JIUBJ Jurnal Ilmiah
Universitas Batanghari Jambi
Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi 23, 1 (2023): 608-616
DOI: 10.33087/jiubj.v23i1.3079
http://ji.unbari.ac.id/index.php/ilmiah

Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Disminorhea Primer pada Siswi SMA Pembina Palembang Tahun 2022

Puput Dwi Rahayu, Rizki Amalia, Eka Rahmawati, Suprida
Universitas Kader Bangsa Palembang
Poltekkes Kemenkes Palembang
Correspondence email: yesiyesi798@gmail.com, ramdhanilist@gmail.com, ekarahmawati2516@gmail.com, suprida@poltekkespalembang.ac.id

Abstrak. *Dismenorhea* primer adalah nyeri haid yang dijumpai tanpa kelainan alat-alat genetalia yang nyata, faktor-faktor yang mempengaruhi yaitu adanya usia *menarche*, lama menstruasi, kebiasaan olahraga dan riwayat keluarga. Tujuan penelitian untuk mengetahui hubungan usia menarche lama menstruasi kebiasaan olahraga dan riwayat keluarga dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina Palembang. Metode penelitian menggunakan *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Dimana variabel independen (usia *menarche* lama menstruasi kebiasaan olahraga dan riwayat keluarga) dan variabel dependen (kejadian *disminorhea* primer). Populasi penelitian yaitu semua siswi SMA Pembina dengan sampel berjumlah 57 responden. Data dianalisa dengan cara univariat dan bivariat. Penelitian ini menggunakan data primer. Hasil analisis data didapatkan *nilai p value* 0,02 <0,05 sehingga secara statistik ada hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian *disminorhea* primer, *nilai p value* 0,02 <0,05 sehingga secara statistik ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian *disminorhea* primer, *nilai p value* 0,03 <0,05 sehingga secara statistik ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian *disminorhea* primer, *nilai p value* 0,004 <0,05 sehingga secara statistik ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian *disminorhea* primer. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara usia menarche lama menstruasi kebiasaan olahraga dan riwayat keluarga secara simultan dengan kejadian *disminorhea* primer.

Kata kunci: *disminorhea* primer usia *menarche;* lama menstruasi; kebiasaan olahraga dan riwayat keluarga

Abstract. *Primary dysmenorrhea is menstrual pain that is found without significant abnormalities of the genital organs, the influencing factors are the age of menarche, the length of menstruation, exercise habits and family history. The purpose of this study was to determine the relationship between age at menarche, length of menstruation, exercise habits and family history with the incidence of primary dysminorhea in high school students Pembina Palembang. The research method uses an analytical survey with a cross sectional approach. Where is the independent variable (age of menarche, duration of menstruation, exercise habits and family history) and the dependent variable (incidence of primary dysminorhea). The research population is all students of SMA Pembina with a sample of 57 respondents. Data were analyzed using univariate and bivariate methods. This study uses primary data. The results of data analysis obtained p value of 0.02 <0.05 so that statistically there was a relationship between age of menarche and the incidence of primary dysmenorrhea, p value of 0.02 <0.05 so that statistically there was a relationship between the length of menstruation and the incidence of primary dysmenorrhea. p value 0.03 <0.05 so statistically there is a relationship between exercise habits and the incidence of primary dysmenorrhea, p value 0.004 <0.05 so statistically there is a relationship between family history and the incidence of primary dysmenorrhea. It can be concluded that there is a relationship between age of menarche, length of menstruation, exercise habits and family history simultaneously with the incidence of primary dysmenorrhea.*

Keywords*: Primary Dysminorhea Menarche Age; Menstruation Length; Exercise Habits and Family History*

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai dengan adnaya perubahan fisik, emosi dan psikis. Masa Remaja yakni masa antara 10-19 tahun adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia yang sering disebut dengan pubertas., pada pubertas inilah terdapat masalah yang sering dihadapi oleh remaja saat menstruasi (Puspita, 2019). Menstruasi adalah proses pelepasan dinding Rahim yang disertai dengan perdarahan yang terjadi secara berulang setiap bulan, kecuali pada saat terjadi kehamilan (Anurogo dan Wulandari, 2011). Permasalahan atau gangguan menstruasi yang sering terjadi

pada remaja yaitu seperti Amenore, premenstrual syndrome dan disminore (Afiyanti, 2020). Dismenore adalah nyeri haid yang dijumpai tanpa kelianan alat-alat genetalia yang nyata (Anurogo dan Wulandari, 2011). Dismenore adalah nyeri haid yang dialami oleh wanita usia produktif (Pramardika dan Fitriana, 2019).

