

ISSN 2597- 6052

MPPKI

Media Publikasi Promosi Kesehatan Indonesia

The Indonesian Journal of Health Promotion

Research Articles**Open Access**

Hubungan Kejadian Dismenore dengan Kualitas Hidup Siswi Kelas X dan Kelas XI di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2022

The Relationship of the Incidence of Dysmenorrhea with the Quality of Life of Class X and Class XI Students at Senior High School 1 Rantau Tapin Regency in 2022

Noor Savna Lisda Amalia^{1*}, Norfai², Abdullah³^{1,2,3}Program Studi Kesehatan Masyarakat, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin*Korespondensi Penulis : ipeachyou25@gmail.com**Abstrak**

Latar belakang: Pertumbuhan pada remaja disebut dengan pubertas. Salah satu tanda seseorang yang mengalami pubertas adalah terjadinya menstruasi. Beberapa gangguan menstruasi dapat menyebabkan ketidaknyamanan fisik yang mampu mengganggu aktivitas, salah satunya adalah dismenore. Dismenore adalah nyeri saat menstruasi atau sebelum menstruasi. Dampak dari dismenore mampu mengganggu fungsi fisik, emosional, sosial dan sekolah dan mempengaruhi kualitas hidup.

Tujuan: Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kejadian dismenore dengan kualitas hidup siswi kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau.

Metode: Jenis penelitian ini adalah survei analitik dengan desain penelitian *cross sectional*. Besar sampel penelitian ini berjumlah 64 responden dengan cara pengambilan sampel menggunakan *stratified random sampling*. Uji statistik menggunakan *uji Chi Square* dengan tingkat kepercayaan 95%.

Hasil: Hasil penelitian ini menunjukkan ada hubungan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup siswi kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin tahun 2022 dengan *p-value* (0,006).

Kesimpulan: Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa siswi yang mengalami dismenore sebanyak 52 orang (81,3%) dan siswi yang tidak mengalami dismenore sebanyak 12 orang (18,8%), sebanyak 36 siswi memiliki kualitas hidup yang kurang (56,3%) dan sisanya memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 28 siswi (43,8%) serta adanya hubungan yang signifikan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup siswi di kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau yaitu *p-value* (0,006) $< \alpha$ (0,05).

Kata Kunci: Kejadian Dismenore; Kualitas Hidup

Abstract

Introduction: Growth in adolescents is called puberty. One of the signs of a person experiencing puberty is the occurrence of menstruation. Some menstrual disorders can cause physical discomfort that can interfere with activities, one of which is dysmenorrhea. Dysmenorrhea is pain during menstruation or before menstruation. The impact of dysmenorrhea is able to interfere with physical, emotional, social and school functioning and affect quality of life.

Objective: The study purpose is to analysis the relationship between dysmenorrhea and life qualities students 10th grade and 11st grade at SMAN 1 Rantau.

Method: This type of research is an analytical survey with cross sectional research design. The large sample of this study amounted to 64 respondents by sampling using stratified random sampling. Statistical test using Chi Square test with 95% confidence level.

Result: The results of this study show that there is a relationship between the incidence of dysmenorrhea and the quality of life of Class X and Class XI students at SMAN 1 Rantau Tapin Regency in 2022 with a *p-value* (0.006).

Conclusion: Based on the results of the study it can be concluded that students who experience Dysmenorrhea as many as 52 people (81.3%) and students who do not experience Dysmenorrhea as many as 12 people (18.8%), as many as 36 students have a poor quality of life (56.3%) and the rest have a good quality of life as many as 28 students (43.8%) and a significant relationship between the incidence of dysmenorrhea with the quality of life of students in Class X and Class XI at SMAN 1 Rantau, namely *p-value* (0.006) $< \alpha$ (0.05).

