



FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN DISMENORE PADA SISWI MAN 2 BANTUL

(Factors That Affect the Incidence of Dysmenorrhea In Students of MAN 2 Bantul)

Norra Hendarni Wijaya

Program Studi Kesehatan Masyarakat STIKes Surya Global Yogyakarta

*Koresponden Penulis: norahendarnie@gmail.com

ABSTRAK

Nyeri menstruasi (Dismenore) yaitu nyeri pada daerah panggul akibat menstruasi dan produksi zat prostaglandin. Dismenore pada remaja putri banyak mengganggu aktivitas di sekolah. Rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara didunia mengalami nyeri menstruasi. Menurut hasil studi pendahuluan di MAN 2 Bantul Yogyakarta 9 dari 11 siswi pernah mengalami dismenore pada saat menstruasi. Penelitian ini untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian nyeri menstruasi (*Dismenore*) pada siswi MAN 2 Bantul Yogyakarta. Penelitian yang digunakan adalah penelitian *survey analitik* dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian sebanyak 312 siswi dengan jumlah sampel 76 siswi menggunakan rumus solvin. Analisis data penelitian menggunakan uji chi-square dan Kendall-tau. Hasil analisis data diperoleh hasil ada pengaruh usia menarche terhadap dismenore ($p=0.007<0.05$), tidak ada pengaruh siklus menstruasi terhadap dismenore ($p=0.165>0.05$), ada pengaruh riwayat keluarga terhadap dismenore ($p=0.015<0.05$) dan ada pengaruh aktivitas fisik/olahraga terhadap dismenore ($p=0.022<0.05$). Ada pengaruh faktor usia menarche, riwayat keluarga dan aktivitas fisik/olahraga terhadap kejadian nyeri menstruasi pada siswi MAN 2 Bantul. Dan tidak ada pengaruh siklus menstruasi terhadap kejadian nyeri menstruasi pada siswi MAN 2 Bantul.

Kata kunci : Dismenore, menstruasi, siswi sekolah

ABSTRACT

Menstrual pain (Dysmenorrhea) is pain in the pelvic area caused by menstruation and the production of prostaglandin. Dysmenorrhea in adolescent girls a lot of disturbing activities in school. An average of more than 50% of women in every country in the world experiencing menstrual pain. about According to the results of preliminary studies in MAN 2 Bantul Yogyakarta, 9 of the 11 students never experienced dysmenorrhea during menstruation. This study is to determine the factors that influence the incidence of menstrual pain (Dysmenorrhea) in students of MAN 2 Bantul Yogyakarta. Used in this research is analytic survey with pendekatan cross-sectional. The study population total 312 students with a total sample of 76 students use the formula solvin. Research data analysis using chi-square test and Kendall tau. Result of Data analysis obtained results there is the influence of the age of menarche against dysmenorrhea ($p=0.007<0.05$), no effect of menstrual cycle against dysmenorrhea ($p=0.165>0.05$), there is the influence of family history of dysmenorrhea ($p=0.015<0.05$), and there is the influence of physical activity/exercise against dysmenorrhea ($p=0.022<0.05$). No influence of age of menarche, family history and physical activity/exercise on the incidence of menstrual pain in students of MAN 2 Bantul. And there is no influence of the menstrual cycle on the incidence of menstrual pain in students of MAN 2 Bantul.

Keywords : *Dysmenorrhea, menstrual, Students.*

PENDAHULUAN

Dismenore adalah sekumpulan gejala yang tidak menyenangkan, baik fisik maupun psikis, yang dialami oleh perempuan menjelang masa haid, yaitu sekitar satu atau dua minggu sebelum haid. Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi (Larasati, TA, 2016).

Amerika memiliki angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian (*prevalensi*) nyeri menstruasi berkisar 45-95% dikalangan wanita usia produktif. Walaupun pada umumnya tidak berbahaya, namun acapkali 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 karena nyeri menstruasi tersebut (Sharon Reeder et.al., 2011).

Pada saat mengalami *dismenore* yang dikeluhkan para siswi ialah rasa sakit di bagian pinggang, kram perut bagian bawah dan badan terasa pegal-pegal. Bahkan beberapa diantaranya mengalami *dismenore* sedang yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari baik di sekolah maupun aktivitas di rumah akibat rasa nyeri. Usia *menarche* rata-rata berusia 12 tahun dan lama siklus menstruasi bervariasi yaitu 3-8 hari, dan tiga dari lima belas siswi mempunyai riwayat keluarga yang mengalami *dismenore* (Lestari, N.M.S.D, 2013).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti pada Jumat, 09 November 2018 di Madrasah Aliyah Negeri 2 Bantul Yogyakarta melalui wawancara dengan 15 siswi dari tiga angkatan (kelas X, XI, XII) yang masing-masing lima orang yang telah dipilih secara acak didapatkan hasil bahwa, sembilan dari sebelas siswi pernah mengalami *dismenore* pada saat menstruasi.

