[ISSN 2597- 6052](#)

# MPPKI

## Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia

### The Indonesian Journal of Health Promotion

Research Articles

Open Access

## Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian *Dismenorea* Primer pada Remaja Putri di SMK Farmasi Bhumihsada Jakarta Tahun 2021

### *Faktors Associated with the Incidence of Primary Dysmenorrhoea in Young Women at the Bhumihsada Jakarta Pharmacy Vocational School In 2021*

Dian Kholika Hamal<sup>1\*</sup>, Firda Juliana<sup>2</sup><sup>1</sup>Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Ilmu- Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Jakarta<sup>2</sup>Fakultas Ilmu-Ilmu Kesehatan, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA Jakarta, Indonesia\*Korespondensi Penulis : [dian\\_kholikahamal@uhamka.ac.id](mailto:dian_kholikahamal@uhamka.ac.id)

#### Abstrak

**Latar Belakang:** *Dismenorea* primer adalah nyeri pada saat menstruasi yang biasanya dijumpai tanpa adanya kelainan pada alat-alat reproduksi wanita. Biasanya *dismenorea* primer dirasakan dengan gejala seperti mual, muntah, pusing serta nyeri pada bagian bawah perut.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *dismenorea* primer pada remaja putri di SMK Farmasi Bhumi Husada Jakarta tahun 2021.

**Metode:** Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain studi *cross sectional*, menggunakan teknik total sampling dengan jumlah responden sebanyak 94. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner di *google form*.

**Hasil:** Hasil penelitian ini memperlihatkan bahwa sebanyak 77,7% remaja putri yang mengalami *dismenorea* primer. Sebanyak 56,4% dengan usia menarche tidak normal, 60,6% yang memiliki riwayat keluarga, dan 83% dengan kebiasaan olahraga tidak teratur, Hasil uji chi square menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia menarche, dan riwayat keluarga dengan kejadian *dismenorea* primer, sementara untuk kebiasaan olahraga tidak berhubungan dengan kejadian *dismenorea* primer.

**Kesimpulan:** Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi kejadian *dismenorea* primer.

**Kata Kunci:** *Dismenorea*; Primer; Remaja

#### Abstract

**Introduction:** Primary dysmenorrhea is pain during menstruation that is usually found without any abnormalities in the female reproductive organs. Usually primary dysmenorrhea is felt with symptoms such as nausea, vomiting, dizziness and pain in the lower part of the abdomen.

**Purpose:** This study aims to find out the factors associated with the incidence of primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMK Farmasi Bhumi Husada Jakarta in 2021.

**Method:** This type of research is quantitative research with a cross sectional study design, using total sampling techniques with a total of 94 respondents. Data collection is done using questionnaires in *google form*.

**Results:** The results of this study showed that as many as 77.7% of adolescent girls who experience primary dysmenorrhea. A total of 56.4% with abnormal menarche age, 60.6% who have a family history, and 83% with irregular exercise habits, chi square test results show that there is a relationship between menarche age, and history families with primary dysmenorrhea events, while for exercise habits are not associated with the incidence of primary dysmenorrhea.

**Conclusion:** This study concluded that there are several factors that may influence the incidence of primary dysmenorrhea.

**Keywords:** Dysmenorrhea, Primary, Teen

## PENDAHULUAN

*Dismenorea* primer yaitu rasa sakit hebat yang terjadi sebelum menstruasi atau pada saat menstruasi. Hal tersebut adalah salah satu masalah reproduksi yang paling sering dirasakan oleh wanita terutama wanita muda (6).

Dampak dari *dismenorea* primer untuk remaja putri, yaitu dapat menyebabkan ketidakkonsentrasi dalam jam belajar bahkan dapat menyebabkan siswi tertidur di kelas saat kegiatan belajar berlangsung akibat rasa nyeri yang dirasakan. Hal ini mempengaruhi hasil kinerja dibidang akademik dan non akademik. Semakin kuat rasa sakitnya, semakin banyak aktivitas belajar yang terganggu (2).