Berdasarkan data World Health Organization (WHO) didapatkan perempuan remaja berusia 10-19 tahun sbesar 1.769.425 jiwa yang mengalami disminorea primer 10-15%, terjadi peningkatan pada tahun 2017 yaitu sebesar 54,89% dan tahun 2018 bahwa angkatan kejadian disminorea disunia sangat tinggi dimana rata-rata insiden disminorea mencapai 16,8 – 81% (WHO, 2018). Di Indonesia menurut Riskesdes (2010) angka kejadian disminorea sebesar 107.673 jiwa (64,25%) yang terdiri dari 59.673 jiwa (54,89%) yang mengalami disminorea primer dan 9.496 (9,36%) yang mengalami disminorea sekunder sedangkan data dari Riskesdes tahun 2016 angka kejadian disminore berjumlah 64,25% dari total wanita usia subur yang berjumlah 78,6% dan pada tahun (2019) angka kejadian disminorea di Indonesia masih tetap tinggi dengan angka 64,25% (Riskesdes, 2019).

Data yang didapatkan dari Badan Pusat Statistik Provinsi Sumatera Selatan pada tahun 2010 angka kejadian diminorea sekitar 50% dari wanita yang sedang haid yang mengalami disminorea dan pada tahun 2018 jumlah remaja berumur 10-14 tahun yaitu 753.153 jiwa, remaja berumur 15-19 tahun berjumlah 716.648 jiwa dan remaja berumur 20-24 tahun berjumlah 698.368 jiwa. Dengan prevalensi angka kejadian disminore sebesar 64,20% yang terdiri dari 52,89% disminore primer dan 9,25% disminore sekunder (BPS Sumatera Selatan, 2018). Menurut data yang didapat dari Dinas Kesehatan kota Palembang tahun 2016 menyatakan bahwa yang megalami nyeri saat menstruasi sebesar 64,3% dan pada tahun 2017 didapatkan angka kejadian disminorea pada remaja puteri yaitu berjumlah 66,3% sedangkan pada tahun 2018 angka kejadian disminorea masih tetap diangka 66,3% (Dinkes, 2018).

Adapun faktor-faktor yang mempengaruhi disminorhea primer ini bisa bervariasi yaitu seperti faktor usia menarche, lama menstruasi, kebiasaan olahraga dan riwayat keluarga. (Horman, dkk 2021). Selain faktor diatas, yang menjadi faktor dismenore primer yaitu : adanya usia menarche, lama menstruasi, siklus menstruasi, persepsi laju menstruasi, riwayat keluarga dan kebiasaan olahraga dan stress (Hayati, 2020) Salah satu upaya pemerintah untuk menangani permasalahan tersebut, maka pemerintah membentuk program PKPR (Pelayananan Kesehatan Peduli Remaja) yang bertujuan untuk meningkatkan pengetahuan dan keterampilan remaja tentang kesehatan reproduksi dan perilaku hidup sehat serta memberikan pelayanan kesehatan yang berkualitas kepada remaja. Layanan PKPR memiliki pendekatan yang komprehensif berupa promotif dan preventif melalui pembekalan kesehatan dan peningkatan keterampilan psikososial dengan pendidikan keterampilan hidup sehat (PKHS), pembinaan konselor sebaya dan skrining kesehatan remaja, serta upaya kurati dan rehabilitatife melalui penerapan manajemen terpadu pelayanan kesehatan peduli remaja (Profil Kesehatan Kota Palembang, 2020)

Menarche merupakan menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun. Menarche pada usia lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga timbul nyeri ketika menstruasi (Mouliza, 2019). Hasil penelitian Mouliza (2019) ditemukan terdapat hubungan usia menarche dengan dismenore. Lama Menstruasi merupakan jarak dari hari pertama menstruasi sampai perdarahan menstruasi berhenti berlangsung 3-7 hari, dengan jumlah darah selama menstruasi berlangsung tidak lebih dari 80 ml. Lama menstruasi jika lebih dari normal (7 hari) dapat menimbulkan adanya kontraksi uterus, menstruasi yang terjadi lebih lama mengakibatkan uterus lebih sering berkontraksi kontraksi uterus yang terus menerus juga menyebabkan supply darah ke uterus berhenti sementara sehingga terjadilah dismenore primer (Lubis, 2018).