Tujuan dari penelitian ini adalah Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian nyeri menstruasi (*Dismenore*) pada siswi MAN 2 Bantul Yogyakarta 2018

METODE PENELITIAN

Penelitian adalah penelitian *survey analitik* dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi MAN 2 Bantul Yogyakarta sebanyak 312 siswi. Sampel dalam penelitian ini adalah 76 responden menggunakan *accidental sampling*. Variabel bebas (*independent*) yang diteliti dalam penelitian ini adalah Usia Menarche, Faktor Riwayat Keluarga, Faktor Aktivitas Fisik/Olahraga dan Faktor Siklus Menstruasi. Variabel terikat (*dependent*) yang diteliti dalam penelitian ini adalah kejadian nyeri menstruasi (*dismenore*).

Teknik pengumpulan data dalam penelitian ini diperoleh langsung dari responden berupa hasil wawancara selama penelitian menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan uji *chi square* (Notoatmojo, 2012).

HASIL

Karakteristik Responden

Tabel 1. karakteristik responden

Umur	N	%
15 Tahun	4	5,3
16 Tahun	38	50
17 Tahun	31	40,8
18 Tahun	3	3,9

Dari tabel diatas dapat diketahui responden dengan umur 15 tahun sebanyak 4 orang (5,3%), responden dengan umur 16 tahun sebanyak 38 orang (50%), responden dengan umur 17 tahun sebanyak 31 orang (40,8), dan responden dengan umur 18 tahun sebanyak 3 orang (3,9%) dengan rata-rata usia responden 16 tahun.

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasi, Riwayat keluarga, usia menarce, aktivitas fisik dan dismenore Responden

Variabel	N	%
Siklus Menstruasi		
Panjang	2	2,6
Normal	25	32,9
Pendek	49	64,5
Riwayat keluarga		
Tidak	34	44,7
Ya	42	55,3
Usia Menarce		
> 13 tahun	17	22,4
11-12 tahun	49	64,5
< 11 tahun	10	13,2
Aktivitas Fisik		
Tidak baik	32	42,1
Baik	44	57,9
Dismenore		
Tidak	33	43,4
Ya	43	56,6

Dari tabel 2 dapat diketahui bahwa distribusi frekuensi siklus menstruasi responden dengan siklus menstruasi panjang sebanyak 2 orang (2,6%), siklus menstruasi normal sebanyak 25 orang (32,9%), dan siklus menstruasi pendek sebanyak 49 orang (64,5%). Rata-rata siklus menstruasi responden siklus pendek. Untuk riwayat keluarga responden yang memiliki riwayat keluarga dismenore sebanyak 42 orang (55,3%) dan responden yang tidak memiliki riwayat keluarga dismenore sebanyak 34 orang. Sedangkan distribusi frekuensi usia menarce responden dengan usia menarce > 13 tahun sebanyak 17 orang (22,4%), usia menarce 11-12 tahun sebanyak 49 orang (64,5%), dan usia menarce < 11 tahun sebanyak 10 orang (13,2%). Maka rata-rata usia menarce responden pada usia 11-12 tahun. Aktifitas fisik responden dengan olahraga atau aktivitas fisik tidak baik sebanyak 32 orang (42,1%), dan responden dengan olahraga atau aktivitas fisik baik sebanyak 44 (57,9%). Distribusi frekuensi kejadian dismenore responden yang mengalami dismenore pada saat menstruasi sebanyak 43

orang (56,6%), dan yang tidak mengalami dismenore pada saat menstruasi sebanyak 33 orang (43,4%).

