

Original Article\*)

**Hubungan Menarche, Pola Menstruasi, Dan Status Gizi Dengan Dismenorea Primer Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur***(The Relationship Between Menarche, Menstrual Patterns, and Nutritional Status with Primary Dysmenorrhoea in Adolescent Girls at SMP Negeri 1 Ciranjang, Cianjur Regency)***Retta Pebriana**<sup>1</sup>Universitas Indonesia Maju, Jakarta, Indonesia

Email correspondent: rettafebriana3@gmail.com

---

**Abstract**

**Introduction:** *Dysmenorrhea* occurs in teenagers with a prevalence ranging from 43% to 93% where around 74-80% of teenagers experience mild dysmenorrhea while the incidence of endometriosis in teenagers who do not respond positively to treatment for menstrual pain endometriosis is found in 67% of cases. The general aim of this research is to find out relationship between menarche, nutritional status and menstrual patterns with dysmenorrhoea in adolescent girls at SMP Negeri 1 Ciranjang Cianjur Regency in 2022.

**Methods:** The research that will be carried out in this research is analytical descriptive research namely research that describes each variable and then looks for the relationship between one variable with another variable using a *cross-sectional* approach.

**Results:** Research result the majority of respondents namely 34 (64,2%) have a bad lifestyle the majority of respondents do not experience stress, namely 35 people (66%); the majority of respondents namely 30 people (56,6%) have normal menstrual patterns. Most of the respondents namely 27 people (50,9%) did not experience dysmenorrhoea.

**Discussion:** There is a relationship the relationship between lifestyle, stress levels and menstrual patterns with the incidence of dysmenorrhea in young women at SMP Negeri 1 Ciranjang Cianjur Regency in 2022. Expected young women can controlling primary dysmenorrhoea factors that can be changed such as lifestyle, stress levels, nutritional status and exercise habits through increasing knowledge and implementing healthy lifestyle patterns.

**Keywords:** lifestyle, stress levels, menstrual patterns, dysmenorrhea

**Artikel**

Disubmit (Received) : 18 October 2023

Diterima (Accepted) : 22 October 2024

Diterbitkan (Published) : 23 October 2024

**Copyright: © 2024 by the authors. License DPOAJ, Jakarta, Indonesia. This article is an open-access article distributed under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY SA) license (<https://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>)**

## Pendahuluan

Masa pematangan fisik berjalan kurang lebih selama dua tahun. Biasanya dihitung mulai haid yang pertama pada wanita. Kesehatan reproduksi remaja saat ini masih menjadi masalah yang perlu mendapat perhatian.<sup>1</sup> Kesehatan reproduksi remaja tidak hanya masalah seksual saja tetapi juga menyangkut segala aspek tentang reproduksi mereka. Pemahaman tentang menstruasi sangat diperlukan untuk dapat mendorong remaja yang mereka alami dan ketidaknyamanan yang dihubungkan dengan yang disebut dismenore.<sup>2</sup> Wanita dikatakan memasuki masa remaja jika wanita tersebut mengalami menstruasi. Hal ini disebabkan karena adanya ketegangan emosional yang meningkat yang dapat mengakibatkan perubahan fisik dan kelenjar akhirnya dapat mengalami beberapa gangguan seperti perubahan pikiran dan perilaku.<sup>3</sup> Keluhan yang terjadi saat mensruasi meliputi bagian bawah terasa nyeri, haid menjadi tidak teratur, sakit pinggang dan salah satunya dismenorea.<sup>25</sup> Dismenore merupakan suatu fenomena simtomatik pada saat menstruasi meliputi nyeri perut, kram dan sakit punggung bawah.<sup>4</sup> Menurut *World Health Organization* (WHO) angka *dismenorea* di dunia sangat besar rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami *dismenore*.

Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dismenore* dan 10-15% mengalami *dismenore* berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini akan menurunkan kualitas hidup. Bahkan di Amerika diperkirakan perempuan kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan akibat *dismenore*. *Dismenore* menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak hadir di sekolah dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari.<sup>5</sup> Kejadian dismenorea dialami oleh 90% dari 1,769,425 wanita; dimana 10-15% wanita mengalami dismenore berat (WHO (2012) dalam jurnal Delistianti et al (2019). Wanita muda usia 17-24 tahun dengan prevalensi 67-90% lebih banyak mengalami dismenore. Sedangkan, prevalensi di Indonesia sekitar 54,89% pada remaja wanita usia 14-19 tahun yang mengalami kejadian dismenore primer. Dimana dilaporkan rata-rata > 50% wanita mengalami dismenore primer di berbagai Negara.<sup>6</sup>

Di Indonesia angka kejadian *dismenore* sebesar 64,25% yang terdiri dari *dismenore* primer sekitar 54,89% sedangkan sisanya penderita dengan *dismenore* sekunder (Info sehat 2008 dalam Eka 2014). *Dismenore* terjadi pada remaja dengan prevelensi berkisar antara 43% hingga 93%, dimana sekitar 74-80% remaja mengalami *dismenore* ringan sementara angka kejadian endometriosis pada remaja yang tidak memberikan respon positif terhadap penanganan untuk nyeri haid endometriosis ditemukan pada 67% kasus. Kelainan terjadi pada 60-70% wanita di Indonesia dengan 15% diantaranya mengeluh bahwa aktivitas mereka menjadi terbatas akibat *dismenore*.<sup>7</sup> Berdasarkan penelitian Arnis (2012) dalam *Journal Keperawatan Aisyiyah* tahun 2015 diperoleh hasil angka kejadian *dismenore* di Jawa Barat yaitu sebanyak 54,9% wanita mengalami *dismenore*; terdiri dari 24,5% kategori ringan; 21,28% kategori sedang dan 9,36% mengalami *dismenore* kategori berat.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Annisa Tristiana (2017) pada santri di sebuah Pondok Pesantren di Kabupaten Bogor diperoleh hasil bahwa remaja putri yang mengalami *dismenore* primer sebanyak 76 responden (88,4%) dan 10 responden (11,6%) tidak mengalami *dismenore* primer. Sedangkan di Kabupaten Cianjur tidak ada data yang ditemukan tentang angka kesakitan remaja mengalami dismenorrhoe. Namun berdasarkan hasil survey terhadap 10 orang remaja putri di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur dari 10 remaja yang mengalami haid; 7 (70%) diantaranya mengalami dismenorrhoe yang terjadi di awal menstruasi dan 3 (30%) remaja putri tidak mengalami dismenorea.

Dismenorea sering membuat remaja tidak nyaman bahkan ada yang sampai mengganggu aktivitas. Karena dismenorea tidak hanya nyeri di perut, tetapi bisa sampai mual muntah, nyeri pinggang, nyeri punggung, berkeringat dingin, nyeri kepala dan pingsan. Beberapa orang yang dismenorea ada yang harus beristirahat dan meninggalkan aktivitasnya selama beberapa jam atau sampai beberapa hari.<sup>11</sup> Hal ini dikarenakan tingkat dismenorea setiap orang berbeda ada yang ringan, sedang dan berat.<sup>16</sup> Beberapa faktor risiko yang berhubungan dengan beratnya tingkat dismenorea adalah umur yang lebih muda saat terjadinya menarche, siklus menstruasi yang tidak normal, menstruasi yang lama, obesitas, gizi kurang, kurangnya aktivitas fisik dan riwayat keluarga dengan

dismenorea. Perokok dan penggunaan alkohol juga berhubungan dengan terjadinya dismenorea primer.<sup>13</sup> Hal ini sesuai dengan penelitian Savitri dkk (2019) dimana terdapat hubungan antara status gizi dan usia *menarche* dengan kejadian *dismenore* dengan tingkat korelasi yang rendah pada siswi SMP Negeri 2 Sawan. Penelitian Yani dkk (2021) menunjukkan bahwa hasil dari analisis tersebut membuktikan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara siklus menstruasi terhadap dismenore primer pada remaja putri (0,000 kurang dari 0,05) dengan kekuatan korelasi kuat (0,771).