Keywords: Dysmenorrhea, Quality of life

PENDAHULUAN

Perkembangan pada remaja ditandai dengan adanya pubertas. Untuk perempuan biasanya tanda seseorang mengalami pubertas adalah menstruasi. Namun tidak dapat dipungkiri bahwa pada sebagian perempuan yang mengalami pubertas mengalami gangguan seperti dismenore (1). Prevalensi kejadian dismenore di seluruh dunia sangatlah tinggi, rata-rata menunjukkan ada lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami kejadian dismenore. Di Indonesia angka kejadian dismenore mencapai 60-70% perempuan yang mengalami hal tersebut (2). Kejadian dismenore menjadi suatu masalah besar bagi wanita Indonesia. Fakta menyebutkan 70-90% kasus dismenore ini terjadi ketika masa pubertas, kemudian 40-70% wanita selama masa regenerasi mengalami dismenore (3).

Dismenore merupakan keluhan yang dialami di perut bagian bawah, namun belakangan ini diketahui nyeri tersebut tidak hanya dirasakan dibagian perut bagian bawah saja, terkadang dibagian punggung bagian bawah, pinggang, panggul, otot paha atau betis (4). Dismenore adalah penyakit yang sudah cukup lama dikenal, nyeri ini dapat disertai mual, muntah diare, berkeriang dingin dan pusing (4). Dismenore ini juga mempengaruhi berbagai perubahan fisiologis dan mental setiap wanita yang mengganggu kualitas hidupnya (3).

Kualitas hidup adalah persepsi individu pada posisinya di dalam kehidupan, budaya, sistem individu, tujuan hidup, harapan, standar, dan hal lain yang terkait. Masalah yang ada pada kualitas hidup sangat luas seperti terjadinya masalah kesehatan fisik, status psikologi, tingkat kebebasan, hubungan sosial dan lingkungan (5). Sekolah merupakan hal penting bagi anak-anak untuk memperoleh ilmu. Selain itu, pengaruh besar dari lingkungan sekolah sangatlah penting, di mana ia dapat berinteraksi dengan teman-temannya, berinteraksi dengan guru dan juga menjadi tempat untuk mengembangkan diri dan potensi akademik yang dimiliki (6).

Mengalami dismenore saat di sekolah pada remaja putri dapat berdampak pada dimensi sekolah para siswi seperti berkurangnya konsentrasi, menjadi pelupa akibat nyeri yang dialami, kesulitan mengerjakan tugas, tidak bersemangat, izin untuk tidak masuk sekolah atau bahkan meminta izin untuk pulang karena nyeri yang dialami. Diketahui seseorang yang mengalami dismenore juga berdampak pada dimensi emosionalnya. Nyeri yang dirasakan dapat menyebabkan rasa sedih, murung, tertekan hingga menimbulkan depresi akibat kekhawatiran mengenai apa yang terjadi pada dirinya (3). Gangguan lain akibat dismenore juga dapat berdampak pada dimensi sosial yang meliputi hubungan keluarga dan teman-teman terganggu akibat perasaan yang lebih sensitif saat menahan rasa nyeri serta keterbatasan dalam mengikuti aktifitas sosial bersama teman-temannya (7), sehingga rasa nyeri yang diakibatkan oleh kejadian dismenore dengan derajat keparahan yang berbeda dapat menurunkan kualitas hidup pada siswi dan menyebabkan kualitas pendidikan pada sekolah tidak maksimal.

Berdasarkan penelitian Jilpani di beberapa SMA di Kabupaten Barito Timur menyebutkan hasil data yang didapat pada tahun 2017 bahwa sebanyak 7,4% siswi terdata berobat ke UKS saat jam pelajaran karena mengalami dismenore (8). Pada tahun 2018 terdapat peningkatan pada siswi yang berobat ke UKS yaitu mencapai 8,7%. Dan pada 2019 semakin banyak siswi yang berobat ke UKS yaitu mencapai angka 10,1%. Sedangkan siswi yang memilih absen tidak masuk sekolah dan memilih beristirahat di rumah mencapai 4,5%.

SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin merupakan salah satu sekolah unggulan yang ada di Kabupaten Tapin. Sekolah ini tentunya berusaha melahirkan siswa-siswi yang cerdas dalam bidang akademik tentunya tanpa ada gangguan kesehatan pada siswa-siswi sekolah tersebut. Salah satunya menghindari penyakit dismenore pada siswa-siswi sekolah tersebut. Sehingga perlu adanya kajian penelitian mengenai pengaruh hubungan dismenore terhadap kualitas hidup siswa kelas X dan X1 di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin. Artinya penelitian ini tidak hanya focus pada Analisa dampak dismenore pada siswi saja, namun juga menghubungkan dengan dampak kualitas hidup siswi di sekolah tersebut. Tujuannya dapat menganalisa dan memahami hubungan dismenore terhadap kualitas hidup siswa kelas X dan X1 di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin tahun 2022.

METODE

Metode penelitian ini menggunakan survei analitik dengan pendekatan *Cross-Sectional* (potong silang). Besar sampel dalam penelitian ini sebanyak 64 siswi perempuan di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin menggunakan rumus Slovin. Pengambilan sampel secara *stratified random sampling*. Instrumen penelitian yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan kuesioner untuk mengukur kejadian dismenore dan kuesioner *pediatric quality of life 4.0 generic module (pedsQL) teens report 13-18 age* untuk mengukur kualitas hidup remaja di sekolah.

Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel bebas (variabel independen) yaitu kejadian dismenore dan variabel terikat (variabel dependen) yaitu kualitas hidup. Analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis univariat dan analisis bivariat. Uji statistik yang digunakan adalah uji *Chi Square Test*.

HASIL**Karakteristik Responden****Tabel 1.** Karakteristik Responden Berdasarkan Usia, Kelas, Usia Menarche (pertama kali menstruasi), Lama Pendarahan Haid dan Derajat Dismenore Pada Siswi Kelas X dan Kelas XI di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2022

Karakteristik	n	%
Usia		
15 tahun	1	1,6
16 tahun	34	53,1
17 tahun	24	37,5
18 tahun	5	7,8
Kelas		
X	36	56,3
XI	28	43,8
Usia Menarche		
9 tahun	2	3,1
10 tahun	2	3,1
11 tahun	8	12,5
12 tahun	32	50
13 tahun	11	17,2
14 tahun	6	9,4
15 tahun	3	4,7
Lama Pendarahan Haid		
< 7 hari	30	46,9
> 7 hari	34	53,1
Derajat Dismenore		
Tidak Sakit	12	18,8
Ringan	20	31,3
Sedang	25	39,1
Berat	7	10,9
Total	64	100

Berdasarkan Tabel 1. dapat diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 16 tahun sebanyak 34 siswi (53,1%), responden berdasarkan kelas sebagian besar berada di kelas X sebanyak 36 siswi (56,3%), responden sebagian besar mengalami menstruasi pada umur 12 tahun sebanyak 32 siswi (50%), dan sebagian besar responden mengalami lama pendarahan haid selama > 7 hari sebanyak 34 siswi (52,1%).

Analisis Univariat**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Kejadian Dismenore dan Kualitas Hidup di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2022

Variabel	n	%
Kejadian Dismenore		
Dismenore	52	81,3
Tidak Dismenore	12	18,8
Kualitas Hidup		
Baik	28	43,8
Kurang	36	56,3
Total	64	100

Berdasarkan Tabel 2. Dapat diketahui sebagian besar responden mengalami kejadian dismenore sebanyak 52 siswi (81,3%), dan sebagian besar responden yang mengalami derajat dismenore pada tingkat sedang sebanyak 25 siswi (39,2%).

Analisis Bivariat

Tabel 3. Tabulasi Silang Hubungan Kejadian Dismenore Dengan Kualitas Hidup di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2022.