Tabel 3. Analisis usia, riwayat menstruasi, riwayat keluarga, dan aktivitas olah raga terhadap kejadian dismenore

Variabel	Kejadian Dismenore				Nilai p
	Tidak		Ya		
	n	%	n	%	
Usia Menarche					
> 13 tahun	13	76,5	4	23,5	0,007*
13-11 tahun	17	34,7	32	65,3	
<11 tahun	3	30	7	70	
Siklus menstruasi					
Panjang	1	50	1	50	0,165
Normal	7	28	18	72	
Pendek	25	51	24	49	
Riwayat Keluarga					
Tidak	20	58,8	14	41,2	0,015*
Ya	13	31	29	69	
Aktivitas/Olahraga					
Tidak baik	9	28,1	23	71,9	0,022
Baik	24	54,5	20	45,5	

Dari tabel 3 diatas diketahui Hasil uji Chi-square diperoleh nilai $p = 0,007 < \alpha 0,05$ maka H_a diterima, artinya ada pengaruh yang signifikan antara faktor usia menarche dengan kejadian dismenore Siswi MAN 2 Bantul. Maka dapat disimpulkan bahwa semakin dini usia menarche dapat menjadi salah satu pemicu terjadinya nyeri menstruasi. Hasil uji Chi-square pada siklus menstruasi diperoleh nilai $p = 0,165 > \alpha 0,05$ maka H_a ditolak, artinya tidak pengaruh yang signifikan antara faktor siklus menstruasi dengan kejadian dismenore Siswi MAN 2 Bantul. Hasil uji Chi-square pada riwayat keluarga diperoleh nilai $p = 0,015 < \alpha 0,05$ maka H_a diterima, artinya ada pengaruh yang signifikan antara faktor riwayat keluarga dengan kejadian dismenore Siswi MAN 2 Bantul. Hasil uji Chi-square pada aktifitas olahraga diperoleh nilai $p = 0,022 < \alpha 0,05$ maka H_a diterima, artinya ada pengaruh yang signifikan antara faktor aktivitas fisik/olahrag dengan kejadian dismenore Siswi MAN 2 Bantul.

PEMBAHASAN

Hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai $p = 0,007 < \alpha 0,05$ maka H_a diterima, artinya ada pengaruh signifikan antara faktor usia *menarche* dengan kejadian *dismenore* Siswi Madrasah Aliyah Negeri 2 Bantul. Maka dapat disimpulkan bahwa semakin dini usia menarche dapat menjadi salah satu pemicu terjadinya nyeri menstruasi.

Penelitian ini sejalan yang dilakukan oleh Ani K yang berjudul Faktor risiko dismenore pada siswi sekolah menengah pertama, dimana *dismenore* tertinggi pada kelompok siswi usia berisiko (*menarche* <12 tahun) sebanyak 121 (84,6%) dan terendah terdapat pada siswi dengan usia tidak berisiko (*menarche* usia >12th) sebanyak 22 (15,4%). Hasil uji statistik *chi-square* didapat nilai p value < dari a ($0,001 < 0,05$) yang sehingga H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara usia *menarche* dengan *dismenore* (Ani, K dkk., 2015).

Hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai $p = 0,165 > \alpha 0,05$ maka H_a ditolak, artinya tidak ada pengaruh signifikan antara faktor siklus menstruasi dengan kejadian *dismenore* Siswi Madrasah Aliyah Negeri 2 Bantul.

Hal ini tidak sejalan dengan teori yang ada yakni yang menyatakan bahwa faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian *dismenore* salah satunya adalah siklus menstruasi. Dalam penelitian ini hasil tidak signifikan atau tidak ada pengaruh antara faktor siklus menstruasi dengan kejadian *dismenore* (Indah J, dkk, 2019). Pengetahuan atau pemahaman responden tentang siklus menstruasi masih sangat kurang akibatnya banyak responden yang menjawab kuesioner dengan asal-asalan sehingga hasil yang didapat dalam penelitian ini kurang maksimal.

Hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai $p = 0,015 < \alpha 0,05$ maka H_a diterima, artinya ada pengaruh signifikan antara faktor riwayat keluarga dengan kejadian *dismenore* Siswi Madrasah Aliyah Negeri 2 Bantul.

Hasil penelitian ini sejalan dengan yang dilakukan oleh Eka dan Sri Rahayu (2014) yang meneliti faktor-faktor yang berhubungan dengan nyeri menstruasi pada remaja putri di beberapa SMA di kabupaten Rokan Hulu, dalam penelitian ini dikatakan riwayat keluarga mempunyai peran untuk terjadinya *dismenore*. Hasil penelitian penelitian ini menunjukkan pengaruh antara riwayat keluarga dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri di beberapa SMA di Kabupaten Rokan Hulu yang ditandai nilai signifikan $p 0,0005 < p 0,05$ maka secara statistik terdapat pengaruh signifikan antara faktor riwayat keluarga dengan *dismenore* (Eka Yuli H, dkk, 2014).