Di Indonesia angka kejadian *dismenore* sebesar 64,25% yang terdiri dari *dismenore* primer sekitar 54,89% sedangkan sisanya penderita dengan *dismenore* sekunder (Info sehat 2008 dalam Eka 2014). *Dismenore* terjadi pada remaja dengan prevalensi berkisar antara 43% hingga 93%; dimana sekitar 74-80% remaja mengalami *dismenore* ringan; sementara angka kejadian endometriosis pada remaja yang tidak memberikan respon positif terhadap penanganan untuk nyeri haid, endometriosis ditemukan pada 67% kasus. Kelainan terjadi pada 60-70% wanita di Indonesia dengan 15% diantaranya mengeluh bahwa aktivitas mereka menjadi terbatas akibat *dismenore*.<sup>13</sup> Berdasarkan penelitian Arnis (2012) dalam Journal Keperawatan Aisyiyah tahun 2015 diperoleh hasil angka kejadian *dismenore* di Jawa Barat yaitu sebanyak 54,9% wanita mengalami *dismenore*; terdiri dari 24,5% kategori ringan; 21,28% kategori sedang dan 9,36% mengalami *dismenore* kategori berat. Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Annisa Tristiana (2017) pada santri di sebuah Pondok Pesantren di Kabupaten Bogor diperoleh hasil bahwa remaja putri yang mengalami *dismenore* primer sebanyak 76 responden (88,4%) dan 10 responden (11,6%) tidak mengalami *dismenore* primer.

Sedangkan di Kabupaten Cianjur tidak ada data yang ditemukan tentang angka kesakitan remaja mengalami dismenorrhoe. Namun berdasarkan hasil survey terhadap 10 orang remaja putri di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur dari 10 remaja yang mengalami haid; 7 (70%) diantaranya mengalami dismenorrhoe yang terjadi di awal menstruasi dan 3 (30%) remaja putri tidak mengalami dismenorea. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan Januari 2023 didapatkan dari 7 orang siswi yang mengalami *dysmenorea* 2 orang memiliki IMT dibawah batas normal; sementara 3 orang memiliki pola menstruasi yang tidak teratur seperti kadang menstruasi mengalami 2 kali dalam sebulan atau kadang 3 bulan sekali; 2 orang lagi tidak ada masalah. Sebelumnya belum pernah ada yang meneliti terkait penelitian diatas sehingga penulis tertarik mengambil penelitian ditempat ini. Ruang Lingkup dalam penelitian ini yaitu terdiri dari tujuan penelitiannya untuk mengetahui hubungan *menarche* status gizi dan pola menstruasi terhadap dismenorea pada remaja putri di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur tahun 2022. Waktu penelitian bulan Desember-Januari tahun 2023. Populasi dalam penelitian ini seluruh remaja putri yang ada di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur. Analisis data menggunakan univariate dan bivariate dengan uji statistik *chi-square*.

## Metode

Pada penelitian ini peneliti menggunakan metode penelitian kuantitatif. Penelitian yang akan dilakukan dalam penelitian ini adalah penelitian deskriptif analitik dengan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini mengetahui hubungan *menarche*, status gizi, pola menstruasi dengan *dysmenorea* pada remaja di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur tahun 2023 dari Desember-Januari 2022. Populasi dalam penelitian ini remaja putri yang ada di SMP Negeri 1 Ciranjang Kelas X Kabupaten Cianjur sebanyak 134 orang. Sampel diambil dengan menggunakan rumus slovin sehingga sampel berjumlah 57 orang dan diambil dengan tehnik pengambilan sampel *Accidental Sampling*. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan kusioner dengan memberikan kusioner untuk dilakukan pengisian pada pertanyaan yang telah disiapkan kemudian hasil jawaban kusioner dikumpulkan dan dilakukan pengelolaan dan analisis data. Analisis data yang dilakukan berupa analisis univariate dengan melihat distribusi frekuensi dan analisa bivariate dengan uji *chi-square*.