Penelitian Shopia et al (2013) menunjukkan bahwa ada hubungan antara usia menarche dan lama menstruasi dengan kejadian disminore primer (p=0,03/0,05). Responden yang mengalami disminorea paling banyak terjadi pada usia menarche <12 tahun sebanyak 83,7% dan lama menstruasi paling banyak yaitu >7 hari sebanyak 87,2%. Olahraga merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk mencegah timbulnya rasa nyeri. Kebiasaan olahraga terhadap kejadian dismenore dapat disebabkan karena olahraga merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan

untuk mengurangi nyeri (Manuaba, 2016). Penelitian Hayati (2020) menemukan bahwa dari hasil statistik uji chi square diperoleh nilai p= 0,03<0,05 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian disminorea primer.

Riwayat keluarga merupakan faktor resiko untuk terjadinya dismenore karena secara anatomi dan fisiologi seseorang pada umumnya sama dengan keturunannya atau orang tuanya. Dua dari tiga wanita yang menderita dismenore primer mempunyai riwayat dismenore primer pada keluarganya (Nurfadillah et al, 2021). Penelitian Siska (2016) menyatakan bahwa dari uji statistik didapatkan nilai p = 0.029 < 0,05 sehingga dapat disimpulkan ada hubungan antara riwayat keluarga/keturunan dengan dismenorea.

Survey awal yang dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa jumlah siswi SMA Pembina Palembang tahun 2021-2022 berjumlah 134 siswi yang terbagi dari kelas X IPA 1 berjumlah 15 orang siswi, X IPA 2 berjumlah 15 orang siswi, kelas X IPA 3 berjumlah 6 orang siswi, X IPS 9 orang siswi dan untuk kelas XI terdiri dari XI IPA berjumlah 24 siswi , kelas XI IPS berjumlah 22 siswi sera untuk kelas XII tediri dari kelas XII IPA 1 berjumlah 12 siswi, XII IPA 2 berjumlah 11 siswi, kelas XII IPA 3 berjumlah 12 siswi dan yang terakhir kelas XII IPS berjumlah 8 siswi . Dan dari 15 siswi yang diwawancarai terdapat 10 siswi yang mengalami disminorea, dari 10 siswi tersebut ternyata 4 orang mengeluhkan sering pusing, 4 orang siswi mengeluhkan sakit perut bagian bawah dan 2 siswi mengeluhkan mual. Dengan adanya kejadian disminorhea pada remaja ini, maka sangat mengganggu dalam proses belajar mengajar siswi disekolah. Sehingga hal ini menyebabkan remaja putri sulit berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika nyeri haid. Oleh karena itu pada usia remaja dismenore harus ditangani agar tidak terjadi dampak yang lebih buruk.

METODE

Penelitian bersifat kuantitatif dengan metode Survey Analitik dan pendekatan Cross Sectional. Variabel independen ialah usia menarche, lama menstruasi, kebiasaan olahraga dan riwayat keluarga sedangkan variabel dependen ialah kejadian disminorhea primer yang dikumpulkan dalam waktu bersamaan. Penelitian dilakukan pada bulan Januari 2022 di di SMA Pembina Palembang. Semua siswi dari kelas X-XII di SMA Pembina Palembang yang berjumlah 134 responden dijadikan sebagai populasi dan sampelnya berjumlah 57 responden yang diambil secara random sampling. Data primer yang dipakai diolah dan dianalisis menggunakan analisis univariat dan bivariat.

HASIL

Tabel 1
Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Disminorhea Primer

No	Kejadian Disminorhea Primer	f	%
1.	Ya	32	56,1
2.	Tidak	25	43,9
Jumlah		**57**	**100**

Sumber : data olahan

Tabel 1 disimpulkan bahwa dari 57 siswi sebagian besar yang mengalami *Disminorhea* primer yaitu sebanyak 32 orang (56,1%) sedangkan yang tidak mengalami *disminorhea* primer yaitu 25 orang (43,9%). Tabel 2 disimpulkan bahwa dari 57 siswi yang usia menarche tidak normal sebanyak 21 orang (36,8%) lebih kecil dibandingkan dengan usia menarche normal sebanyak 36 orang (63,2%). Tabel 3 disimpulkan bahwa dari 57 siswi sebagian besar responden dengan Lama menstruasi tidak normal yaitu sebanyak 31 orang (54,4%) sedangkan, lama menstruasi normal sebanyak 26 orang (45,6%).

