

Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Terjadinya Disminoroe Primer Pada Remaja Di RT 02 KEL.Sukamaju KEC. Cilodong Depok Tahun 2025

¹Febe, ²Triana Istiadah, ³Hajeng Arum Mustika, ⁴Paramita Mustari

^{1,2,3,4} Universitas Bahkti Pertiwi Indonesia, Jl. Jagakarsa Raya No.37, Kota Jakarta Selatan,
Daerah Khusus Ibukota Jakarta 12610
e-mail: febeangel01@gmail.com

Abstrak

Dismenore (74,3%), (Kemenkes RI, 2020) Kejadian dismenore di Indonesia tercatat sebanyak 72,89% dan sebanyak 54% terjadi pada remaja putri, (Kemenkes RI, 2021) bekerja sama dengan Burnet Institute yang melakukan penelitian tentang kejadian dismenore remaja putri melaporkan sebanyak 93,2% mengalami dismenore. Hasil angka kejadian dismenore di Jawa Barat, adalah sebanyak 54,9% wanita mengalami dismenore, terdiri dari 24,5% dalam kategori ringan, 21,28% kategori ringan, dan 9,36% mengalami dismenore berat. (Rahayu, 2023) Tujuan : Untuk mengetahui faktor-faktor yang mempengaruhi terjadinya disminorea primer pada Remaja Putri di RT 02 Kel. Sukamaju Cilodong Depok

Instrumen yang digunakan pada penelitian ini adalah digunakan berupa kuesioner yang diberikan kepada responden, **hasil penelitian diperoleh responden yang mengalami disminorea adalah 70,6% dari variable usia menarche yang mengalami usia lebih atau sama dengan 10 tahun yaitu 85,3%**, dari variabel lamanya menstruasi yang mengalami lama menstruasi yang kurang dari 7 hari yaitu 58,8%, dari variabel banyaknya menstruasi lebih atau sama dengan 3 kali ganti pembalut yaitu 50,0%, dari variabel olahraga yang melakukan olahraga kurang dari 2 kali seminggu yaitu 91,2% dan dari variabel yang mengalami stress yaitu 70,6%. Kesimpulan yang didapatkan adalah Dari 5 variabel yang diteliti hanya 1 variabel yang berpengaruh terhadap kejadian disminorea yaitu variabel stress dengan p value = 0,000 sedangkan variabel usia menarche, lamanya menstruasi, banyaknya menstruasi, olahraga tidak ada pengaruh dengan kejadian disminorea dengan p value = 0,618 p value = 1,000 p value = 1,000 p value = 0,715.

Kata Kunci : Remaja, Disminoroe, Olga, Stres.

Abstract

According to the World Health Organization (WHO) the number of dysmenorrhea in the world of children aged 9-15 years experiencing dysmenorrhea (74.3%), (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2020) The incidence of dysmenorrhea in Indonesia was recorded at 72.89% and as many as 54% occurred in adolescent girls, (Ministry of Health of the Republic of Indonesia, 2021) in collaboration with the Burnet Institute which conducted research on the incidence of dysmenorrhea in adolescent girls reported that 93.2% experienced dysmenorrhea. The results of the incidence of dysmenorrhea in West Java, were as many as 54.9% of women experienced dysmenorrhea, consisting of 24.5% in the mild category, 21.28% in the mild category, and 9.36% experienced severe dysmenorrhea. (Rahayu, 2023) Objective: To determine the factors that influence the occurrence of primary dysmenorrhea in adolescent girls in RT 02 Kel. Sukamaju Cilodong Depok

The instrument used in this study was a questionnaire administered to respondents. The results showed that 70.6% of respondents experienced dysmenorrhea. 85.3% of respondents experienced menarche at age greater than or equal to 10 years; 58.8% experienced menstrual duration less than 7 days; 50.0% experienced menstrual frequency more than or equal to 3 sanitary pad changes; 91.2% experienced exercise less than twice a week; and 70.6% experienced stress. The conclusion obtained is that of the 5 variables studied, only 1 variable has an effect on the incidence of dysmenorrhea, namely the stress variable with a p value of 0.000, while the variables of age at menarche, duration of menstruation, amount of menstruation, exercise have no effect on the incidence of dysmenorrhea with a p value of 0.618 p value = 1.000 p value = 1.000 p value = 0.715.

Keywords : Adolescents, Dysmenorrhea, Olga, Stress.