## Hasil

### Analisa Univariate

#### Gambaran *Menarche*

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi *Menarche* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur Tahun 2023

No	Menarche	Frekuensi	Presentasi %
1	Tidak Normal	19	33,3
2	Normal	38	66,7
	Total	57	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa lebih dari setengahnya responden memiliki riwayat *menarche* normal sebanyak 38 orang (66,7%).

**Gambaran Status Gizi**

**Tabel 2.** Distribusi Frekuensi Status Gizi Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur Tahun 2023

No	Status Gizi	Frekuensi	Presentasi %
1	Tidak Normal	37	64,9
2	Normal	20	35,1
	Total	57	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui lebih dari setengahnya responden mempunyai status gizi tidak normal sebanyak 37 orang (64,9%).

**Gambaran Pola Menstruasi**

**Tabel 3.** Distribusi Frekuensi Pola Menstruasi Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur Tahun 2023

No	Pola Menstruasi	Frekuensi	Presentasi %
1	Tidak Teratur	32	56,1
2	Teratur	25	43,9
	Total	57	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa lebih dari setengahnya responden yaitu 32 orang (56,1%) memiliki pola menstruasi tidak teratur.

**Gambaran Kejadian Dismenorea Primer**

**Tabel 4.** Distribusi Frekuensi *Menarche* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur Tahun 2023

No	Kejadian Dismenorea	Frekuensi	Presentasi %
1	Dismenorea	29	50,9
2	Tidak Dismenorea	28	49,1
	Total	57	100

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa lebih dari setengahnya responden mengalami dismenorea primer sebanyak 29 orang (50,9%).

**Analisa Bivariate**

**Hubungan *Menarche* Dengan Kejadian Dismenorea**

**Tabel 5.** Hubungan *Menarche* Dengan Kejadian *Dismenorea* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri I Ciranjang Kabupaten Cianjur Tahun 2023

Menarche	Kejadian Dismenorea				Total		P-Value	OR
	Dismenorea		Tidak Dismenorea		F	%		
	F	%	F	%				
Tidak Normal	15	78,9	4	21,1	19	100	0,007	6,43
Normal	14	36,8	24	63,2	38	100		
Total	29	50,9	28	49,1	57	100		

Berdasarkan tabel 5 diatas dapat diketahui bahwa sebagian kecil responden yang mengalami *menarche* tidak normal mengalami *dismenorea* sebanyak 15 orang (78,9%). Sementara responden yang mengalami pola menstruasi normal tidak *dismenorea* sebanyak 24 orang (63,2%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan hubungan yang bermakna dengan nilai  $p = 0.007 < 0,05$ . Dengan demikian maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa terdapat hubungan antara *menarche* dengan *dismenorea* pada remaja putri. Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 6,43 artinya responden yang mempunyai riwayat *menarche* tidak normal berpeluang 6,43 kali mengalami *dismenorea*.

**Pembahasan**

**Analisa Univariante**

**Gambaran *Menarche*, Status Gizi Dan Pola Menstruasi Dan Kejadian *Dismenorea* Pada Remaja Putri Di SMP Negeri 1 Ciranjang Kabupaten Cianjur Tahun 2023**