Tabel 2
Distribusi Responden Berdasarkan Usia Menarche

No	Usia Menarche	f	%
1.	Tidak normal	21	36,8
2.	Normal	36	63,2
Jumlah		**57**	**100**

Sumber : data olahan

Tabel 3
Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi

No	Lama Menstruasi	f	%
1.	Tidak Normal	31	54,4
2.	Normal	26	45,6
Jumlah		**57**	**100**

Sumber : data olahan

Tabel 4
Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Olahraga

No	Kebiasaan Olahraga	f	%
1.	Tidak Olahraga	39	68,4
2.	Olahraga	18	31,6
Jumlah		**57**	**100**

Sumber : data olahan

Tabel 4 disimpulkan bahwa dari 57 siswi sebagian besar responden tidak berolahraga sebanyak 39 orang (68,4%) sedangkan, yang berolahraga sebanyak 18 orang (31,6%). Tabel 5 disimpulkan bahwa dari 57 siswi dengan Riwayat keluarga sebanyak 27 orang (47,4%) lebih kecil dibandingkan dengan tidak ada Riwayat keluarga sebanyak 30 orang (52,6%).

Tabel 5
Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Keluarga

No	Riwayat Keluarga	f	%
1.	Ada	27	47,4
2.	Tidak ada	30	52,6
Jumlah		**57**	**100**

Sumber : data olahan

Tabel 6
Distribusi Responden Berdasarkan usia menarche dengan disminorhea primer

No	Usia Menarche	Disminorhea Primer				Total		*P Value*	*OR*
		Ya		Tidak					
		n	%	n	%	N	%		
1.	Bertambah	18	85,7	3	14,3	21	100	0,002	9.429 (2,339-38,001)
2.	Tidak Bertambah	14	38,9	22	61,1	36	100		
	Total	32		25		57			

Sumber : data olahan

Tabel 6 disimpulkan bahwa dari 21 responden dengan usia menarche tidak normal yang mengalami disminorhea primer sebanyak 18 orang (85,7%) lebih banyak diabndingkan dengan yang tidak mengalami dsminorhea primer sebanyak 3 orang (14,3%). Sedangkan dari 36 responden dengan usia menarche normal yang mengakmai disminorhea primer sebanyak 14 orang (38,9%) lebih sedikit dibandingkan dengan yang tidak mengalami disminorhea primer sebanyak 22 orang (61,1%). Hasil *uji-square* di dapatkan *p value* = 0,002 berarti (*p* < 0,05). Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina Palembang tahun 2022. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna usia *menarche* dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai *Odds Ratio* diperoleh 9.429 yang berarti bahwa usia menarche tidak normal berpeluang 9.429 kali lebih besar mengalami *disminorhea* primer dibandingkan dengan usia menarche normal.

Tabel 7
Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi dan Disminorhea Primer

No	Lama Menstruasi	Disminorhea Primer				Total		P Value	OR
		Ya		Tidak					
		n	%	n	%	N	%		
1.	Tidak Normal	22	71,0	9	29,0	31	100	0,02	3,911 (1,239-11,833)
2.	Normal	10	38,5	16	61,5	26	100		
	Total	32		25		57			

Sumber : data olahan

Tabel 7 disimpulkan bahwa dari 31 responden yang lama menstruasi tidak normal dengan mengalami disminorhea primer sebanyak 22 responden (71,0%) dan yang tidak mengalami disminorhea primer sebanyak 9 responden (29,0%). Sedangkan dari 26 responden dengan lama menstruasi normal yang mengalami disminorhea primer sebanyak 10 responden (38,5%) dan yang tidak mengalami disminorhea primer sebanyak 16 responden (61,5%). Hasil *uji-square* di dapatkan *p value* = 0,02 berarti (*p* < 0,05). Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara lama menstruasi dengan kejadian *disminorhea*

primer pada siswi SMA Pembina. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna lama menstruasi dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai *Odds Ratio* diperoleh 3,911 yang berarti bahwa lama menstruasi tidak normal berpeluang 3,911 kali lebih besar mengalami *disminorhea* primer dibandingkan dengan lama menstruasi normal.