Variabel	Kualitas Hidup				Total		<i>p-value</i>
	Baik		Kurang		n	%	
	n	%	n	%			
Kejadian Dismenore							
Dismenore	18	34,6	34	65,4	52	100	0,006
Tidak Dismenore	10	83,3	2	16,7	12	100	
Total	28	43.8	36	56.3	64	100	

Berdasarkan Tabel 3. Dapat diketahui responden yang mengalami kejadian dismenore sebanyak 52 siswi, sebagian besar memiliki kualitas hidup yang kurang sebanyak 34 siswi (65,4%). Sedangkan siswi perempuan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 12 siswi, sebagian besar memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 10 siswi (83,3%). Sebagian besar responden memiliki kualitas hidup yang kurang sebanyak 36 siswi (56,3%) dan yang memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 28 siswi (43,8%). Dari hasil analisis uji statistik *Chi Square* didapatkan *p-value* sebesar 0,006 dan nilai $\alpha = 0,05$ sehingga $p\text{-value} < \alpha$ ($0,006 < 0,05$) dengan demikian Hipotesis Alternatif (H_a) diterima yang berarti ada hubungan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup pada siswi kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2022. Dari hasil penelitian ini dapat disimpulkan bahwa kejadian dismenore yang dialami dengan derajat yang berbeda seperti ringan, sedang, dan berat maupun yang tidak mengalami dismenore tidak menutup kemungkinan akan mengalami penurunan pada kualitas hidupnya.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1. Sebagian besar remaja berada pada usia 16 tahun, yaitu sebanyak 34 siswi (53,1%). Hal ini ditunjukkan oleh Sayiner et al (3) pada penelitiannya menunjukkan bahwa usia rata-rata remaja yang mengalami dismenore adalah 16 tahun. Pada usia ini seharusnya remaja sudah mulai mengembangkan kematangan tingkah laku dan belajar mengendalikan emosi (9). Bertambahnya usia akan menyebabkan persepsi rasa nyeri dan toleransi nyeri lebih kecil sehingga berdampak pada berkurangnya rasa sakit.

Usia 12 tahun mendominasi usia *menarche* para responden pada tabel 1, yaitu sebanyak 32 siswi (50%). Sejalan dengan penelitian Charu et al (10) menemukan bahwa usia *menarche* yang paling banyak terjadi adalah pada usia 12-14 tahun. Dismenore sering terjadi 2-3 tahun setelah usia *menarche* (11). Semakin bertambah usia, maka kualitas hidup remaja semakin berkurang dibandingkan usia dibawahnya (11). Hal ini dapat menjadi salah satu alasan mengapa dismenore terjadi lebih berat pada 2-3 tahun setelah *menarche*, bukan pada usia *menarche* itu sendiri.

Lama pendarahan haid yang dialami siswi kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau pada tabel 1 sebagian besar mengalami selama > 7 hari, yaitu sebanyak 34 siswi (53,1%). Sejalan dengan Mouliza (4) pada penelitiannya bahwa lama pendarahan haid yang paling banyak terjadi selama > 7 hari. Hal ini menyebutkan seseorang yang memiliki lama menstruasi tidak normal dan mengalami dismenore dikarenakan menstruasi terjadi lebih lama mengakibatkan uterus lebih sering berkontraksi dan semakin banyak prostaglandin yang dikeluarkan secara berlebih yang mengakibatkan rasa nyeri sedangkan kontraksi uterus yang terus menerus menyebabkan suplay darah ke uterus terhenti dan terjadi dismenore.

Pada tabel 1 sebagian besar siswi perempuan kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau mengalami dismenore pada tingkat sedang, yaitu 25 siswi (39,1%) dimana rasa nyeri yang dirasakan hanya memerlukan obat penghilang rasa nyeri sehingga siswi masih dapat melakukan kegiatannya selama di sekolah. Semakin berat derajat dismenore yang dialami siswi maka akan semakin berefek negatif pada kegiatannya selama di sekolah.