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa lebih dari setengahnya responden mengalami *menarche* normal sebanyak 38 orang (66,7%). Menstruasi pertama atau *menarche* yang dialami oleh wanita usia subur (WUS) merupakan tanda awal masuknya seorang perempuan dalam masa reproduksi. Usia paling lama mendapat *menarche* adalah 16 tahun.<sup>7</sup> Usia mendapat *menarche* tidak pasti atau bervariasi akan tetapi terdapat kecenderungan bahwa dari tahun ke tahun wanita remaja mendapat haid pertama pada usia yang lebih muda. *Menarche* dini merupakan menstruasi pertama yang dialami seorang wanita subur pada usia di bawah 12 tahun.<sup>8</sup> Umur *menarche* yang dini merupakan salah satu faktor Berdasarkan penelitian Savitri (2019) menunjukkan bahwa kejadian *dismenore* paling tinggi terjadi pada usia *menarche* dini (< 12 tahun) yaitu 21 orang (32,31%) dibandingkan usia *menarche* ideal (12-15 tahun) yaitu 18 orang (27,69%). Karyadi (dalam Dewantari 2013) menyatakan bahwa menstruasi pada wanita tidak akan teratur jika tidak memiliki simpanan lemak kurang dari 20% dari total berat badan. Lemak dapat memicu produksi hormon terutama hormon estrogen. Peningkatan hormon estrogen menyebabkan peningkatan kontraktilitas uterus sehingga dapat menyebabkan *dismenore*.<sup>21</sup>

Status gizi berlebih dapat mengakibatkan *dismenorea* primer karena di dalam tubuh orang yang mempunyai kelebihan berat badan terdapat jaringan lemak berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasia pembuluh darah (terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak) pada organ reproduksi wanita sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan timbul *dismenorea* primer.<sup>14</sup> Durasi menstruasi dikatakan normal jika berlangsung antara 2 sampai 7 hari dengan interval antara 21 sampai 35 hari. Tetapi tidak semua remaja putri mengalami menstruasi secara lancar tanpa gangguan dan keluhan. Sebanyak 75% remaja mengalami gangguan menstruasi gangguan tersebut bervariasi meliputi siklus menstruasi yang tidak teratur, hipermenore, hypomenore, amenore hingga *dismenore*.<sup>22</sup> Gangguan hormonal, status gizi, tinggi rendahnya IMT (Indeks Massa Tubuh) dan tingkat stress adalah faktor-faktor yang mengakibatkan timbulnya gangguan siklus menstruasi.<sup>21</sup> Terdapat hubungan antara IMT dengan siklus menstruasi. Penurunan IMT berakibat pada peningkatan durasi siklus menstruasi.<sup>12</sup> Seseorang dengan status gizi overweight berisiko mengalami anovulatory

chronic.<sup>15</sup> Wanita dengan kondisi ini cenderung memiliki sel-sel lemak yang lebih banyak sehingga produksi hormon estrogen juga menjadi berlebih. Adapun wanita dengan status gizi *underweight* cenderung kekurangan sel lemak sehingga produksi hormon estrogen berkurang. Hal ini berdampak pada kejadian ketidakteraturan siklus menstruasi.<sup>8</sup>

### **Analisa Bivariate**

#### **Analisis Hubungan Antara Menarche Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan, dapat diketahui bahwa sebagian kecil responden yang mengalami *menarche* tidak normal mengalami *dismenorea* sebanyak 15 orang (78,9%). Hasil uji *chi square* menunjukkan hubungan yang bermakna dengan nilai  $p = 0,007 < 0,05$ . Dengan demikian, maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa terdapat hubungan antara *menarche* dengan *dismenorea* pada remaja putri. Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 6,43 artinya responden yang mempunyai riwayat *menarche* tidak normal berpeluang 6,43 kali mengalami *dismenorea* dibandingkan dengan responden yang mempunyai riwayat *menarche* normal. Banyak faktor yang mempercepat proses *menarche* dini dikalangan remaja salah satunya melalui media informasi, kecepatan informasi untuk menjangkau penerimaan informasi sudah menjadi kebutuhan masyarakat modern di kota metropolitan.

Banyak faktor-faktor internal dan eksternal yang dapat mempengaruhi proses kompleks datangnya usia menarche. Usia untuk mencapai fase terjadinya menarche dipengaruhi oleh banyak faktor, antara lain faktor suku, genetik, gizi atau nutrisi, sosial, ekonomi dan lain-lain.<sup>11</sup> *Menarche* dapat terjadi pada usia yang lebih muda atau lebih awal. Hal ini dapat disebabkan oleh berbagai faktor diantaranya adanya riwayat keluarga dengan *menarche* dini, status gizi, status sosial ekonomi dan rangsangan audio visual. Xiaoshu (2010 dalam Silvana 2012) menyatakan bahwa *menarche* di usia muda akan mengarah kepada siklus ovulatorik yang lebih awal juga. Siklus ovulatorik adalah siklus menstruasi yang telah teratur dengan panjang siklus menstruasi dalam rentang 23-35 hari dengan perbedaan maksimum 7 hari antara siklus menstruasi yang terpanjang dan terpendek.

