

Article

KEJADIAN *DISMINORHEA* BERDASARKAN KARAKTERISTIK REMAJA di PONDOK PESANTREN

Neny Yuli Susanti¹, Isma Oktadiana², Nurun Nikmah³

¹Dosen Program Studi Sarjana Bidan dan Profesi, Universitas Ibrahimy Situbondo

²Dosen Program Studi Sarjana Farmasi, Universitas Ibrahimy Situbondo

³Dosen Program Studi Pendidikan Profesi Bidan, Stikes Ngudia Husada Madura

SUBMISSION TRACK

Received: February 20, 2022

Final Revision: March 12, 2022

Available Online: March 30, 2022

KEYWORDS

Disminorea, Karakteristik Remaja

CORRESPONDENCE

Phone: 082237810501

E-mail: nenyulususanti@gmail.com

A B S T R A C T

Nyeri menstruasi terjadi karena prostaglandin, yaitu zat yang menyebabkan otot rahim berkontraksi. Pada sebagian perempuan, nyeri menstruasi yang dirasakan dapat berupa nyeri samar, tetapi bagi sebagian yang lain dapat terasa kuat bahkan bisa membuat aktivitas terganggu. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan kejadian *disminorea* dengan karakteristik remaja di Pondok Pesantren Salafiyah Syafiiyah Situbondo

Jenis penelitian ini adalah analitik dengan desain *Cross Sectional*. Populasinya meliputi remaja SMA di pondok pesantren salafiyah syafiiyah Situbondo, sedangkan sampel yang diambil sebanyak 65 anak secara *Multistage Random Sampling*. Variabel independen adalah kejadian *disminorea*. Variabel dependen adalah karakteristik remaja. Metode pengumpulan data menggunakan kuesioner dan dianalisa dengan uji *Rank Spearman*.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 65 remaja didapatkan hasil Prevalensi kejadian *disminorea* pada remaja SMA dan sederajat di Pondok Pesantren Salafiya Syafiiyah Situbondo Tahun 2022 50,76% mengalami *Disminore* nyeri ringan. Hasil uji *rank spearman* untuk Kejadian *disminorea* dengan IMT menyatakan tidak ada hubungan namun untuk kejadian *disminorea* dengan tingkat stress mendapatkan hasil ada hubungan yang signifikan antara keduanya dengan hasil $p < 0,05$.

Upaya untuk mengurangi kejadian *disminorea* dengan menurunkan tingkat stress dapat ditangani dengan beberapa cara seperti mendengarkan music, olahraga, menulis diare atau menyanyi dan menari. Oleh karena itu remaja putri disarankan untuk melakukan control terhadap diri sendiri sehingga mengurangi tingkat stress yang dialami karena jika berada pada keadaan yang tenang, resiko mengalami *disminorea* pun akan semakin berkurang.

I. PENDAHULUAN

Menurut World Health Organization, “remaja adalah penduduk yang berada pada rentang usia 10 sampai dengan 19 tahun, menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014, remaja adalah penduduk yang berada pada rentang usia 10 sampai dengan 18 tahun, dan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN), rentang usia remaja adalah 10 sampai 24 tahun dan belum menikah, dan menurut Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014. (Saifudin, 2010).” Menurut Sensus Penduduk 2010, Indonesia memiliki 43,5 juta orang berusia antara 10 dan 19 tahun, terhitung sekitar 18 persen dari keseluruhan populasi negara itu (Emilia, 2018). Haid pertama biasanya dialami oleh wanita berusia sekitar sepuluh tahun, namun dapat terjadi lebih awal atau lebih lambat tergantung pada individunya (Rejeki, 2019). Wahyuni dan Oktaviani (2018) menjelaskan bahwa menstruasi menyiratkan bahwa seorang wanita mampu melahirkan anak, yang merupakan sesuatu yang diinginkan semua wanita.