Tabel 8
Distribusi Responden Berdasarkan Kebiasaan Olahraga dan Disminorhea Primer

No	Kebiasaan Olahraga	Disminorhea Primer				Total		P Value	OR
		Ya		Tidak					
		n	%	n	%	N	%		
1.	Tidak Olahraga	26	66,77	13	33,36	39	100	0,03	4.000 (1,223-13,079)
2.	Olahraga	6	33,3	12	66,7	18	100		
	Total	32		25		57			

Sumber : data olahan

Tabel 8 disimpulkan bahwa dari 32 responden dengan kebiasaan tidak olahraga yang mengalami disminorhea primer sebanyak 26 responden (66,7%) lebih sedikit dibandingkan yang tidak megalami disminorhea primer sebanyak 13 responden (33,3%). Sedangkan dari 18 responden dengan kebiasaan olahraga yang mengalami disminorhea primer sebanyak 6 orang (33,3%) lebih sedikit dari responden dengan kebiasaan olaharaga normal yang mengalami disiminorhea primer sebanyak 12 responden (66,7%). Hasil *uji-square* di dapatkan *p value* = 0,03 berarti (p < 0,05). Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan olahraga dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina tahun 2022. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna kebiasaan olahraga dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai *Odds Ratio* diperoleh 4,000 yang berarti bahwa kebiasaan tidak olahraga berpeluang 4,000 kali lebih besar mengalami *disminorhea* primer dibandingkan dengan kebiasaan berolahraga.

Tabel 9
Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Keluarga dan Disminorhea Primer

No	Riwayat Keluarga	Disminorhea Primer				Total		P Value	OR
		Ya		Tidak					
		n	%	n	%	N	%		
1.	Ada	21	77,8	6	22,2	27	100	0,004	6,045 (1,877-19,526)
2.	Tidak ada	11	11	19	63,3	30	100		
	Total	32		25		57			

Sumber : data olahan

Tabel 9 disimpulkan bahwa dari 27 responden sebanyak 11 riwayat keluarga yang ada yang mengalami disminorhea primer sebanyak 21 orang (77,8%) lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak mengalami disminoreha primer sebanyak 6 orang (22,2%). Sedangkan dari 30 responden dengan tidak ada riwayat keluarga yang mengalami disminorhea primer sebanyak 11 orang (36,7%) lebih sedikit dibandingkan yang tidak mengalami disminorhea primer sebanyak 19 orang (63,3%). Hasil *uji-square* di dapatkan *p value* = 0,004 berarti (p < 0,05). Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina Kota Palembang tahun 2022. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna riwayat keluarga secara parsial dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai *Odds Ratio* diperoleh 6,045 yang berarti bahwa riwayat keluarga tidak normal berpeluang 6,045 kali lebih besar mengalami *disminorhea* primer dibandingkan dengan riwayat keluarga normal.

Hubungan usia menarche dengan kejadian disminorhea primer pada siswi SMA Pembina

Analisis univariat dapat diketahui bahwa dari 57 siswi yang usia menarche tidak normal

sebanyak 21 orang (36,8 %) lebih kecil dibandingkan dengan usia menarche tidak normal sebanyak 36 orang (63,2%). Diketahui bahwa dari 21 responden dengan usia menarche tidak normal yang mengalami disminorhea primer sebanyak 18 orang (85,7%) lebih banyak diabndingkan dengan yang tidak mengalami dsminorhea primer sebanyak 3 orang (14,3%). Sedangkan dari 36 responden dengan usia menarche normal yang mengakmai disminorhea primer sebanyak 14 orang (38,9%) lebih sedikit dibandingkan dengan yang tidak mengalami disminorhea primer sebanyak 22 orang (61,1%). Hasil uji *chi-square* di dapatkan *p value* = 0,002 berarti (p <0,05). Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina Palembang tahun 2022. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna usia *menarche* dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai *Odds Ratio* diperoleh 9.429 yang berarti bahwa usia menarche tidak normal berpeluang 9.429 kali lebih besar mengalami *disminorhea* primer dibandingkan dengan usia menarche normal.

Hal ini sejalan dengan penelitian Mouliza (2019); Aulya ((2021); dan Horman, dkk (2021) menyatakan bahwa hasil *chi-square* diperoleh nilai p = 0,045, dengan demikian dapat ditarik kesimpulan bahwa terdapat hubungan usia *menarche* dengan dismenore. Dengan demikian *Menarche* pada usia lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum siap mengalami perubahan-perubahan hal inila yang menjadi penyebab timbulnya nyeri ketika menstruasi. *Menarche* pada usia lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga timbul nyeri ketika menstruasi. Menarche atau menstruasi pertama pada umumnya dialami remaja pada usia 13-14 tahun, namun pada beberapa kasus seperti disminorhea primer yang dapat terjadi pada usia <12 tahun (Horman dkk, 2021). Penelitian ini juga ditemukan bahwa siswi yang mendapatkan menstruasi pertama tidak normal akan besar kemungkinan untuk mengalami disminorhea primer dikarenakan semakin lama seorang wanita mendapatkan menstruasi semakin besar kemungkinan untuk mengalami *disminorhea* primer.