Analisis Univariat

Pada tabel 2 diketahui kejadian dismenore pada siswi kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau menunjukkan bahwa lebih banyak siswi perempuan yang mengalami dismenore yaitu sebanyak 52 siswi (81,3%). Dismenore (nyeri haid) salah satu masalah kesehatan yaitu menstrual disorder yang disebut irregular menstrual period. Bagi sebagian wanita, saat terjadinya menstruasi dapat membuat rasa cemas apabila rasa nyeri luar biasa tiba (12).

Hasil penelitian pada tabel 2 berdasarkan kualitas hidup secara umum pada siswi perempuan kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau diketahui bahwa dari 64 responden menunjukkan bahwa lebih banyak siswi perempuan yang memiliki kualitas hidup yang kurang yaitu sebanyak 36 orang (56,3%). Kualitas hidup adalah

persepsi atas kehidupan yang dijalani seseorang sesuai budaya dan nilai-nilai lingkungan tempat tinggalnya serta membandingkan kehidupan dengan tujuan, harapan, standard dan tujuan yang sudah ditentukan oleh seseorang (9). Kualitas hidup individu dapat menikmati hal-hal yang memungkinkan yang terpenting dari hidupnya. Kualitas hidup sebagai kesejahteraan umum yang keseluruhannya terdiri dari evaluasi objektif dan subjektif yang berasal dari fisik, materi, sosial maupun emosional bersama dengan pengembangan diri dan tujuan aktivitas yang ditimbang oleh nilai-nilai pribadi (12).

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki fungsi fisik yang kurang sebanyak 38 siswi (59,4%), sebagian besar responden memiliki fungsi emosional yang kurang sebanyak 40 siswi (62,5%), sebagian besar responden memiliki fungsi sosial yang kurang, yaitu sebanyak 41 siswi (64,1%), sebagian besar responden memiliki fungsi fisik sekolah yang kurang, yaitu sebanyak 33 siswi (51,6%).

Dari hasil penelitian ini pada tabel 2 berdasarkan dimensi fungsi fisik pada kualitas hidup siswi kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau diketahui bahwa dari 64 responden menunjukkan bahwa lebih banyak siswi yang memiliki fungsi fisik yang kurang, yaitu sebanyak 38 siswi (59,4%). Remaja yang mengalami dismenore mengalami keterbatasan dalam berjalan lebih dari 100 meter, berlari, melakukan olahraga, mengangkat beban yang berat, mengerjakan pekerjaan rumah, merasa kesakitan, serta merasa lemah saat merasakan dismenore (2). Siswi yang mengalami kejadian dismenore sebanyak 52 siswi (81,3%) mengalami gangguan pada dimensi fisik. Dimensi fisik yang terganggu pada saat seorang remaja mengalami dismenore diakibatkan oleh rasa nyeri saat menstruasi. Seharusnya, setiap remaja yang mengalami dismenore dapat melakukan aktivitas seperti biasanya, namun nyeri yang dirasakan justru membatasinya.

Hasil penelitian ini pada tabel 2 menunjukkan bahwa lebih banyak siswi yang memiliki fungsi emosional yang kurang, yaitu sebanyak 40 siswi (62,5%). Kecenderungan para remaja yang mengalami dismenore setiap kali menstruasi akan menambah kecemasan dan kekhawatiran dalam menghadapi menstruasi di bulan berikutnya (13). Hal ini akan berdampak pada kejadian dismenore yang lebih berisiko terjadi akibat siklus kecemasan yang mereka alami. Siswi yang mengalami dismenore sebanyak 52 siswi (81,3%) memiliki kualitas hidup yang rendah pada dimensi emosional sebanyak 40 siswi (62,5%). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sayiner et al (3) menyatakan bahwa dismenore yang dirasakan akan menyebabkan remaja merasa sedih, murung, tertekan dan kadang hingga menimbulkan depresi akibat kekhawatiran mengenai apa yang terjadi pada dirinya.