Prostaglandin, yang merupakan bahan kimia yang merangsang otot-otot rahim untuk berkontraksi, bertanggung jawab atas ketidaknyamanan yang terkait dengan menstruasi. Sebagian wanita mengalami nyeri haid berupa sedikit rasa tidak nyaman, sedangkan sebagian lainnya mengalami rasa tidak nyaman yang parah yang dapat menyebabkan mereka bolos kerja atau aktivitas lainnya (Suryani dan Handayani, 2018). Dismenore adalah istilah yang digunakan untuk menggambarkan ketidaknyamanan yang terjadi saat menstruasi (Kristina, Hasanah dan Zukhra, 2021). Dismenore adalah salah satu penyakit yang paling sering dialami oleh wanita, dan hampir semua dari mereka pernah mengalaminya dalam hidup mereka (Kristina, Hasanah dan Zukhra, 2021). Kram menstruasi dapat terjadi bersamaan atau sesaat

sebelum menstruasi, atau dapat terjadi segera setelah menstruasi (Tyas, Ina dan Tjondronegoro, 2018). Dismenore adalah jenis nyeri atau ketidaknyamanan yang dialami saat menstruasi yang menyebabkan tugas sehari-hari menjadi sulit. Ada dua kelas dismenore: dismenore primer fisiologis dan dismenore sekunder patologis. Klasifikasi pertama berdasarkan penyebab gejala (Tyas, Ina dan Tjondronegoro, 2018). Ketika seorang wanita mengalami dismenore primer, dia merasakan nyeri yang berhubungan dengan siklus ovulasi. Rasa sakit mulai timbul segera setelah periode menstruasi pertama terjadi, dan secara bertahap berkurang ketika wanita tersebut menikah dan hamil (Susanti et al., 2014).

Remaja yang menderita dismenore mungkin mengalami kesulitan untuk melakukan aktivitas sehari-hari (Susu et al., 2018). Akibat dari dismenorea yang sering dialami oleh remaja antara lain penurunan perhatian saat belajar, absen dari sekolah, kesulitan mengikuti olahraga, dan waktu bersama teman berkurang (Susanti dan Putri, 2019). Selain itu, jika dismenore tidak ditangani dengan tepat, dapat menyebabkan sindrom ovarium polikistik dan endometriosis, yang keduanya merupakan kondisi serius. Beberapa tahun pertama menstruasi merupakan fase yang sangat rentan terhadap gangguan (PRAVIKASARI, 2014). Dismenore umumnya mulai muncul ketika seorang wanita berusia kurang dari 20 tahun. Remaja putri usia 15 sampai 19 tahun masih dalam tahap awal mengalami siklus menstruasi (Kostania Gita, 2017).

II. METODE PENELITIAN

Menggunakan metodologi studi cross-sectional, penelitian ini menyelidiki epidemiologi suatu penyakit. Karena fakta bahwa kedua variabel independen dan dependen diukur pada waktu yang sama, penelitian cross-sectional dipilih untuk penelitian ini.

Penelitian ini dilaksanakan di Pondok Pesantren Salafiyah Syafiiyah Situbondo yang dipilih secara acak untuk keperluan tersebut. Penyelidikan ini berlangsung antara Januari dan Februari 2022.

Diputuskan bahwa populasi dalam penelitian ini adalah siswa kelas menengah atas SMA atau sederajat yang terdaftar di masing-masing SMA di Pondok Pesantren Salafiyah Syafiiyah Situbondo. Sedangkan partisipan dalam penelitian ini dipilih secara acak dari kalangan siswa di kelas yang dipilih sebagai lokasi penelitian. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus ukuran sampel untuk teknik pemilihan sampel, yang dalam hal ini adalah multistage random sampling. Sehingga jumlah siswa dalam penelitian ini adalah 65 orang.

III. HASIL PENELITIAN

Hasil Univariat

Prevalensi Kejadian *Disminorea*

Tabel 1 : Prevalensi Kejadian *Disminorea*

Kejadian <i>Disminorea</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Nyeri	10	15,38
Nyeri Ringan	33	50,76
Nyeri Sedang	20	30,76
Nyeri Berat	2	3,07
Total	65	100

“Berdasarkan table diatas kejadian *disminorea* paling banyak dialami oleh remaja putri SMA dan sederajat di Pondok Pesantren Salafiyah Syafiiyah Situbondo yaitu nyeri ringan sebanyak 50,76%.”