Hubungan lama menstruasi dengan kejadian disminorhea primer pada siswi SMA Pembina

Analisis univariat dapat diketahui bahwa dari 57 siswi sebagian besar responden dengan Lama menstruasi tidak normal yaitu sebanyak 31 orang (54,4%) sedangkan, lama menstruasi normal sebanyak 26 orang (45,6%). Diketahui bahwa dari 31 responden yang lama menstruasi tidak normal dengan mengalami disminorhea primer sebanyak 22 responden (71,0%) dan yang tidak mengalami disminorhea primer sebanyak 9 responden (29,0%). Sedangkan dari 26 responden dengan lama menstruasi normal yang tidak mengalami disminorhea primer sebanyak 10 responden (38,5%) dan yang tidak mengalami disminorhea primer sebanyak 16 orang (61,5%). Hasil uji *chi-square -square* di dapatkan *p value* = 0,02 berarti (p < 0,05). Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara lama menstruasi dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna lama menstruasi dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai *Odds Ratio* diperoleh 3,911 yang berarti bahwa lama menstruasi tidak normal berpeluang 3,911 kali lebih besar mengalami *disminorhea* primer dibandingkan dengan lama menstruasi normal.

Berdasarkan penelitian Indah (2015); Mouliza (2019) dan Horman dkk (2021) menunjukkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara lama menstruasi dengan kejadian disminore primer, sehingga Semakin lama menstruasi terjadi, maka semakin sering uterus berkontraksi, akibatnya semakin banyak pula prostaglandin yang dikeluarkan. Akibat produksi prostaglandin yang berlebihan, maka timbul rasa nyeri. Selain itu, kontraksi uterus yang terus menerus juga menyebabkan suplai darah ke uterus berhenti sementara sehingga terjadilah dismenore primer. Siklus haid yang normal adalah jika seorang wanita memiliki jarak haid yang setiap bulannya relative tetap yaitu selama 28 hari. Jika meleset pun, perbedaan waktunya juga tidak terlalu jauh berbeda, tetapi pada kisaran 21 hingga 35 hari, dihitung dari pertama haid sampai bulan berikutnya. Lama menstruasi jika lebih dari normal (7 hari) dapat menimbulkan adanya kontraksi uterus, menstruasi yang terjadi lebih lama mengakibatkan uterus lebih sering berkontraksi dan semakin banyak prostaglandin yang dikeluarkan (Lubis, 2018). Penelitian ini juga menemukan bahwa Semakin lama menstruasi terjadi pada remaja putri, semakin

cepat remaja putri mengalami disminorhea primer, dikarenakan semakin sering uterus berkontraksi, kontraksi uterus yang terus menerus dapat menyebabkan supply darah ke uterus berhenti sementara sehingga dapat mengakibatkan dismenore primer.

Hubungan kebiasaan olahraga dengan kejadian disminorhea primer pada siswi SMA Pembina

Analisis univariat dapat diketahui bahwa dari 57 siswi sebagian besar responden tidak berolahraga sebanyak 39 orang (68,4%) sedangkan, yang berolahraga sebanyak 18 orang (31,6%). Diketahui bahwa dari 32 responden dengan kebiasaan tidak olahraga yang mengalami disminorhea primer sebanyak 26 responden (66,7%) lebih sedikit dibandingkan yang tidak megalami disminorhea primer sebanyak 13 responden (33,3%). Sedangkan dari 18 responden dengan kebiasaan olahraga yang mengalami disminorhea primer sebanyak 6 orang (33,3%) lebih sedikit dari responden dengan kebiasaan olaharaga normal yang mengalami disiminorhea primer sebanyak 12 responden (66,7%). Hasil uji *chi-square* di dapatkan *p value* = 0,03 berarti ($p < 0,05$). Hal ini menunjukan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan olahraga dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina tahun 2022. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna kebiasaan olahraga dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai *Odds Ratio* diperoleh 4,000 yang berarti bahwa kebiasaan tidak olahraga berpeluang 4,000 kali lebih besar mengalami *disminorhea* primer dibandingkan dengan kebiasaan berolahraga.