Hasil penelitian ini pada tabel 2 berdasarkan dimensi fungsi sosial pada kualitas hidup siswi kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau diketahui bahwa dari 64 responden menunjukkan bahwa lebih banyak siswi yang memiliki fungsi sosial yang kurang, yaitu sebanyak 41 siswi (64,1%). Makna teman bagi remaja sangatlah penting baik di lingkungan rumah maupun di lingkungan sekolah, karena di usia remaja memiliki hubungan yang baik dengan teman serta dapat bergabung dalam melakukan peran bersama teman adalah hal penting bagi remaja (14). Penelitian ini menjelaskan bahwa sebanyak 41 siswi (64,1%) dari 64 responden berada pada kualitas hidup yang kurang pada dimensi sosial. Hal ini bertentangan dengan penelitian Dewi et al (7) yang menyatakan siswi yang mengalami dismenore tetap dapat beradaptasi dengan nyeri dalam berhubungan sosial dengan teman-temannya. Namun, penelitian ini sejalan dengan penelitian Chaudhuri et al (12) menyatakan bahwa dismenore berdampak pada hubungan bersama keluarga seperti penurunan intensitas kebersamaan, ingin pergi meninggalkan rumah, serta merasa tidak peduli, juga berdampak pada hubungan bersama teman seperti mudah tersinggung, membatasi dalam berkomunikasi, ingin menjauh dari kegiatan yang biasa dilakukan, serta menjadi orang yang tidak menyenangkan.

Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil penelitian ini pada tabel 3 sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Mariappen et al (15) menyatakan adanya hubungan yang signifikan antara masalah menstruasi dengan kualitas hidup remaja di mana siswi yang mengalami dismenore memilih untuk absen tidak masuk sekolah, memiliki keterbatasan untuk berkonsentrasi, tidak dapat mengikuti pelajaran olahraga dan aktivitas sekolah lainnya yang dapat berdampak negatif di masa sekolah dan berlanjut pada masa yang akan datang. Penelitian lain yang juga sejalan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan Sayiner et al (3) yang mengatakan adanya hubungan yang signifikan terhadap kejadian dismenore dengan kualitas hidup.

Penelitian berdasarkan dimensi sekolah pada kualitas hidup siswi kelas X dan XI di SMAN 1 Rantau yang mengalami kejadian dismenore menunjukkan bahwa lebih banyak siswi yang memiliki fungsi sekolah yang kurang, hal ini bertentangan dengan penelitian Dewi et al (7) menyatakan bahwa bahwa belajar merupakan kewajiban yang tidak dapat dikesampingkan dan mereka memiliki tanggung jawab untuk tetap mengikuti semua proses belajar mengajar dan tidak ingin prestasi di sekolah menurun meskipun merasakan dismenore. Namun, penelitian ini sejalan dengan penelitian Mariappen et al (15) menyatakan bahwa siswi yang mengalami dismenore memilih untuk izin tidak masuk sekolah, tidak dapat berkonsentrasi, tidak dapat berpartisipasi dalam pelajaran olahraga atau aktivitas fisik sekolah yang memiliki konsekuensi jangka panjang bagi siswi dengan masalah menstruasi. Hal

lainnya pengaruh besar dari lingkungan sekolah bagi remaja sangatlah penting, dimana ia dapat berinteraksi dengan teman-temannya, guru juga tempat ia mengembangkan diri dan potensi akademik yang dimiliki (12).

Kejadian dismenore yang dialami saat menstruasi dapat menimbulkan rasa nyeri pada bagian perut bawah, daerah pantat dan sisi medial paha pada seseorang yang mampu mengganggu aktivitas sehari-hari, menimbulkan kecemasan atau kekhawatiran, menjadi sedih atau murung sehingga membuat seseorang lebih tersinggung, membatasi dalam berkomunikasi, ingin menjauh dari kegiatan yang biasa dilakukan sehingga dapat mengurangi kualitas hidup seseorang. Gangguan fisik (kram perut, mual, muntah, sakit punggung, lemas) dan psikososial yang dialami saat dismenore dapat berpengaruh pada kualitas hidup, aktivitas remaja, hubungan sosial bersama teman-teman maupun orang lain di sekitarnya, efek pada prestasi akademik siswa seperti absen dalam mengikuti pembelajaran di sekolah, ketidakmampuan berkonsentrasi pada saat pembelajaran, keterbatasan pada kegiatan olahraga, kesulitan mengerjakan pekerjaan rumah dan mengikuti tes juga kegiatan praktik di sekolah (13).