Gejala Penyerta *Disminorea*

Tabel 2 : Gejala Penyerta *Disminorea*

Gejala Penyerta	Nyeri Ringan		Nyeri Sedang		Nyeri Berat	
	n	%	N	%	n	%
Mual	1	33,3	2	66,6	0	0
Muntah	0	0	2	100	0	0
Diare	0	0	1	50	1	50
Nyeri Pinggan g	3	37,5	3	37,5	2	25
Pegal	2	20	2	20	6	60

Sakit Kepala	1	14,2	5	71,4	1	14,2
Pusing	1	14,2	3	42,8	3	42,8
Pingsan	0	0	2	50	2	50
Lainnya	4	100	0	0	0	0

Berdasarkan table diatas, Nyeri pinggang dan lainnya merupakan gejala yang paling banyak menyertai remaja putri dengan *disminorea* nyeri ringan, sedangkan Muntah dan mual merupakan yang paling banyak menyertai *disminorea* nyeri sedang. Nyeri berat paling banyak pingsan, pegal dan diare.

Tingkat Stress

Tabel 4 : Tingkat Stress

Tingkat Stress	Frekuensi (n)	Presentase (%)
Tidak Stress	3	4,61
Stress Ringan	20	30,76
Stress Sedang	30	46,15
Stress Berat	12	18,46
Total	65	100

Tabel diatas menyatakan bahwa 46,15% remaja memiliki tingkat stress sedang.

Hasil Bivariat

Kejadian *Disminorea* Berdasarkan IMT (Indeks Masa Tubuh)

Tabel 5 : Kejadian *Disminorea* Berdasarkan IMT

IMT	Kurus	Normal	Gemuk	Obesitas
Kejadian <i>Disminorea</i>				
Tidak Nyeri	3	8	1	1
Nyeri Ringan	10	15	3	3
Nyeri Sedang	5	10	1	1
Nyeri Berat	2	2	0	0
P Value	>0,05			

Tabel di atas menunjukkan bahwa terdapat perbedaan jumlah ketidaknyamanan dan nyeri sedang yang dialami oleh remaja sehat. Ketidaknyamanan ringan paling sering dialami oleh remaja normal, dan karena nilai p lebih besar dari 0,05, dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan secara statistik antara indeks massa tubuh dan terjadinya *disminorea* pada populasi ini.

Kejadian *Disminorea* Berdasarkan Tingkat Stress

Tabel 6 : Kejadian *Disminorea* Berdasarkan Tingkat Stress

Tingkat Stress	Tdk Stress	Stress Ringan	Stress sedang	Stress Berat
Kejadian Disminorea				
Tidak Nyeri	3	3	3	2
Nyeri Ringan	0	10	15	2
Nyeri Sedang	0	4	5	3
Nyeri Berat	0	3	7	5
P Value	<0,05			

Tabel di atas menunjukkan bahwa tingkat stres bervariasi dari orang ke orang. Di antara penelitian ini, dismenore nyeri ringan terbukti paling umum pada remaja yang berada di bawah stres sedang, dan temuan mengungkapkan bahwa $p < 0,05$, yang menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan secara statistik antara tingkat stres dan frekuensi dismenore.

IV. PEMBAHASAN

Ketika datang ke penyakit ginekologi pada remaja, dismenore adalah salah satu yang paling sering. Dismenore adalah jenis ketidaknyamanan perut yang dimulai di perut bagian bawah dan berkembang ke pinggang dan paha saat mendekati periode. Ketidaknyamanan ini dapat dimulai tepat sebelum atau bersamaan dengan dimulainya perdarahan menstruasi. Berdasarkan penelitian, ternyata dismenore pada remaja yang bersekolah di Pondok Pesantren Salafiyah Syafiyah Situbondo cukup sering terjadi, terutama pada kasus dismenore dengan rasa tidak nyaman yang ringan saja. Banyak penelitian lain juga menemukan kejadian serupa. Beberapa penelitian yang dilakukan di negara lain, berbeda dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan di Indonesia, menghasilkan hasil yang sedikit berbeda. Menurut penelitian yang dilakukan oleh AL Kindi dan Al Bulusi pada tahun 2011, nyeri sedang dialami oleh 41 persen peserta sedangkan nyeri ringan dialami hanya 27 persen.