Penelitian Hayati (2020); Wibawati (2021); dan Horman dkk (2021) menyatakan bahwa dari hasil statistic uji chi square diperoleh nilai p= 0,03 yang berarti ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan olahraga dengan keadian disminore primer. Kurangnya aktivitas dan olahraga selama menstruasi menyebabkan sirkulasi dan oksigen pada uterus menurun dan menyebabkan nyeri. Hal ini dapat meningkatkan kejadian dismenore primer. Kebiasaan olahraga/aktivitas fisik adalah gerakan tubuh oleh otot tubuh dan system penunjangnya yang memerlukan pengeluaran energy (Ulchusna dkk, 2020). Hal ini disebabkan saat melakukan olahraga tubuh akan menghasilkan hormon endorphin. Hormon endorphin dihasilkan oleh otak dan susunan syaraf tulang belakang. Kejadian dismenorea akan meningkat pada wanita yang kurang melakukan olahraga, sehingga ketika wanita mengalami dismenorea, oksigen tidak dapat disalurkan ke pembuluh-pembuluh darah organ reproduksi yang saat itu terjadi vasokontriksi. Bila wanita teratur melakukan olahraga, maka wanita tersebut dapat menyediakan oksigen hampir 2 kali lipat permenit sehingga oksigen tersampaikan ke pembuluh darah yang mengalami penyempitan pembuluh darah, hal itu akan menyebabkan terjadinya penurunan kejadian dismenorea dengan teratur berolahraga. Hasil penelitian ini juga ditemukan bahwa semakin rutin siswi remaja dalam melakukan olahraga maka kecil kemungkinan untuk mengalami disminorehea, karena siswi yang rajin berolahraga maka sirkulasi darah lancar dan terjadi peningakatan oksigen dalam darah sehingga hal inilah yang dapat mengurangi rasa nyeri pada saat mengalami disminorhea.

Hubungan riwayat keluarga dengan kejadian disminorhea primer pada siswi SMA Pembina

Analisis univariat dapat diketahui bahwa dari 57 siswi dengan riwayat keluarga sebanyak 27 orang (47,4%) lebih kecil dibandingkan dengan tidak ada Riwayat keluarga sebanyak 30 orang (52,6%). Diketahui bahwa dari 27 responden sebanyak 11 riwayat keluarga yang ada yang mengalami disminorhea primer sebanyak 21 orang (77,8%) lebih banyak dibandingkan dengan yang tidak mengalami disminoreha primer sebanyak 6 orang (22,2%). Sedangkan dari 30 responden dengan tidak ada riwayat keluarga yang mengalami disminorhea primer sebanyak 11 orang (36,7%) lebih sedikit dibandingkan yang tidak mengalami disminorhea primer sebanyak 19 orang (63,3%). Hasil uji *chi-square* di dapatkan *p value* = 0,004 berarti ($p < 0,05$). Hal ini menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara riwayat keluarga dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina Kota Palembang tahun 2022. Sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan yang bermakna riwayat keluarga secara parsial dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina terbukti secara statistik. Nilai *Odds Ratio* diperoleh 6,045 yang berarti bahwa riwayat keluarga tidak normal berpeluang 6,045 kali lebih besar mengalami *disminorhea* primer dibandingkan dengan riwayat keluarga normal.

Penelitian Mouliza (2019); Puterida (2020) dan Horman dkk (2021) menyatakan

bahwa Wanita yang memiliki riwayat dismenore pada keluarganya memiliki prevelensi yang lebih besar untuk terjadinya dismenore primer. Beberapa peneliti memperkirakan anak dari ibu yang memiliki masalah menstruasi juga mengalami menstruasi yang tidak menyenangkan, ini merupakan alasan yang dapat dihubungkan terhadap tingkah laku yang dipelajari dari ibu. Alasan riwayat keluarga merupakan factor resiko dismenore primer mungkin dihubungkan dengan kondisi endometriosis. Wanita yang memiliki riwayat dismenore primer pada keluarganya memiliki prevalensi yang lebih besar untuk terjadinya *dismenorhea* primer. Beberapa peneliti memperkirakan anak dari ibu yang memiliki masalah menstruasi juga mengalami menstruasi yang tidak menyenangkan, ini merupakan alasan yang dapat dihubungkan terhadap tingkah laku yang dipelajari dari ibu. Alasan riwayat keluarga merupakan faktor resiko dismenore primer mungkin dihubungkan dengan kondisi seperti endometriosis (Ozerdogan, 2009). Riwayat keluarga dengan kejadian *disminorhea* primer merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi terjadinya *dismonorhea* karena adanya hubungan genetik antara ibu dan anaknya atau yang tidak bisa diubah, sehingga saat ibu memiliki riwayat *dismonorhea*, anak perempuan akan memiliki peluang yang besar juga untuk mengalami hal yang sama (Hidayanti, 2020). Hasil penelitian ini juga ditemukan bahwa riwayat keluarga merupakan salah satu faktor penyebab terjadinya disminorhea primer pada remaja, hal ini dikarenakan genetik akan menurunkan atau menduplikasikan diri sehingga sifat ibu dapat diturunkan pada keturunanannya.

