



Pengaruh Siklus Menstruasi terhadap Dismenorea

The Effect of Menstrual Cycle on Dysmenorrhea

Rizka Sititah Rambe¹, Ns. Rahayu Ningsih^{2*}

^{1,2}Akademi Kebidanan Medica Bakti Persada Kota Subulussalam

Corresponding Author*: rahayu@mbp.ac.id

Abstrak

Dismenorea merupakan gangguan menstruasi yang berupa nyeri yang disertai kram dan terpusat di bagian perut bawah, dan disertai nyeri punggung bawah, mual muntah, sakit kepala, serta diare. Dismenorea pada remaja banyak disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah usia menarche, siklus menstruasi, riwayat keluarga dan lama menstruasi. Prevalensi dismenorea di Indonesia 64,25%, diantaranya 54,89% mengalami dismenorea primer dan 9,36% mengalami dismenorea sekunder. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024. Penelitian ini bersifat analitik korelasional dengan desain cross sectional menggunakan data primer dan data sekunder. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang ada di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam. Teknik pengambilan sampel menggunakan Simple Random Sampling berjumlah 83 responden. Alat ukur yang digunakan adalah Kuesioner. Hasil analisa statistik dengan menggunakan uji chi-square didapatkan nilai P-value Usia Menarche ($0,023 < 0,05$), Siklus Menstruasi ($0,046 < 0,05$), Riwayat Keluarga ($0,016 < 0,05$) dan Lama Menstruasi ($0,088 < 0,05$). Maka dapat disimpulkan Usia Menarche, Siklus Menstruasi, Riwayat Keluarga dan Lama Menstruasi secara signifikan memengaruhi kejadian dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024. Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat meningkatkan informasi, pengetahuan tentang faktor yang memengaruhi kejadian dismenorea pada remaja putri.

Kata Kunci: Pengaruh; Siklus; Menstruasi; Dismenorea.

Abstract

Dysmenorrhea is a menstrual disorder in the form of pain accompanied by cramps and centered in the lower abdomen, and accompanied by lower back pain, nausea, vomiting, headaches, and diarrhea. Dysmenorrhea in adolescents is often caused by various factors including age of menarche, menstrual cycle, family history and duration of menstruation. The prevalence of dysmenorrhea in Indonesia is 64.25%, of which 54.89% experience primary dysmenorrhea and 9.36% experience secondary dysmenorrhea. The purpose of this study was to determine the Factors Affecting the Incidence of Dysmenorrhea in Adolescent Girls at SMA Negeri 1 Simpang Kiri, Subulussalam City in 2024. This study is a correlational analytic with a cross-sectional design using primary and secondary data. The population in this study were all adolescent girls at SMA Negeri 1 Simpang Kiri, Subulussalam City. The sampling technique used Simple Random Sampling with a total of 83 respondents. The measuring instrument used was a Questionnaire. The results of statistical analysis using the chi-square test obtained P-values for Menarche Age ($0.023 < 0.05$), Menstrual Cycle ($0.046 < 0.05$), Family History ($0.016 < 0.05$) and Menstrual Duration ($0.088 < 0.05$). So it can be concluded that Menarche Age, Menstrual Cycle, Family History and Menstrual Duration significantly influence the incidence of dysmenorrhea in adolescent girls at SMA Negeri 1 Simpang Kiri, Subulussalam City in 2024. It is hoped that the results of this study can increase information and knowledge about factors that influence the incidence of dysmenorrhea in adolescent girls.

Keywords: Influence; Cycle; Menstruation; Dysmenorrhea.

PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization (WHO) 2015 remaja adalah kelompok usia 12 sampai 21 tahun yang digolongkan menjadi 3 tahap yaitu masa pra remaja, masa remaja awal dan masa remaja akhir. Remaja didefinisikan sebagai masa transisi antara anak-anak dan dewasa yang ditandai dengan perubahan fisik, psikologis dan sosial (Sari, 2021).

Masa remaja merupakan masa kritis manusia yang ditandai pertumbuhan fisik yang cepat, psikososial, perkembangan kognitif, dan emosional, serta pematangan seksual dan reproduksi. Salah satu tanda pematangan seksual dan reproduksi pada remaja putri adalah mengalami menstruasi. Menstruasi didefinisikan sebagai keluarnya darah secara berkala dari rahim yang terjadi setiap bulan dan sepanjang masa reproduksi aktif seorang wanita. Siklus menstruasi wanita akan terus berulang mulai dari usia menarche hingga menopause. World Health Organization (WHO) menyatakan bahwa usia rata-rata remaja yang mengalami menarche adalah usia 12-13 tahun. Ketika remaja mengalami menstruasi, Sebagian besar dari mereka juga mendapatkan sebuah permasalahan ketika menstruasi datang, yaitu nyeri menstruasi atau nyeri dismenorea (Salamah dan Zaitun, 2024).