Memiliki indeks massa tubuh (IMT) yang tinggi juga telah diidentifikasi sebagai salah satu variabel yang

berkontribusi terhadap dismenore pada wanita. Beberapa penelitian sebelumnya telah menunjukkan hasil yang sebanding dengan penelitian ini. Siswa kelas XII SMK Yapsipa Kota Tasikmalaya mengikuti penelitian yang dilakukan Asih pada tahun 2013. Hasil penelitian menunjukkan bahwa 87,2 persen siswa memiliki berat badan optimal dan 12,8 persen memiliki berat badan tidak optimal. Menurut temuan penyelidikan ini, BMI tidak memiliki hubungan yang signifikan secara statistik dengan terjadinya dismenore. Asupan makanan yang tidak memadai, terutama zat besi, dapat mengakibatkan kekurangan gizi, yang pada gilirannya dapat menyebabkan anemia. Anemia adalah suatu kondisi konstitusional yang menyebabkan penurunan kemampuan tubuh untuk menanggung ketidaknyamanan, yang dapat mengakibatkan dismenore selama periode menstruasi. Sementara obesitas dapat menyebabkan dismenore sebagai akibat dari peningkatan jaringan lemak, itu juga dapat disebabkan oleh kondisi gizi yang buruk. Itulah yang menyebabkan hiperplasia, atau penyempitan pembuluh darah, pada organ reproduksi wanita akibat penimbunan jaringan lemak.

Stres didefinisikan sebagai ketidakmampuan seseorang untuk mengelola risiko terhadap kesejahteraan fisik, mental, emosional, dan spiritualnya hingga suatu hari nanti dapat berdampak negatif pada kesehatan fisik seseorang. Menurut temuan penelitian ini, semakin intens stres yang dialami remaja, semakin besar proporsi rasa sakit yang akan mereka derita. Stres dikenal sebagai faktor yang berkontribusi terhadap dismenore. Sebagai hasil dari produksi prostaglandin, yang meningkat seiring dengan meningkatnya frekuensi periode menstruasi, produksi prostaglandin juga meningkat, yang mengakibatkan perkembangan ketidaknyamanan dismenore. Stres pada remaja dapat disebabkan oleh berbagai masalah dan kekhawatiran. Peneliti lain telah

menemukan bahwa stres dipicu oleh berbagai peristiwa seperti kematian orang yang dicintai, perselisihan keluarga, kesulitan sekolah, dan konflik dengan teman sebaya. Stres yang dialami remaja, di sisi lain, dapat dikelola dengan berbagai cara, seperti mendengarkan musik, berolahraga, menulis diare, atau bernyanyi dan menari untuk meredakannya. Oleh karena itu, remaja putri dihimbau untuk menjaga pengendalian diri agar dapat menurunkan tingkat stres yang dialaminya, karena jika dalam kondisi tenang kemungkinan menderita dismenore akan turun secara signifikan.

V. KESIMPULAN

1. "Prevalensi kejadian dismenorea pada remaja SMA dan sederajat di Pondok Pesantren Salafiya Syafiiyah Situbondo Tahun 2022 50,76% mengalami *Disminore* nyeri ringan.
2. Kejadian *Disminorea* berdasarkan karakteristik remaja antara lain :
 - a. 53,84% remaja memiliki Indeks Masa Tubuh (IMT) normal. IMT tidak mempunyai hubungan yang signifikan dengan kejadian *disminorea*.
 - b. Stress sedang merupakan yang paling banyak dialami oleh remaja putri (46,15%). Ditemukan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan kejadian *disminorea*."