PENDAHULUAN

Remaja menurut World Health Organization (WHO), merupakan penduduk yang memiliki umur 10-19 tahun, sedangkan menurut Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana (BKKBN) remaja merupakan penduduk yang memiliki umur 10-24 tahun dan belum melakukan pernikahan (BPS, 2020). Remaja akan mengalami masa pubertas. Pada remaja putri, pubertas salah satunya ditandai oleh menstruasi. Sebagian besar remaja putri merasakan gangguan saat menstruasi, seperti rasa nyeri atau kram pada perut yang biasanya dikatakan dengan kejadian dismenore. Dismenore seringkali mengganggu aktivitas dan produktivitas remaja putri.

Menurut World Health Organization (WHO) angka dismenore pada di dunia anak umur 9-15 tahun mengalami dismenore (74,3%), (Kemenkes RI, 2020) Kejadian dismenore di Indonesia tercatat sebanyak 72,89% dan sebanyak 54% terjadi pada remaja putri, (Kemenkes RI, 2021) bekerja sama dengan Burnet Institute yang melakukan penelitian tentang kejadian dismenore remaja putri melaporkan sebanyak 93,2% mengalami dismenore. Hasil angka kejadian dismenore di Jawa Barat, adalah sebanyak 54,9% wanita mengalami dismenore, terdiri dari 24,5% dalam kategori ringan, 21,28% kategori ringan, dan 9,36% mengalami dismenore berat. (Rahayu, 2023)

Data terbaru menunjukkan bahwa 60-90% perempuan usia reproduksi mengalami dismenore, dengan 10-15% di antaranya mengalami nyeri yang sangat berat hingga mengganggu produktivitas harian. (Chana, 2024). Berdasarkan data Badan Pusat Statistik tahun 2022 terdapat 83.330 remaja putri berusia 10-14 tahun dan 81.314 remaja putri berusia 15-19 tahun di Kota Depok pada tahun 2022. Populasi remaja putri di Depok usia 10-19 tahun mencapai 164.644 jiwa, yang merupakan kelompok usia rentan terhadap gangguan menstruasi (BPS, 2020). Angka Kejadian Disminorhoe pada siswi SMAN 5 Depok Sebanyak 81,4% siswi mengalami dismenorea primer. (Amalia, 2020)

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada remaja Putri di RT 02 kelurahan sukamaju terhadap 10 remaja, di dapatkan 7 orang (70%) remaja putri yang mengalami disminorea dan 3 orang (30%) remaja putri yang tidak mengalami disminorea Dengan data diatas maka peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Faktor-faktor yang mempengaruhi disminorea primer pada remaja Putri di RT 02 Kel. Sukamaju Depok Tahun 2025.”

METODE PENELITIAN

Metode dalam penelitian ini adalah menggunakan deskriptif analitik, dan desain penelitian yang digunakan adalah Cross sectional yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek, dengan cara pendekatan, pengumpulan data sekaligus dalam waktu yang bersamaan atau point time approach (Notoatmodjo, 2012)

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pengaruh antara usia menarche dengan disminorea pada Remaja Putri di RT 02 Kel. Sukamaju Cilodong Depok Sidamukti Tahun 2025

Usia menarche	Disminorea				Total		OR (95%CI)	P Value
	Iya		Tidak		n	%		
	n	%	N	%				
< 10 tahun	3	60,0	2	40,0	5	100	0,571 (0,080-4,080)	0,618
≥ 10 tahun	21	72,4	8	27,6	29	100		
jumlah	24	70,6	10	29,4	34	100		

Berdasarkan penelitian ini dari variabel usia menarche yang lebih atau sama dengan 10 tahun lebih banyak mengalami disminorea yaitu 85,3% dibandingkan dengan usia menarche kurang dari 10 tahun yaitu 14,7%, dan pada penelitian ini didapat nilai p value = 0,618 artinya tidak ada pengaruh antara usia menarche dengan kejadian disminorea. Menurut Bare & Smelzer, (2010) yaitu menarche pada usia lebih awal dapat menimbulkan rasa nyeri dikarenakan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan-perubahan.

Penelitian ini sesuai dengan jurnal Frenita Shopia yang menyatakan bahwa nilai p value = 0,210 artinya tidak ada pengaruh antara usia menarche dengan disminorea pada siswi SMK Negeri 10 Medan Untuk itu dapat disimpulkan bahwa ada kesenjangan antara teori dengan hasil penelitian karena didapat lebih banyak siswi yang mengalami usia menarche lebih dari atau sama dengan 10 tahun sedangkan teori Bare & Smelzer yang mengalami disminorea adalah yang memiliki usia lebih awal atau kurang dari 10 tahun karena alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan-perubahan. Dan hasil penelitian ini sesuai dengan jurnal Frenita Shopia yang menyatakan tidak ada pengaruh antara usia menarche dengan disminorea. Kejadian disminorea pada remaja putri di RT02 Kp. Sidamukti, mungkin dikarenakan adanya faktor penyebab yang lain seperti faktor stress, faktor status gizi, faktor endokrin atau yang lainnya.