Menurut data WHO tahun 2013, terdapat 1.769.425 orang, diantaranya 10-15% wanita mengalami *dismenorea* primer. Prevalensi *dismenorea* tertinggi sering terjadi pada remaja putri, diperkirakan antara 1.592.482 orang. Sekitar 15% remaja melaporkan *dismenorea* primer. Kejadian *dismenorea* di dunia merupakan salah satu kejadian dengan angka yang cukup tinggi pada remaja putri yaitu dengan rata-rata 1.433.234 (1).

Berdasarkan riset yang dilakukan oleh Berkley tahun 2013 di Jawa Barat bahwa masalah menstruasi yang dirasakan remaja putri sebesar 90%, kemudian 50% diantaranya merasakan *dismenorea* primer, dan 10-20% diantaranya mengalami gejala serius. Sementara itu riset yang dilakukan oleh Kemenkes RI tahun 2016, bahwa angka kejadian *dismenorea* di Indonesia sebesar 64.25%, termasuk *dismenorea* primer sebanyak 54,89% dan *dismenorea* sekunder 9,36% (4).

Berdasarkan data BKKBN tahun 2015, Indonesia merupakan salah satu negara dengan penduduk usia 10-24 tahun yang berjumlah 64 juta jiwa atau 26,7% dari total penduduk (BKKBN, 2015). Adapun faktor penyebab *dismenorea* menurut teori Lowdermilk (2017) adalah *menarche* dini, dan *nulipara* (7).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti di SMK Farmasi Bhumi Husada Jakarta, menunjukkan dari 15 responden terdapat 10 remaja putri yang mengalami gejala *dismenorea* primer yaitu nyeri pada bagian bawah perut hingga menjalar ke pinggang, lemas, muntah, mual, serta nyeri kepala yang hebat.

Oleh karena itu, berdasarkan uraian di atas maka penelitian ini dilakukan dengan tujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian *dismenorea* primer pada remaja putri di SMK Farmasi Bhumi Husada Jakarta tahun 2021.

## METODE

Penelitian ini adalah penelitian analitik dengan pendekatan kuantitatif, menggunakan desain *cross sectional*. Variabel independen dalam penelitian ini adalah usia *menarche*, riwayat keluarga, stres, dan kebiasaan olahraga. Sementara untuk variabel dependen adalah *dismenorea* primer. Penelitian ini dilaksanakan di SMK Farmasi Bhumi Husada Jakarta. Waktu pengumpulan data dilakukan pada bulan Agustus 2021 – Oktober 2021.

Populasi yang digunakan adalah seluruh remaja putri di SMK Farmasi Bhumi Husada Jakarta tahun akademik 2020/2021 dan 2021/2022 yang berjumlah 109 remaja putri. Dari 109 remaja putri, diambil 15 untuk studi pendahuluan sehingga jumlah sampel setelah dikurangi responden studi pendahuluan adalah sebanyak 94 responden. Teknik sampling yang digunakan adalah total *sampling*, dengan kriteria inklusi yaitu telah mengalami *dismenorea* primer sejak 6-12 bulan dari haid pertama (*menarche*), dan bersedia menjadi responden. Untuk kriteria eksklusi yaitu responden yang tidak mengisi link *google form*. Dalam penelitian ini jenis data yang digunakan adalah data primer yang diperoleh dengan menggunakan kuesioner dalam bentuk *google form*.

Analisis data yang digunakan yaitu analisis univariat untuk menggambarkan distribusi frekuensi masing-masing variabel yang diteliti, dan analisis bivariat dilakukan untuk menguji hubungan variabel bebas (independen) dan variabel terikat (dependen) melalui uji statistik *chi-square* dengan derajat kepercayaan (*Confident Interval / CI*) = 95%, tingkat kemaknaan ( $\alpha = 0,05$ ).