SIMPULAN

Ada hubungan yang bermakna antara usia menarche (P Value = 0,002), lama menstruasi (p value = 0,02), kebiasaan olahraga (p value = 0,03) dan riwayat keluarga (p value = 0,004) dengan kejadian *disminorhea* primer pada siswi SMA Pembina tahun 2022.

DAFTAR PUSTAKA

Afiyanti, 2020. *Seksualitas dan Kesehatan Reproduksi Perempuan*. Depok: Raja Grafindo Persada

Anurogo dan Wulandari, 2011, *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid.*

Aulya, Yenny, Rini Kundaryanti, and Rena Apriani. 2021, Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji degan Kejadian Disminore Primer pada Siswi di Jakarta. *Menara Medika*, 4(1)

Badan Pusat Statistik. 2018. *Profile Kesehatan Sumatera Selatan.*

Dinkes Kota Palembang, 2018. *Profile Kesehatan Kota Palembang*.

Dinkes Kota Palembang, 2020. *Profile Kesehatan Kota Palembang*.

Hayati, S., & Agustin, S. 2020. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Di SMA Pemuda Banjaran Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, *8*(1), 132-142

Hidayanti, N., & Adiwiryono, R. M. 2021. Deterrminan Gejala Kejadian Disminore Pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Prof. Dr. Hamka Jakarta. *Jurnal Pendidikan Kesehatan (e-Journal), 10* (1), 67-75.

Horman, Nofrita, Jeanette Manoppo, and Lupita Nena Meo. 2021, Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Disminore Primer pada Remaja Puteri di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Keperawatan* 9(1), 38-47.

Indah, Nurul, 2015. Hubungan Siklus dan Lama Menstruasi dengan Kejadian *Disminorhea* pada Mahasiswi FKM UNISKA Banjarmasin

Lubis, P. Y. 2018. Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja siswi Sma Dharma Sakti Medan tahun 2018.

Manuaba, 2016. *Tatalaksana disminorhea*.

Mouliza, Nurul. 2019, Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di MTS Negeri 3 Medan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 20(2), 545-550.

Nurfadillah, Hasna, Sri Maywati, and Iseu Siti Aisyah. 2021, Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Disminore Primer pada Mahasiswi Universitas Siliwangi. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia* 17(1)

Ozerdogan, 2009. Faktor yang berhubungan dengan Disminore pada Remaja di SMA Pemuda Banaran Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, *8*(1), 132-142

Pramadika. D dan Fitriani, 2019, *Panduan Penanganan Dismenore.*

Puterida, 2021, Hubungan Pengetahuan, Tingkat Stres dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi

FKIP Prodi Bimbingan dan Konseling (BK) UNISKA MAB Banjarmasin tahun 2020. Diss. Universitas Islam Kalimantan MAB

Puspita, 2019. *Panduan Penanganan Dismenore.*

Riskesdes. 2010. *Profile Kesehatan Indonesia*.

Shopia et al, 2013, Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenore Pada Remaja Di SMA Pemuda Banjaran Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, *8*(1), 132-142

Wibawati, Fitria Hari. 2021, Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Disminore Pada Siswi di SMK Kesehatan Pelita Kabupaten Bogor. *Jurnal Ilmiah Wijaya* 13(2).

World Healrh Organizations, 2018.

Siska Dhew, 2016, Hubungan stress dan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Disminore pada mahasiswi Akademi Kebidanan Bina Banua Husada Banjarbaru

Ulchusna, dkk. 2020. Hubungan Pengetahuan, Tingkat Stres dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Disminore pada Mahasiswi FKIP Prodi Bimbingan dan Konseling (BK) UNISKA MAB Banjarmasin tahun 2020. Diss. Universitas Islam Kalimantan MAB