Pengaruh antara banyaknya menstruasi dengan disminorea pada Remaja Putri di RT 02 Kel. Sukamaju Cilodong Depok Sidamukti Tahun 2025

Banyaknya menstruasi	Disminorea				Total		OR (95% CI)	P Value
	Iya		Tidak		n	%		
	n	%	N	%				
< 3 kali ganti pembalut	12	70,6	5	29,4	17	100	1,000 (0,229 -4,373)	1,000
≥ 3 kali ganti pembalut	12	70,6	5	29,4	17	100		
jumlah	24	70,6	10	29,4	34	100		

Berdasarkan penelitian ini dari variabel banyaknya menstruasi yang lebih atau sama dengan 3 kali ganti pembalut sama banyaknya yang mengalami disminorea yaitu 50,0% sedangkan dengan banyaknya menstruasi yang kurang dari 3 kali ganti pembalut yaitu 50,0%, dan pada penelitian ini didapat nilai p value = 1,000 artinya tidak ada pengaruh antara banyaknya menstruasi dengan kejadian disminorea.

Menurut dr. Hari (2014) yaitu darah keluar saat menstruasi yang normal berjumlah 30-40 ml, dan seorang wanita dianggap mengalami haid berlebihan jika kuantitas darah yang keluar berkisar antara 60-80 ml. Pembalut wanita memiliki daya tampung 15-20 cc sedang, sehingga jika dalam satu hari menghabiskan 3 pembalut (penuh) masih dianggap normal dan jika darah yang keluar lebih dari normal dapat menyebabkan kontraksi pada uterus yang menimbulkan nyeri pada saat menstruasi.

Untuk itu dapat disimpulkan bahwa tidak ada kesenjangan antara teori dengan hasil penelitian karena didapat sama banyaknya siswi yang mengalami banyaknya menstruasi lebih dan kurang dari 3 kali ganti pembalut dan menurut teori dr. Hari bahwa jika darah yang keluar lebih

dari normal atau lebih dari 3 kali ganti pembalut dapat menyebabkan kontraksi pada uterus yang menimbulkan nyeri pada saat menstruasi.

Pengaruh antara olahraga dengan disminorea pada Remaja Putri di RT 02 Kel. Sukamaju Cilodong Depok Sidamukti Tahun 2025

Olahraga	Disminorea				Total		OR (95%CI)	P Value
	Iya		Tidak		n	%		
	n	%	N	%				
< 2 kali seminggu	12	75,0	4	25,0	16	100	1,500 (0,336 - 6,702)	0,715
≥ 2 kali seminggu	12	66,7	6	33,3	18	100		
jumlah	24	70,6	10	29,4	34	100		

Berdasarkan penelitian ini dari variabel olahraga yang kurang dari 2 kali seminggu lebih banyak mengalami disminorea yaitu 91,2% dibandingkan dengan yang olahraga lebih dari 2 kali seminggu yaitu 8,8%, dan pada penelitian ini didapat nilai p value = 0,715 artinya tidak ada pengaruh antara olahraga dengan kejadian disminorea.

Menurut Prawiroharjo (2012) Olahraga merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat mengurangi nyeri. Kejadian disminore akan meningkat dengan kurangnya aktifitas selama menstruasi dan kurangnya berolahraga, hal ini dapat menyebabkan sirkulasi darah dan oksigen menurun. Dampak pada uterus adalah aliran darah dan sirkulasi oksigen pun berkurang dan menyebabkan nyeri.

Penelitian ini tidak sesuai dengan jurnal Frenita Sophia yang menyatakan bahwa nilai p value = 0,019 artinya ada pengaruh antara olahraga dengan disminorea pada siswi SMK Negeri 10 Medan. Untuk itu dapat disimpulkan bahwa ada kesenjangan antara teori dengan hasil penelitian karena dari hasil penelitian didapat tidak ada pengaruhnya antara olahraga dengan disiminorea sedangkan menurut Prawiroharjo (2012) menyatakan bahwa Kejadian disminorea akan meningkat dengan kurangnya aktifitas selama menstruasi dan kurangnya berolahraga, hal ini dapat menyebabkan sirkulasi darah dan oksigen menurun. Dampak pada uterus adalah aliran darah dan sirkulasi oksigen pun berkurang dan menyebabkan nyeri. Dan penelitian ini tidak sesuai dengan jurnal Frenita Sophia yang menyatakan bahwa ada pengaruh antara olahraga dengan disminorea.