## HASIL

Hasil analisis univariat dan bivariat pada variabel dependen dan independent dapat dilihat pada tabel berikut:

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian *Dismenorea* Primer Pada Remaja Putri Di SMK Farmasi Bhumi Husada Jakarta Tahun 2021

Variabel	Kategori	Frekuensi	
		N	%
	Normal (12 – 14 <sup>th</sup> )	41	43,6

Usia Menarche			
Tidak Normal (<12 <sup>th</sup> dan >14 <sup>th</sup> )	53	56,4	
Ada	57	60,6	
Riwayat Keluarga			
Tidak Ada	37	39,4	
Teratur	16	17,0	
Kebiasaan Olahraga			
Tidak Teratur	78	83,0	

Berdasarkan tabel 1, Responden dengan usia *menarche* tidak normal sebesar 56,4% lebih banyak di bandingkan dengan usia *menarche* normal sebesar 43,6%. Kemudian, responden yang memiliki riwayat keluarga *dismenorea* primer sebesar 60,6% lebih banyak di bandingkan dengan yang tidak memiliki riwayat keluarga *dismenorea* primer sebesar 39,4%.

Responden dengan kebiasaan olahraga tidak teratur sebesar 83% lebih banyak dibandingkan responden dengan olahraga teratur sebesar 17%, dan responden yang mengalami stress ringan sebesar 75,5% lebih banyak dibandingkan yang mengalami stress berat sebesar 24,5%.

**Tabel 2.** Distribusi Responden Berdasarkan Hubungan Usia *Menarche*, Riwayat Keluarga, Kebiasaan Olahraga, dan Stress Dengan Kejadian *Dismenorea* Primer

Variabel	Gejala Kejadian <i>Dismenorea</i> Primer						PR (95% CI)	Pvalue
	Ya		Tidak		Jumlah			
	n	%	n	%	N	%		
<b>Usia Menarche</b>								
Tidak normal	48	90,6%	5	9,4%	53	100%	1,485 (1,145 – 1,926)	0,002
Normal	25	61,0%	16	39,0%	41	100%		
<b>Riwayat Keluarga</b>								
Ada	49	86,0%	8	14,0%	57	100%	1,325 (1,023 – 1,718)	0,032
Tidak ada	24	64,9%	13	35,1%	37	100%		
<b>Kebiasaan Olahraga</b>								
Tidak teratur	63	80,8%	15	19,25%	78	100%	1,292 (0,871 – 1,918)	0,205
Teratur	10	52,5%	6	37,5%	16	100%		

Tabel 2 Menunjukkan bahwa lebih banyak responden yang mengalami usia *menarche* tidak normal 90,6% daripada responden yang mengalami usia *menarche* normal sebesar 61,0%. Hasil uji *chi square* menunjukkan ada hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian *dismenorea* primer. Hasil perhitungan *Prevalensi Rasio* (PR) menunjukkan responden yang mengalami usia *menarche* tidak normal berpeluang 1,485 kali mengalami *dismenorea* primer dari pada responden yang mengalami usia *menarche* normal (95% CI 0,952 – 1,409).

Untuk responden yang memiliki riwayat keluarga *dismenorea* primer yaitu 86,0% lebih banyak daripada responden yang tidak memiliki riwayat keluarga *dismenorea* primer sebesar 64,9%. Hasil uji *chi square* menunjukkan ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian *dismenorea* primer. Hasil *Perhitungan Ratio* (PR) menunjukkan responden dengan riwayat keluarga *dismenorea* berpeluang 1,325 kali mengalami *dismenorea* primer daripada responden yang tidak memiliki riwayat keluarga *dismenorea* primer (95% CI 0,938 – 1,421).

Responden yang memiliki kebiasaan olahraga tidak teratur sebesar 80,8% lebih banyak daripada responden yang memiliki kebiasaan olahraga teratur yaitu 62,5%. Hasil uji *chi square* menunjukkan tidak ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian *dismenorea* primer. Hasil perhitungan *Prevalensi Ratio* (PR)

menunjukkan responden dengan kebiasaan olahraga tidak teratur berpeluang 1,292 kali mengalami *dismenorea* primer daripada responden yang memiliki kebiasaan olahraga teratur (95% CI 0,871 – 1,918).