Penelitian ini menyatakan kejadian dismenore berhubungan dengan kualitas hidup karena siswi yang mengalami kejadian dismenore memiliki keterbatasan beraktivitas di sekolah dan mengalami ketidakfokusan saat pembelajaran berlangsung, mengalami emosional yang naik turun sehingga mengalami gangguan saat bersosial dengan teman-temannya, sedangkan siswi yang tidak mengalami kejadian dismenore mampu beraktivitas dengan baik dan berkonsentrasi saat pembelajaran berlangsung, memiliki emosional yang stabil dan mampu berinteraksi dengan baik bersama teman-temannya. Siswi yang tidak mengalami dismenore, maka kualitas hidupnya semakin baik, sebaliknya siswi yang mengalami dismenore, maka kualitas hidupnya berkurang.

KESIMPULAN

Studi ini menyimpulkan bahwa siswi yang mengalami dismenore sebanyak 52 orang (81,3%) dan siswi yang tidak mengalami dismenore sebanyak 12 orang (18,8%), sebanyak 36 siswi memiliki kualitas hidup yang kurang (56,3%) dan sisanya memiliki kualitas hidup yang baik sebanyak 28 siswi (43,8%). Adanya hubungan yang signifikan antara kejadian dismenore dengan kualitas hidup siswi di kelas X dan kelas XI di SMAN 1 Rantau Kabupaten Tapin Tahun 2022 yaitu $p\text{-value } (0,006) < \alpha (0,05)$.

SARAN

Disarankan bagi institusi pendidikan melakukan upaya dalam pemberian informasi untuk menambah pengetahuan tentang kesehatan reproduksi khususnya tentang kejadian dismenore dan kualitas hidup seseorang yang mengalami permasalahan tentang kesehatan reproduksi kepada pelajar khususnya siswi perempuan. Bagi peneliti selanjutnya diharapkan dapat meneliti lebih lanjut dengan melakukan penelitian pada kejadian dismenore dengan asupan gizi/pola konsumsi, status gizi, kebiasaan olahraga dan lama pendarahan haid yang dapat mempengaruhi kejadian dismenore, serta menggunakan lebih banyak sumber untuk mencari informasi tentang kejadian dismenore.

DAFTAR PUSTAKA

1. Irianti, B. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Pada Remaja. 2018: XII(10) [online]. <http://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewFile/1007/863> [diakses 11 maret 2022]
2. Varni, J. W., Burwinkle, T. M., & Lane, M. M. Health-related quality of life measurement in pediatric clinical practice: An appraisal and precept for future research and application. *Health and Quality of Life Outcomes* 2005: 3:1, 3(1), 1–9 [online]. <https://doi.org/10.1186/1477-7525-3-34> [diakses 23 maret 2022]
3. Sayiner, F. D., Özerdoğan, N., Aydın, Y., Aslantaş, D., & Hassa, H. Relationship Between Life Qualities Of Adolescents And Dysmenorrhoea. *Biomedical Research*. 2017. 28(20):8711-8716 [online]. https://www.researchgate.net/publication/322274200_Relationship_between_life_qualities_of_adolescents_and_dysmenorrhoea [diakses 20 maret 2022]
4. Mouliza, N. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di MTS Negeri 3 Medan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 2020: 20(2):545 [online]. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v20i2.912> [diakses 25 maret 2022]
5. Jacob, D. E., & Sandjaya. Faktor faktor yang mempengaruhi kualitas hidup masyarakat Karubaga district sub district Tolikara propinsi Papua. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan (JNIK)*. 2018: 1(69), 1–16 [online]. <https://journal.unhas.ac.id/index.php/jnik/artikel/view/4281> [diakses 04 april 2022]
6. Banikarim, C., Chacko, M. R., & Kelder, S. H. Prevalence and impact of dysmenorrhea on hispanic female adolescents. *Archives of Pediatrics and Adolescent Medicine*. 2000:154(12), 1226–1229 [online]. <https://doi.org/10.1001/archpedi.154.12.1226> [diakses 04 april 2022]
7. Dewi, N. P., Solehati, T., & Hidayati, N. O. Kualitas Hidup Remaja Yang Mengalami Dismenore Di Smk Negeri 2 Sumedang. *Jurnal Ilmiah Manuntung*. 2018: 4(2):129 [online]. <https://doi.org/10.51352/jim.v4i2.192> [diakses 11 maret 2022]