#### **Analisis Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian ini dapat diketahui bahwa mayoritas responden yang mempunyai status gizi tidak normal mengalami *dismenorea* sebanyak 26 orang (70,3%). Hasil uji *chi-square* menunjukkan hubungan yang bermakna dengan nilai  $p = 0,000 < 0,05$ . Dengan demikian, maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa terdapat hubungan antara status gizi dengan *dismenorea* pada remaja putri. Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 13,4 artinya responden yang mempunyai status gizi tidak normal berpeluang 13,4 kali mengalami *dismenorea* dibandingkan dengan responden yang mempunyai status gizi normal.

Menurut Marmi (2013) ada berbagai faktor yang mempengaruhi status gizi pada remaja yaitu kebiasaan makan yang buruk pemahaman mengenai gizi yang keliru oleh remaja dimana tubuh yang langsing menjadi idaman bagi remaja putri sehingga mereka menerapkan pengaturan pembatasan makanan yang keliru. Secara berkala wanita yang normal akan mengalami menstruasi yang teratur. Proses ini berlangsung secara rutin setiap bulan. Tetapi ada pula perempuan yang memiliki keluhan lebih mendalam karena proses menstruasinya sudah dirasakan bermasalah baik siklus, jumlah darah atau nyerinya.<sup>20</sup> Keluhan saat menstruasi berupa rasa nyeri yang menyebabkan rasa ketidaknyamanan sering disebut dengan *dismenore*.

Status gizi pada remaja dapat disebabkan oleh beberapa faktor seperti kebiasaan makan yang buruk pemahaman mengenai gizi yang keliru oleh remaja dimana tubuh yang langsing menjadi idaman bagi remaja putri sehingga mereka menerapkan pengaturan pembatasan makanan yang keliru. Status gizi merupakan hal yang penting dari kesehatan manusia.<sup>9</sup> Menurut asumsi peneliti responden yang memiliki status gizi kurang dan lebih sama-sama beresiko mengalami *dismenorea* karena adanya ketidakseimbangan hormon didalam tubuhnya. Remaja wanita perlu mempertahankan status gizi yang baik dengan cara mengkonsumsi makanan seimbang. Asupan gizi yang baik akan mempengaruhi pembentukan hormon-hormon yang terlibat dalam menstruasi yaitu hormon FSH (*Follicle-Stimulating*

Hormone), LH (*Luteinizing Hormone*), estrogen dan juga progesteron. Hormon FSH, LH dan estrogen bersama-sama akan terlibat dalam siklus menstruasi sedangkan hormon progesteron mempengaruhi uterus yaitu dapat mengurangi kontraksi selama siklus haid.

### **Analisis Hubungan Antara Pola Menstruasi Dengan Kejadian *Dismenorea* Pada Remaja Putri**

Berdasarkan hasil penelitian ini, dapat diketahui bahwa mayoritas responden yang mengalami pola menstruasi tidak teratur mengalami *dismenorea* sebanyak 25 orang (78,1). Hasil uji *chi-square* menunjukkan hubungan yang bermakna dengan nilai  $p = 0,000 < 0,05$ . Dengan demikian, maka  $H_0$  ditolak yang berarti bahwa terdapat hubungan antara pola menstruasi dengan *dismenorea* pada remaja putri. Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 18,8 artinya responden yang mempunyai pola menstruasi tidak teratur berpeluang 18,8 kali mengalami *dismenorea* dibandingkan dengan responden yang mempunyai pola menstruasi normal. *Dismenore* dapat muncul karena terjadinya siklus menstruasi tidak teratur setiap bulannya, dimana kemungkinan tingkat nyeri yang dirasakan pada siklus menstruasi tidak teratur makin besar.<sup>15</sup>