## PEMBAHASAN

### Kejadian *Dismenorea* Primer

Berdasarkan hasil penelitian ini, menunjukkan bahwa terdapat 77,7% remaja putri yang mengalami *dismenorea* primer dengan gejala nyeri di perut bagian bawah hingga ke pinggang, selain itu juga disertai gejala lain seperti cepat lelah, sakit kepala, dan mual/muntah. Remaja putri yang mengalami *dismenorea* primer disebabkan karena usia terlalu dini saat mengalami menstruasi sehingga organ reproduksi belum berfungsi secara maksimal dan dapat menyebabkan terjadinya siklus menstruasi yang lama.

Remaja putri yang mengalami siklus menstruasi yang tidak teratur, disertai dengan kecemasan atau kegelisahan dapat meningkatkan kadar *prostaglandin* dan gangguan *hormone* dalam tubuh yang dapat menimbulkan nyeri saat menstruasi. Selain itu, riwayat keluarga juga menjadi salah satu faktor terjadinya *dismenorea* primer (8).

### Usia *menarche* dengan kejadian *dismenorea* primer

Hasil uji statistik didapatkan  $p = 0,002$  yang berarti ada hubungan yang signifikan antara usia *menarche* dengan *dismenorea* primer. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Kristianingsih (2014), yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian *dismenorea* primer.

Usia *menarche* yang terlalu cepat dapat menimbulkan risiko terjadinya *dismenorea*, selain itu *menarche* dini dapat meningkatkan risiko terjadinya mioma 1,24 kali. Hal ini sesuai dengan penelitian Sophia, et all (2013), yang mengatakan bahwa usia ideal seorang wanita pada waktu pertama kali haid yaitu dengan rentang usia antara 12-14 tahun. Hasil uji statistik didapatkan  $PR = 1,485$  kali yang berarti remaja putri yang mengalami *menarche* tidak normal (kurang dari 12 tahun) berpeluang 1,4 kali mengalami *dismenorea* daripada remaja putri dengan usia *menarche* normal (9).

Peneliti berpendapat bahwa usia *menarche* adalah umur saat pertama kali mengalami haid yang terjadi pada masa pubertas seorang remaja putri. Usia *menarche* dikatakan normal yaitu terjadi pada usia 12 sampai 14 tahun, dan dikatakan usia *menarche* dini jika usia  $<12$  tahun. Pada usia *menarche* yang kurang dari 12 tahun, organ-organ reproduksi belum berfungsi secara maksimal dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, oleh karena itu akan timbul rasa sakit pada saat terjadinya menstruasi.

Hal ini sejalan dengan teori Sudjana (2019), yang menyatakan bahwa *menarche* merupakan menstruasi pertama dengan variasi usia yaitu antara 10-16 tahun. Namun, normalnya yaitu 12-14 tahun yang menyatakan waktu pertama kali saat haid dapat dipengaruhi faktor keturunan, keadaan gizi dan kesehatan (9).

### Riwayat keluarga dengan kejadian *dismenorea* primer

Hasil uji statistik didapatkan nilai  $p = 0,032$  hal ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dengan kejadian *dismenorea* primer. Oleh karena itu, jika ibu memiliki riwayat *dismenorea*, maka anak perempuannya akan memiliki peluang yang besar untuk mengalami hal yang sama.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mouliza (2020), yang menyatakan bahwa ada hubungan riwayat penyakit pada keluarga dan genetik yang berkaitan dengan terjadinya *dismenorea* primer. Juga didukung oleh penelitian Juliana (2018), yaitu ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian *dismenorea* (3).

Peneliti berpendapat bahwa orang tua yang memiliki riwayat *dismenorea* primer berpeluang memiliki anak perempuan yang juga akan mengalami *dismenorea* primer ketika memasuki usia *menarche*. Hal ini sejalan dengan teori Sulistyowati (2015), yang mengemukakan bahwa riwayat keluarga berpengaruh terhadap timbulnya *dismenorea* primer, misalnya ibu atau keluarga sedarah yang pernah mengalami kejadian *dismenorea* primer akan memiliki pengaruh terhadap anak yang mengalami *dismenorea* primer (10).