VI. DAFTAR PUSTAKA

1. 'Emilia, O. (2018) 'FAKTOR-FAKTOR YANG MEMPENGARUHI PEMANFAATAN PERSONAL COMPUTER (Studi Empiris di Terboyo Semarang)'."
2. "Kostania Gita, E. al (2017) *Adaptasi Kebiasaan Baru dalam Kebidanan di era Pandemi Covid-19, Angewandte Chemie International Edition*, 6(11), 951–952. Available at: <https://ejournal.unisba.ac.id/index.php/k>

[ajian_akuntansi/article/view/2615%0Aht tp://scholar.unand.ac.id/60566/.](https://scholar.unand.ac.id/60566/)"

3. "Kristina, C., Hasanah, O. and Zukhra, R. M. (2021) 'Perbandingan Teknik Relaksasi Otot Progresif dan Akupresur Terhadap Dismenore Pada Mahasiswi FKP Universitas Riau', *Health Care : Jurnal Kesehatan*, 10(1), pp. 104–114. doi: 10.36763/healthcare.v10i1.96."
4. "PRAVIKASARI, N. (2014) 'Perbedaan Senam Hamil Dan Teknik Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Punggung Bawah Pada Ibu Hamil Trimester Iii', pp. 1–81. Available at: [http://eprints.undip.ac.id/43150/.](http://eprints.undip.ac.id/43150/)"
5. "Rejeki, S. (2019) 'Gambaran Tingkat Stres Dan Karakteristik Remaja Putri Dengan Kejadian Dismenore Primer', *Jurnal Kebidanan*, 8(1), p. 50. doi: 10.26714/jk.8.1.2019.50-55."
6. Saifudin (2010) *Keluarga Berencana*. Jakarta: Lentera.
7. Susanti, N. Y. (2015) "PENGARUH PANTANG MAKANAN TERHADAP KESEMBUHAN LUKA PERINEUM PADA IBU POST PARTUM", "*Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 2(2), pp. 88-93. Available at: <https://journal.ibrahimy.ac.id/index.php/oksitosin/article/view/428> (Accessed: 1February2022"
8. "Suryani, P. and Handayani, I. (2018) 'Senam Hamil Dan Ketidaknyamanan Ibu Hamil Trimester Ketiga', *Jurnal Kebidanan*, 5(01), pp. 33–39."
9. "Susanti, N. Y. et al. (2014) 'Hubungan Pendampingan Suami Dengan Lama Kala I', *Oksitosin Kebidanan*, 1(1), pp. 1–7."
10. Susanti, N. Y. and Putri, N. K. (2019) "PENGEMBANGAN SENAM HAMIL DAN PENGARUHNYA TERHADAP

- PENGURANGAN KELUHAN NYERI PINGGANG PADA IBU HAMIL TRIMESTER III", *"Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 6(1), pp. 45-49. doi: 10.35316/oksitosin.v6i1.343."
11. Susanti, N. Y. and Eliyawati, E. (2018) "PENGARUH SUSU KEDELEI TERHADAP PENURUNAN NYERI PINGGANG PADA IBU PRA MENOPAUSE", *"Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 5(2), pp. 101-107. doi: 10.35316/oksitosin.v5i2.350"
12. "Tyas, J. K., Ina, A. A. and Tjondronegoro, P. (2018) 'Pengaruh Terapi Akupresur Titik Sanyinjiao Terhadap Skala Dismenore', *Jurnal Kesehatan*, 7(1), p. 1. doi: 10.46815/jkanwvol8.v7i1.75."
13. "Wahyuni, R. S. and Oktaviani, W. (2018) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Dismenore pada Remaja Putri SMP PGRI Pekanbaru', *Jurnal Endurance*, 3(3), p. 618. doi: 10.22216/jen.v3i3.2723."
14. Susanti, N. Y. (2021) "Terapi Akupreseur Untuk Penurunan Nyeri Haid", *"Oksitosin : Jurnal Ilmiah Kebidanan*, 8(2), pp. 145-150. doi: 10.35316/oksitosin.v8i2.1376"
15. Nikmah, Nurun. et al. (2020). *Analisis Personal Hygiene Dengan Kejadian Scabies Pada Santri Di Pondok Pesantren*. Nursing update: Jurnal Ilmiah Ilmu Keperawatan P-ISSN: 2085-5931 e-ISSN: 2623-2871