8. Jilpani, R. Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Aktivitas Fisik Siswi Dengan Kejadian Dismenorea Di Sman 1 Raren Batuah Kabupaten Barito Timur Tahun 2020. Skripsi Sarjana Fakultas Kesehatan Masyarakat. 2020: Universitas Islam Kalimantan Muhammad Arsyad Al Banjari Banjarmasin.
9. Endarti, A. T. Kualitas Hidup Kesehatan: Konsep, Model, Dan Penggunaan. Jurnal Ilmiah Kesehatan. 2015. 7(2) [online]. <http://lp3m.thamrin.ac.id/upload/jurnal/JURNAL-1519375940.pdf> [diakses 03 april 2022]
10. Charu, S., Amita, R., Sujoy, R., & Thomas, G. A. Menstrual characteristics and Prevalence and Eff ect of Dysmenorrhea on Quality of Life of medical student. International Journal Of Public Health. 2012: 4(4):276-94 [online]. <https://www.iomcworld.org/abstract/menstrual-characteristics-and-prevalence-and-effect-of-dysmenorrhea-on-quality-of-life-of-medical-students-18509.html> [diakses 14 maret 2022]
11. Michel, G., Bisegger, C., Fuhr, D. C., & Abel, T. Age and gender differences in health-related quality of life of children and adolescents in Europe: a multilevel analysis. Quality of Life Research. 2009 :18:9, 18(9), 1147–1157 [online]. <https://doi.org/10.1007/S11136-009-9538-3> [diakses 23 maret 2022]
12. Chaudhuri, A., Singh, A., & Dhaliwal, L. A Randomised Controlled Trial Of Exercise And Hot Water Bottle In The Management Of Dysmenorrhoea In School Girls Of Chandigarh, India. National Library Of Medicine. 2013: 57(2) [online]. <https://pubmed.ncbi.nlm.nih.gov/24617160/> [diakses 20 maret 2022]
13. Li, L., Huangfu, L., Chai, H., He, W., Song, H., Zou, X., & Wang, W. Development of a Functional and Emotional Measure of Dysmenorrhea (FEMD) in Chinese University Women. National Library Of Medicine. 2012: 33(2):97-108 [online]. <https://doi.org/10.1080/07399332.2011.603863> [diakses 23 maret 2022]
14. Helseth, S., & Misvær, N. Adolescents' perceptions of quality of life: what it is and what matters. Journal of Clinical Nursing. 2010: 19(9–10), 1454–1461 [online]. <https://doi.org/10.1111/J.1365-2702.2009.03069.X> [diakses 05 april 2022].
15. Mariappen, U., Chew, K. T., Zainuddin, A. A., Mahdy, Z. A., Ghani, N. A. A., & Grover, S. Quality Of Life Of Adolescents With Menstrual Problems In Klang Valley, Malaysia: a school population-based cross-sectional study. National Library Of Medicine. 2021: 4;12(1) [online]. <https://doi.org/10.1136> [diakses 15 maret 2022]