### Kebiasaan olahraga dengan kejadian *dismenorea* primer

Hasil uji *chi square* menunjukkan  $p = 0,205$ , yang berarti tidak ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan *dismenorea* primer. Hasil uji statistik didapatkan  $PR = 1,292$  (0,871 – 1,918), menunjukkan bahwa remaja putri dengan olahraga tidak teratur memiliki peluang 1,2 kali terkena *dismenorea* daripada remaja putri yang melakukan olahraga secara teratur.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Fajaryati (2018), bahwa tidak ada hubungan kebiasaan olahraga dengan *dismenorea* primer dengan nilai  $p = 0,275$ . Penelitian ini tidak berhubungan kemungkinan disebabkan pada masa remaja aktivitas fisik diluar kegiatan olahraga masih tinggi.

Peneliti berpendapat bahwa bila remaja putri melakukan olahraga secara teratur setidaknya satu minggu minimal 3 kali sekitar 30 menit – 1 jam dapat mencegah terjadinya *dismenorea* primer, yaitu dengan membiasakan olahraga seperti berjalan santai, jogging ringan, berenang, senam maupun bersepeda sesuai dengan kondisi masing-masing tubuh seseorang.

## KESIMPULAN

Penelitian ini menyimpulkan bahwa adanya hubungan yang signifikan antara usia *menarche*, dan riwayat keluarga dengan kejadian *dismenorea* primer. Sedangkan, variabel kebiasaan olahraga tidak ada hubungan dengan kejadian *dismenorea* primer.

## SARAN

Untuk menghindari kejadian *dismenorea* primer disarankan agar remaja secara rutin menjaga kesehatan organ reproduksi sejak menstruasi pertama atau *menarche* terutama bagi yang mempunyai riwayat keluarga dan juga yang mengalami *menarche* dini, serta mengontrol aktivitas fisik dengan cara melakukan olahraga secara teratur.

## DAFTAR PUSTAKA

1. Arista, M. P. (2017). Hubungan Tingkat stres dengan Kejadian Dysmenorrhea pada Remaja Putri di MAN 1 Kota Madiun. Doctoral Dissertation.
2. Budiarti, A. (2018). Hubungan Status Gizi Dan Aktivitas Olahraga Terhadap Kejadian Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di Sma Wachid Hasyim 2 Taman. *Journal of Health Sciences*, 11(1),79–84. <https://doi.org/10.33086/jhs.v11i1.121>
3. Ilmi, M. B., Fahrurazi, & Mahrita. (2017). Dysmenorrhea As a Stress Factor in Teenage Girls of Class X and. *Jurnal Kesehatan Masyarakat Khatalustiwa*.
4. Kemenkes RI. (2018). Profil Kesehatan Indonesia 2018 [Indonesia Health Profile 2018]. Retrieved from [http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi\\_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf](http://www.depkes.go.id/resources/download/pusdatin/profil-kesehatan-indonesia/Data-dan-Informasi_Profil-Kesehatan-Indonesia-2018.pdf)
5. Oktorika, P., Indrawati, I(2020). Hubungan Index Masa Tubuh (Imt) Dengan Skala Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Kampar. *Jurnal Kesehatan Masyarakat* 4(23), 122–129. Retrieved from <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1138>
6. Rachma, A. (2012). Gambaran derajat dismenore dan upaya penanganannya pada siswi sekolah menengah kejuruan arjuna depok Jawa Barat. 66, 37-39.
7. Lowdermilk, dkk (2017). Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswi Smk Perbankan Simpang Haru Padang. *Jurnal Endurance*, 2(1), 37. <https://doi.org/10.22216/jen.v2i1.278>
8. Ningsih, N. E. R. (2019). Aplikasi Akupresure Untuk Mengatasi Dismenore Pada Remaja. 64.
9. Sudjana, 2015. (2019). Hubungan Antara Lemak Subkutan, Indeks Massa Tubuh, Kadar Hemoglobin Dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di SMAN 1 Sumberpucung. *Jurnal Pendidikan Kesehatan*, 8(2), 176–188. Retrieved from <http://ojs.poltekkes-malang.ac.id/index.php/jpk/article/view/1071>
10. Sulistyowati, 2015. (2015). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Disminore Di SMAN 5 Pekanbaru. *STIKes Tuanku Tambusai*, (4), 20–28.