Dismenorea merupakan gangguan menstruasi yang berupa nyeri yang disertai kram dan terpusat di bagian perut bawah, dan disertai dengan nyeri punggung bawah, mual muntah, sakit kepala, serta diare. Dismenorea terjadi karena peningkatan sekresi hormon prostaglandin sehingga terjadi kontraksi uterus, semakin tinggi kadar prostaglandin kontraksi akan semakin kuat, sehingga rasa nyeri yang dirasakan juga semakin kuat. Pada hari pertama menstruasi kadar prostaglandin sangat tinggi, pada hari kedua dan selanjutnya lapisan dinding rahim mulai terlepas dan kadar prostaglandin menurun sehingga rasa nyeri berkurang seiring dengan menurunnya kadar prostaglandin (Afifah, 2024).

Lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami kejadian dismenorea. Berdasarkan data World Health Organization (WHO) terdapat 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami dismenorea, 10-15% diantaranya mengalami dismenorea berat. Di Amerika Serikat tahun 2024 Prevalensi dismenorea primer pada wanita yang berumur 12-17 tahun adalah 59,7%, dengan

tingkat derajat kesakitan 49% dismenorea ringan, 37% dismenorea sedang, dan 12% dismenorea berat sehingga mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak dapat masuk sekolah (Zuhkrina dan Martina, 2024).

Prevalensi dismenorea di Indonesia sebesar 107.673 jiwa (64,25%), diantaranya terdapat 59,671 jiwa (54,89%) mengalami dismenorea primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenorea sekunder. Angka kejadian dismenorea pada wanita yang berusia produktif berkisar 45%-95%. Dismenorea primer dialami oleh 60%-75% remaja. Berdasarkan hasil data pelaporan terdapat 30%- 60% remaja wanita yang mengalami dismenorea, dan 7%-15% tidak dapat hadir ke sekolah. Di Aceh sendiri berdasarkan badan pusat statistik provinsi Aceh 2017 terdapat 8,74 ribu wanita yang berusia pre reproduktif yaitu berkisar umur 16-25 tahun yang mengalami nyeri saat menstruasi (Zuhkrina dan Martina, 2024).

Nyeri dismenorea pada remaja banyak disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adalah usia menarche yang terlalu muda kurang dari 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 dismenorea pada keluarga merupakan faktor resiko yang tidak dapat diubah. Oleh karena itu, hal ini berpengaruh terhadap kondisi kesehatan anggota keluarga itu sendiri (Handayani, 2021).

KAJIAN PUSTAKA

Dismenorea berasal dari bahasa Yunani dys yang berarti sulit, nyeri, abnormal, meno berarti bulan dan rrhea berarti mengalir. Dismenorea dalam Bahasa Indonesia berarti nyeri pada saat menstruasi. Jadi, dismenorea adalah rasa sakit atau nyeri yang dialami wanita saat mengalami menstruasi atau haid. Dismenorea adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi karena pengelupasan lapisan endometrium. Nyeri dismenorea biasanya akan

menjalar ke bagian paha dan pinggang. Nyeri dismenorea dapat disebabkan oleh kontraksi otot perut yang terjadi terus menerus saat mengeluarkan darah. Kontraksi yang sangat sering ini kemudian menyebabkan otot menegang (Setiawan, 2024).

Dismenorea merupakan rasa nyeri pada saat menstruasi pada bagian perut bawah yang menjalar ke pinggang yang dapat disertai sakit kepala yang berlangsung selama tujuh hari adanya perubahan emosional, susah tidur, aktivitas terganggu dan sulit berkonsentrasi (Agustin, 2018).

Klasifikasi dismenorea terbagi menjadi dua yaitu dismenorea primer dan dismenorea sekunder:

1. Dismenorea Primer

Dismenorea primer adalah nyeri haid tanpa adanya kelainan pada panggul. Dismenorea primer berhubungan dengan siklus ovulasi yang disebabkan oleh kontraksi miometrium sehingga terjadi iskemia karena adanya prostaglandin yang diproduksi oleh endometrium fase sekresi. Perempuan dengan dismenorea primer memiliki kadar prostaglandin lebih tinggi dibandingkan perempuan yang tidak mengalami dismenorea (Prawirohardjo, 2018).