Pengaruh antara stress dengan disminorea pada Remaja Putri di RT 02 Kel. Sukamaju Cilodong Depok Sidamukti Tahun 2025

Stress	Disminorea				Total		OR (95%CI)	P Value
	Iya		Tidak					
	n	%	N	%	n	%		
Stress ≥ 4	24	100	0	0	24	100	100	0,000
Tidak stress < 4	0	0	10	100	10	100		
jumlah	24	70,6	10	29,4	34	100		

Berdasarkan penelitian ini dari variabel yang mengalami stress yaitu sebanyak 70,6% dibandingkan dengan yang tidak mengalami stress yaitu 29,4%. Dan penelitian ini didapat nilai p value = 0,000 artinya ada pengaruh antara stress dengan kejadian disminorea. Dan dengan OR = 100 maka responden yang mengalami stress berpeluang 100 kali lebih besar dari pada yang tidak mengalami stress.

Menurut Morgan & Hamilton (2009) Stress menimbulkan penekanan sensasi syaraf- syaraf pinggul dan otot-otot punggung bawah sehingga menyebabkan disminorea. Penelitian ini sesuai dengan jurnal Muhamad Ilmi yang menyatakan bahwa nilai p value = 0,037 artinya ada pengaruh antara stress dengan kejadian disminorea pada siswi SMA Kristen Kanaan Banjarmasin.

Untuk itu dapat disimpulkan bahwa ada kesenjangan antara teori dengan hasil penelitian karena hasil penelitian didapat lebih banyak siswi yang mengalami stress. Sedangkan menurut teori Morgan & Hamilton bahwa stress menimbulkan penekanan sensasi syaraf- syaraf pinggul dan otot-otot punggung bawah sehingga menyebabkan disminorea. Dan hasil penelitian ini sesuai dengan jurnal Muhamad Ilmi yang menyatakan ada pengaruh antara stress dengan kejadian disminorea.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan, maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

- Distribusi frekuensi dari 34 responden yang mengalami disminorea adalah 70,6%, dari variabel usia menarche yang mengalami usia lebih atau sama dengan 10 tahun yaitu 85,3%, dari variabel lamanya menstruasi yang mengalami lama menstruasi yang kurang dari 7 hari yaitu 58,8%, dari variabel banyaknya menstruasi lebih atau sama dengan 3 kali ganti pembalut yaitu 50,0%, dari variabel olahraga yang melakukam olahraga kurang dari 2 kali seminggu yaitu 91,2% dan dari variabel yang mengalami stress yaitu 70,6%.
- Dari 5 variabel yang diteliti hanya 1 variabel yang berpengaruh terhadap kejadian disminorea yaitu variabel stress dengan p value = 0,000 sedangkan variabel usia menarche, lamanya menstruasi, banyaknya menstruasi, olahraga tidak ada pengaruh dengan kejadian disminorea dengan p value = 0,618 p value = 1,000 p value = 1,000 p value = 0,715.

SARAN

- a. Bagi Remaja
Meningkatkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi yang berhubungan dengan penanganan dismenorea bagi pengelola UKS.
- b. Bagi Institusi
Diharapkan agar dapat dijadikan referensi penelitian lain dalam intervensinya.
- c. Bagi Peneliti
Diharapkan dapat menambah pengetahuan tentang faktor-faktor yang mempengaruhi dismenorea.

DAFTAR PUSTAKA

- Amalia, S. (2020). *Hubungan Antara Status Gizi, Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi SMAN 5 Depok Tahun 2020* [Skripsi, Universitas Muhammadiyah Prof. DR. HAMKA]. Repository UHAMKA.
- Critchley, H. O. D. et al. Menstruation: Science and Society. *Am. J. Obstet. Gynecol.* 223, 624–664 (2020). <https://doi.org/10.1016/j.ajog.2020.06.004>
- Hennegan, J., et al. (2021). Menstrual health: A definition for policy, practice, and research. *Sexual and Reproductive Health Matters*.
<https://e-Journal.unair.ac.id>. Syafilla, 2024. Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMAIT Raflesia Depok Tahun 2024
- World Health Organization. (2024). *Menstrual health is a fundamental human right*. WHO News.
- Prawirohardjo Sarwono, 2020 Ilmu Kebidanan / Jakarta : Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, <https://kebidanan.almaata.ac.id/dismenore-mengatasi-nyeri-haid-yang-menggangu-dengan-cara-sehat-dan-berbasis-bukti/>
- <https://repository.universitalirsyad.ac.id/id/eprint/54/3/BAB%202.pdf> Notoatmodjo, S. (2023). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta Sugiyono. (2022). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Alfabeta.