Riwayat keluarga merupakan faktor risiko yang dapat meningkatkan terjadinya *dismenore*. Dua dari tiga wanita yang menderita *dismenore* mempunyai riwayat *dismenore* pada keluarganya. Banyak gadis yang mengalami *dismenore* dan sebelumnya mereka sudah diperingati ibunya bahwa kemungkinan dapat mengalami *dismenore* seperti ibu atau saudara kandungnya. (Eka Yuli H, dkk, 2014).

Hasil uji *Chi-square* diperoleh nilai $p = 0,022 < \alpha 0,05$ maka H_a diterima, artinya ada pengaruh signifikan antara faktor aktivitas fisik/olahraga dengan kejadian *dismenore* Siswi Madrasah Aliyah Negeri 2 Bantul. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Ani K, yang meneliti tentang faktor-faktor *dismenore* primer pada siswi sekolah menengah pertama kecamatan Natar kabupaten Lampung selatan, dalam penelitian ini dikatakan ada pengaruh signifikan antara aktivitas fisik/olahraga dengan kejadian *dismenore* dengan uji statistik *chi-square* mendapatkan hasil $p = 0,001 < 0,05$, artinya ada hubungan olahraga dengan *dismenore* (Ani, K dkk., 2015). Penelitian ini juga sejalan dengan yang dilakukan oleh Eka Yuli yakni hubungan antara faktor olahraga teratur dengan *dismenore* didapat nilai p yaitu 0,028, maka secara statistik terdapat hubungan signifikan antara olahraga teratur dengan *dismenore* (Eka Yuli H, dkk, 2014).

Aktivitas fisik atau olahraga dapat meningkatkan atau menurunkan risiko terjadinya gangguan menstruasi tergantung pada intensitasnya. Jarang atau tidaknya berolahraga akan meningkatkan risiko terjadinya *dismenore*. Hal ini karena menurunnya sirkulasi darah dan oksigen sehingga aliran darah dan oksigen yang menuju uterus akan tidak lancar dan menyebabkan rasa nyeri.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil *Chi square* menunjukkan bahwa : 1) terdapat pengaruh yang signifikan antara faktor usia menarche dengan kejadian *dismenore* Siswi MAN 2 Bantul. Maka dapat disimpulkan bahwa semakin dini usia menarche dapat menjadi salah satu

pemicu terjadinya nyeri menstruasi. 2) Tidak terdapat pengaruh signifikan antara siklus menstruasi dengan kejadian *dismenore* pada siswi Madrasah Aliyah Negeri 2 Bantul. 3) Ada pengaruh signifikan antara riwayat keluarga dengan kejadian *dismenore* pada siswi Madrasah Aliyah Negeri 2 Bantul. 4) Ada pengaruh yang signifikan antara aktivitas olahraga dengan kejadian *dismenore* pada siswi Madrasah Aliyah Negeri 2 Bantul.

UCAPAN TERIMA KASIH

Peneliti mengucapkan terima kasih kepada Institusi sebagai penyokong hibah penelitian internal kegiatan Tridharma Perguruan tinggi, juga kepada MAN 2 Bantul sebagai penyedia lokasi penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Ani, K dkk. (2015). Risiko Dismenore Primer Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP) Yayasan Badrul Latif (YBL) Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan. *Jurnal Dunia Kesmas Vol. 4 No. 3* <https://doi.org/10.33024/jdk.v4i3.440>.
- Eka Yuli H, dkk. (2014). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di Beberapa SMA Di Kabupaten Rokan Hulu. *Jurnal Marteniy and Neonatal, Vol 4 No 1*, 161-171.
- Indah J, dkk. (2019). Hubungan Dismenore dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja di SMAN 1 Manado. *ejournal Keperawatan (e-Kp) Volume 7 Nomor 1, Februari 2019*.
- Larasati, TA. (2016). Larasati, TADismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Jurnal Majority. Vol 5 No. 3* , 80.
- Lestari, N.M.S.D. (2013). Pengaruh Dismenore pada Remaja. *Prosiding Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA III Singaraja*.
- Notoatmojo. (2012). *Metodologi penelitian kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Sharon Reeder et.al. (2011). *Keperawatan Maternitas: Kesehatan Wanita, Bayi dan Keluarga*. Jakarta: EGC.
- Sugiyono. (2014). *Metode penelitian pendidikan pendekatan kuantitatif kualitatif dan R&D*. Bandung: Alfabeta.