Dismenorea primer mengacu pada kram saat menstruasi yang menyakitkan di daerah perut bagian bawah. Biasanya terjadi 6-14 bulan setelah menarche, dan umumnya terjadi pada wanita nulipara. Nyeri ini biasanya terjadi sebelum menstruasi atau pada hari pertama menstruasi (Tjokoprawiro, dkk, 2020).

2. Dismenorea Sekunder

Dismenorea sekunder adalah nyeri haid yang disertai dengan berbagai keadaan patologis di organ genitalia, misalnya endometritis, adenomyosis, mioma uteri, stenosis serviks, penyakit radang panggul, perlekatan panggul, atau irritable bowel syndrome (Prawirohardjo, 2018).

METODE PENELITIAN

Analisis korelasional adalah jenis penelitian yang digunakan dalam penelitian ini karena mencari hubungan antara dua variabel sebelum mencari koefisien korelasi. Strategi temporal lintas bagian digunakan, yang berarti bahwa setiap subjek penelitian hanya dilihat satu kali dan status karakter diukur, yaitu,

data pada variabel independen dan dependen dikumpulkan secara bersamaan. Lokasi penelitian ini dilakukan Di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi remaja putri yang ada di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam yang berjumlah 478 siswi remaja putri. Jumlah sampel pada penelitian ini sebesar 83 responden. Dari 83 responden diambil dari seluruh kelas di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Faktor Yang Memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024

No	<i>Dismenorea</i>	Jumlah	
		f	%
1.	Ya	64	77,1
2.	Tidak	19	22,9
Total		83	100

Sumber: Data diolah penelitian 2024

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa dari 83 Responden, remaja putri yang mengalami dismenorea sebanyak 64 orang (77,1%), sedangkan remaja putri yang tidak mengalami dismenorea sebanyak 19 orang (22,9%).

Analisa Bivariat

Tabel 2 Faktor Usia Menarche Yang Memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024

No	<i>Usia Menarche</i>	<i>Dismenorea</i>				Total	<i>P value</i>
		<i>Mengalami Dismenorea</i>		<i>Tidak Mengalami Dismenorea</i>			
		f	%	f	%		
1.	Usia Normal	38	45,8	5	6,0	43	51,8
2.	Usia Terlalu Dini	26	31,3	14	16,9	40	48,2
Total						83	100

Sumber: Data diolah penelitian 2024

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 83 responden, remaja putri usia menarche normal dan mengalami dismenorea sebanyak 38 orang (45,8%), sedangkan remaja putri usia menarche terlalu dini dan mengalami dismenorea sebanyak 26 orang (31,3%).

Hasil analisa statistik dengan menggunakan uji Chi-square didapatkan nilai P-value $0,023 < 0,05$ maka dapat disimpulkan keputusannya adalah H_a di terima dan H_0 di tolak yang artinya secara signifikan Usia Menarche memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024.

Tabel 3 Faktor Siklus Menstruasi Yang Memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024

No	Siklus Menstruasi	<i>Dismenorea</i>				Total	P value
		Mengalami Dismenorea		Tidak Mengalami Dismenorea			
		f	%	f	%		
1.	Normal	39	47,0	6	7,2	45	54,2
2.	Tidak Normal	25	30,1	13	15,7	38	45,8
Total						83	100

Sumber: Data diolah penelitian 2024

Berdasarkan tabel 3 dapat diketahui bahwa dari 83 responden, remaja putri yang siklus menstruasi normal dan mengalami dismenorea sebanyak 39 orang (47,0%), sedangkan remaja putri yang siklus menstruasi tidak normal dan mengalami dismenorea sebanyak 25 orang (30,1%).

Hasil analisa statistik dengan menggunakan uji Chi-square didapatkan nilai P-value $0,046 < 0,05$ maka dapat disimpulkan keputusannya adalah H_a di terima dan H_0 di tolak yang artinya secara signifikan Siklus Menstruasi memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024.