Hal ini disebabkan karena adanya ketidakseimbangan hormon prostaglandin *F2-alpha* di awal menstruasi sehingga menimbulkan kontraksi yang begitu kuat dan sering terjadi pada otot uterus.<sup>10</sup> Akan tetapi penjelasan tersebut bertolak belakang dengan hasil uji statistik korelasi yang telah didapat dan datanya diolah menggunakan SPSS versi 25 oleh peneliti pada saat penelitian di Pondok Pesantren Sabilurrosyad Gasek Malang. Menurut asumsi peneliti siklus menstruasi tidak teratur dapat menyebabkan ketidakseimbangan hormon prostaglandin *F2-alpha* di awal menstruasi sehingga menimbulkan kontraksi yang begitu kuat dan sering terjadi pada otot uterus sehingga mayoritas responden yang mengalami pola menstruasi tidak teratur mengalami *dismenorea* sebanyak 25 orang (78,1). Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 18,8 artinya responden yang mempunyai pola menstruasi yang tidak teratur berpeluang 18,8 kali beresiko mengalami *dismenorea* dibandingkan dengan responden yang mengalami pola menstruasi yang teratur.

### **Makna Singkatan (*Abbreviations*)**

FSH	: Follicle-Stimulating Hormone
IMT	: Indeks Massa Tubuh
LH	: Luteinizing Hormone
SMP	: Sekolah Menengah Pertama
WHO	: World Health Organization

### **Persetujuan Etik**

Penelitian dengan judul “ Hubungan” telah melalui prosedur kaji etik dan dinyatakan lolos atau layak untuk dilaksanakan berdasarkan surat keterangan yang diterbitkan oleh Komisi Etik Riset dan Publikasi Universitas Indonesia Maju dengan nomor: 6362/Sket/Ka-Dept/RE/UIMA/IX/2023.

### **Konflik Kepentingan**

Penelitian ini tidak memiliki keterkaitan dengan pihak lain baik individu maupun organisasi karena penelitian ini merupakan penelitian independent.

### **Pendanaan**

Peneliti melakukan penelitian dengan dana yang bersumber dari dana pribadi.

### **Kontribusi Penulis**

Penelitian ini dilakukan oleh RF sebagai author.

### **Ucapan Terima Kasih**

Peneliti mengucapkan terimakasih banyak kepada seluruh siswa di SMP N 1 Ciranjang Cianjur yang