Tabel 4 Faktor Riwayat Keluarga Yang Memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024

<i>Dismenorea</i>								
No	Riwayat Keluarga	Mengalami Dismenorea		Tidak Mengalami Dismenorea		Total		<i>P value</i>
		f	%	f	%	f	%	
1.	Ya	48	57,8	8	9,6	56	67,5	0,016
2.	Tidak	16	19,3	11	13,3	27	32,5	
Total						83	100	

Sumber: Data diolah penelitian 2024.

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 83 responden, remaja putri yang memiliki riwayat keluarga dengan dismenorea dan mengalami dismenorea sebanyak 48 orang (57,8%), sedangkan remaja putri yang tidak memiliki riwayat keluarga dengan dismenorea dan mengalami dismenorea sebanyak 16 orang (19,3%).

Hasil analisa statistik dengan menggunakan uji Chi-square didapatkan nilai P-value $0,016 < 0,05$ maka dapat disimpulkan keputusannya adalah H_a di terima dan H_0 di tolak yang artinya secara signifikan Riwayat Keluarga memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024.

Tabel 5 Faktor Lama Menstruasi Yang Memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024

<i>Dismenorea</i>								
No	Lama Menstruasi	Mengalami Dismenorea		Tidak Mengalami Dismenorea		Total		<i>P value</i>
		f	%	f	%	f	%	
1.	Normal	43	51,8	8	9,6	51	61,4	0,088
2.	Terlalu Cepat	21	25,3	11	13,3	32	38,6	
Total						83	100	

Sumber: Data diolah penelitian 2024

Berdasarkan tabel 5 dapat diketahui bahwa dari 83 responden, remaja putri yang lama menstruasi normal dan mengalami dismenorea sebanyak 43 orang (51,8%), sedangkan remaja putri yang lama menstruasi terlalu cepat dan mengalami dismenorea sebanyak 21 orang (25,3%).

Hasil analisa statistik dengan menggunakan uji Chi-square didapatkan nilai P-value $0,088 < 0,05$ maka dapat disimpulkan keputusannya adalah H_a di terima dan H_0 di tolak yang artinya secara signifikan Lama Menstruasi memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024.

KESIMPULAN

1. Hasil analisa statistik menggunakan uji chi-square diperoleh nilai P-value $=0,046 < 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa secara signifikan Siklus Menstruasi memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024.
2. Hasil analisa statistik menggunakan uji chi-square diperoleh nilai P-value $=0,088 < 0,05$. Hal ini membuktikan bahwa secara signifikan Lama Menstruasi memengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Simpang Kiri Kota Subulussalam Tahun 2024.

DAFTAR PUSTAKA

- Afifah, N. 2022. Pengaruh Tingkat Nyeri Dismenorea Terhadap Aktivitas Belajar Remaja Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Al Irsyad Gajah Demak. Karya Tulis Ilmiah, Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Agustin, M. 2018. Hubungan Antara Tingkat Dismenore Dengan Tingkat Stres Pada Mahasiswi Akper As-Syafi'iyah Jakarta Martini Agustin 1.603-612.
- Akbar, Muhammad, Tjokoprawiro, Brahmana, & Hendarto, Hendy. (2020). Ginekologi Praktis Komprehensif. Airlangga University Press.
- Handayani, R. 2021. Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X di MAN Rantauprapat. Akademi Kebidanan Ika Bina Labuhan Batu:
https://scholar.google.com/scholar?hl=id&as_sdt=0%2C5&q=faktor+yang+mempengaruhi+kejadian+dismenorea+&btnG=&rlz=#d=gs_qabs&t=1698746563700&u=%23p%3DMYEznx6UI_MJ.
- Prawirohardjo, S. 2018. Ilmu Kandungan. Jakarta: Pt Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.

Agustin, D. A., Sudaryanti, D., & Sari, A. F. (2021). Pengaruh Good Corporate Governance, Pofitabilitas dan Struktur Modal Terhadap Reaksi Investor pada Masa Pandemi (Studi Pada Perusahaan Manufaktur Yang Terdaftar di Bursa Efek Indonesia). *Jurnal Riset Akuntansi (JRA) Fakultas Ekonomi dan Bisnis Universitas Islam Malang*, 129-141.

Zuhkrina, Y. dan Martina. 2022. Determinan Faktor Penyebab Dismenore Pada Remaja Putri di Desa Lubuk Sukon Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar. University Abulyatama, Aceh, Indonesia. *SEHAT RAKYAT (Jurnal Kesehatan Masyarakat)*:
<https://journal.yp3a.org/index.php/sehatrakyat>.