sudah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

### References

1. Dahro Dan Ahmad. 2012. Buku Psikologi Kebidanan Analisis Prilaku Wanita Untuk Kesehatan. Salemba Medika: Jakarta.
2. Widyastuti dkk 2009 Dan Syafriani dkk (2020). Hubungan Status Gizi Dan Umur Menarche Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di SMAN 2 Bangkaniang Kota Tahun 2020. *Journal Ners* Volume 5 Nomor 1 Tahun 2021 Halaman 32-37.
3. Babil D.A., Dolatian M., Mahmoodi Z. Dan Baghban A.A. 2016. 'Comparison of Lifestyles of Young Women with and without Primary Dysmenorrhea'. *Electronic Physician, Electronic Physician*. Volume 08. (2016).
4. Kusmiran. 2014. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika.
5. Wariyah, Sugiri H. Dan Makhrus I. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenorea Pada Siswi SMP Negeri 3 Karawang Barat Kabupaten Karawang Tahun 2018. 2019: 10(01): 39-48.
6. Delistianti RY., Irasanti S.N., M Ferri A., Ibnusantosa RG. Dan Sukarya W.S. 2019. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 1(2), 134–138.
7. Nurwana, Sabilu Y., Fachlevy AF. 2016. Analisis Faktor yang Berhubungan Dengan Kejadian Disminore pada Remaja Putri Di SMA Negeri 8 Kendari Tahun 2016. *Journal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*. 02 (06): 1-14.
8. Arnis (2012) Dalam Rahayu (2015). Gambaran Skala Nyeri Haid Pada Usia Remaja. *Journal Keperawatan Aisyiyah (JKA)* Volume 02. Nomor 02. 2015
9. Anisa MV. Hubungan Status Gizi, Menarche Dini dan Perilaku Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) Dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri Di SMAN 13 Bandar Lampung. (Skripsi). Lampung: Fakultas Kedokteran Lampung: 2015.
10. Hermawahyuni R., Handayani S. Dan Alnur RD. 2022. Faktor Risiko Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi SMK PGRI 1 Jakarta Timur. *Journal Kesehatan Komunitas. KESKOM*. 2022: 08(01): 97-101.
11. Cen A. 2020. Evaluaton of Biological and Socio Demographic Factors Affecting Dysmenorrhea. *Cureus*. 12(05). DOI: 10.7759/cureus.7977.
12. N.P.W. Savitri dkk. 2019. Hubungan Status Gizi Dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenorea Siswi SMP Negeri 2 Sawan. *Journal Pendidikan Biologi Undiksha*. p-ISSN: 2599-1450. Volume 06 Nomor 02 Tahun 2019.
13. Nuraini S, Sa'diah YS, Ditriyani E. 2021. Hubungan usia menarche, Status Gizi Dan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman. *Journal Sains Dan Kesehatan*. Volume 03. Nomor. 03
14. Lail N. H. (2019). Hubungan Status Gizi, Usia Menarche Dengan Dismenorea pada Remaja Putri Di SMK K Tahun 2017. *Journal Ilmiah Kebidanan Indonesia*. Volume 09 Nomor. 02. 88-95
15. Juliana. (2018). Determinan Dismenorea Di SMAN 2 Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir. *Journal Endurance* Volume 03 Nomor. 01. 61-68. (19) Tsamara G., Raharjo W. Dan Putri E.A. (2020). Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *Journal Nasional Ilmu Kesehatan LPM Unhas*. Volume 02. Ed. 03: 130-140
16. Aulya Y., Kundaryanti R. Dan Apriani R. 2021. Hubungan Usia Menarche Dan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Di Jakarta Tahun 2021. *Journal Menara Medika* Volume 04.
17. Yani dkk. 2021. Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur Dan Status Gizi Terhadap Dismenore Primer Pada Remaja Putri. Universitas Negeri Malang. ISSN: 2715-3886.
18. S Haerani et all. Deskripsi Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore Di Kelurahan Benjara Kecamatan Bontobahari Kabupaten Bulukumba. *Journal Penelitian Kedokteran Dan Kesehatan*. 02(02). 197-206. 2020.
19. S Husna H. 2018. Perbedaan Intensitas Nyeri Haid Sebelum dan Sesudah Diberikan Kompres Hangat pada Remaja Putri Di Universitas Dharmas Indonesia. *Journal for Quality in Women's Health*. 01(02). 43-49.
20. Larasati TA dkk. 2016. Dismenore Primer Dan Faktor Resiko Dismenore Primer Pada Remaja. *Majornity*.
21. S Setyowati ER.H. 2018. Akupresur Untuk Kesehatan Wanita. (K. Wijayanti Ed.) (I). Magelang: Unimma Press. 2018.
22. Mitayani Dan Sartika. 2013. Buku Saku Ilmu Gizi. Jakarta: Trans Info Media.

23. Sarwono Prawiroharjo. 2012. Ilmu Kebidanan III. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
24. Proverawati. 2014. Menarche Menstruasi Penuh Makna. Yogyakarta: Mulia Medika.
25. BKKBN. Laporan BKKBN (Jakarta: BKKBN 2013)
26. Suryani. 2014. Psikologi Ibu Dan Anak. Yogyakarta: Citramaya.
27. Kusmiran. 2014. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita. Jakarta: Salemba Medika.

\*) Original Article

--- ISJNMS ---