

Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenore pada Wanita Usia Subur

The Relationship between Nutritional Status and the Number of Dysmenorrhea on Childbearing-age Women

Rully Prasetyo S.N., Rosalia Sri Hidayati, Indriyati
Faculty of Medicine, Sebelas Maret University

ABSTRACT

Background: *Dysmenorrhea is estimated occurred in 25% of women and about 90% occur in adolescence. Risk factors that affecting dysmenorrhea is age, nutritional status, ancestry, exercise habits, and others. Nutritional status is a matter that affects health. a less or more nutritional status has an impact on menstrual disorders including dysmenorrhea. This study aims to determine the nutritional status of the relationship with the incidence of dysmenorrhea in women of childbearing age.*

Methods: *This study is an analytic observational study with cross-sectional approach. The samples was chosen by purposive sampling. The number of sample consist of 57 childbearing-age women who divided into 30 women with dysmenorrheal and 27 women with no dysmenorrheal. The study location taken place on linguistic and cultural department university of Sebelas Maret Surakarta. This study held on August 2014. The data were collected by direct interview and fulfilling dysmenorrheal questionnaire. The data study then being analyzed by using chi square test by using Statistical Product and Service Solution (SPSS) 17.00 for Windows.*

Result: *The results of data analysis using chi-square technique, its obtained $p = 0.031$. Bivariate analysis of the relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea in women of childbearing age showed a significant relationship.*

Conclusion: *There is a relationship between nutritional status and the number of dysmenorrheal on childbearing-age women..*

Keywords: *Menstruation, Dysmenorrhea, Nutritional Status*

PENDAHULUAN

Haid merupakan suatu proses fisiologis, namun sering terdapat gangguan-gangguan haid dan siklusnya. Gangguan yang sering menyebabkan wanita muda datang ke dokter untuk konsultasi dan pengobatan adalah dismenore (Prawirohardjo dan Wiknjastro, 2007).

Dismenore didefinisikan sebagai sensasi nyeri yang hebat disertai kram di abdomen bagian bawah, dan disertai gejala biologis lain seperti berkeringat, takikardi, sakit kepala, *nausea*, *vomitus*, diare, dan merinding, yang terjadi sebelum atau selama siklus menstruasi (Katz dkk, 2007). Dismenore diperkirakan terjadi pada 25% wanita dan hampir 90% terjadi pada usia remaja, dan tidak ada perbedaan yang signifikan dari prevalensi dismenore pada ras yang berbeda. Dari hasil survey yang dilakukan kepada 113 pasien di tempat praktik keluarga di Amerika, didapatkan prevalensi dismenore berkisar 29 % -44 % (Calis dkk, 2009; Holder dkk, 2011).

Faktor risiko yang mempengaruhi kejadian dismenorea adalah umur, umur menarche, lama menstruasi, status pernikahan, pengalaman melahirkan, status gizi, riwayat keluarga atau

keturunan dengan dismenore, kebiasaan olahraga dan kebiasaan merokok (Widjanarko, 2006).

Wanita dengan indeks massa tubuh lebih dari normal memiliki kadar prostaglandin yang tinggi dapat memicu terjadinya dismenore . Namun di sisi lain ternyata seseorang dengan *underweight* juga dapat mengalami dismenore primer (Tangchai dkk, 2004).

Hal tersebut bertolak belakang dengan penelitian yang dilakukan oleh Novia dkk (2008), hasil penelitiannya menyatakan sebagian besar wanita yang mengalami dismenore primer bukan termasuk dalam status gizi obesitas, jadi status gizi tidak berpengaruh terhadap kejadian dismenore primer.

Berdasarkan uraian diatas, peneliti merasa tertarik untuk meneliti lebih lanjut tentang hubungan status gizi dengan kejadian dismenore pada wanita usia subur.

SUBJEK DAN METODE

Penelitian ini bersifat analitik observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Sastra Budaya Universitas Sebelas Maret. Responden dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas

Sastra Budaya Universitas Sebelas Maret angkatan 2011.

Teknik sampling yang digunakan adalah *purposive sampling*. Dengan Kriteria Inklusi, 1) wanita usia subur (Mahasiswi Fakultas Sastra Budaya UNS Angkatan 2011); 2) Bersedia menjadi subjek penelitian dan menandatangani *informed consent*. Kriteria Eksklusi, 1) Memiliki gangguan organ reproduksi lain; 2) Mengonsumsi rokok dan alkohol.

Jumlah responden dalam penelitian ini adalah 57 wanita usia subur mahasiswi Fakultas Sastra Budaya Universitas Sebelas Maret angkatan 2011 terdiri dari 30 wanita usia subur yang mengalami dismenore dan 27 wanita usia subur yang tidak mengalami dismenore.

Variabel bebas dalam penelitian ini adalah Status Gizi, sedangkan variabel terikatnya adalah Dismenore. Definisi Operasional Variabel yang digunakan yaitu:

1. Status gizi

Status gizi berdasarkan indikator *Body Mass Index* (BMI) yang dibagi menjadi berat badan kurang, normal dan berat badan lebih. Alat ukur dengan pengukuran langsung (dilakukan pengukuran berat badan dan tinggi badan).

2. Dismenore

Kejadian nyeri pada saat haid pada wanita usia 19-50 tahun. Alat ukur dengan wawancara dan kuesioner.

Instrumen yang akan digunakan adalah *Informed Consent*, kuesioner, timbangan, dan pita meter

Uji statistik yang digunakan adalah *Chi square*, dan dihitung kekuatan hubungan dengan menggunakan *software SPSS for Windows 20.00*.

HASIL

Responden merupakan mahasiswi Fakultas Sastra Budaya Universitas Sebelas Maret angkatan 2011 yang berjumlah 57 orang dengan rentang usia 18-21 tahun, tidak memiliki gangguan organ reproduksi lain, dan tidak mengonsumsi rokok dan alkohol.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Wanita Usia Subur di Fakultas Sastra dan Budaya Universitas Sebelas Maret Surakarta

Status gizi	Dismenore n(%)	Tidak Dismenore n(%)
1. Kurang	14 (46.7)	7 (25.9)
2. Cukup	11 (36.7)	17 (63.0)
3. Lebih	5 (16.7)	3 (11.1)
Total	30 (100)	27(100)

Dari hasil perhitungan didapatkan nilai P yaitu 0,031 dengan taraf signifikan (α) = 0.05. Hasil perhitungan kekuatan hubungan adalah 0,552.

PEMBAHASAN

Setelah dilakukan uji statistik diperoleh hasil $p = 0,031$. Analisis bivariat terhadap hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenore pada wanita usia subur menunjukkan hubungan yang signifikan. Kekuatan hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenore adalah sedang.

Sesuai dengan pendapat Paath dkk (2004), Status gizi yang kurang atau terbatas selain akan mempengaruhi pertumbuhan, fungsi organ tubuh, juga akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Hal ini akan berdampak pada gangguan haid, tetapi akan membaik bila asupan nutrisinya baik.

Hal tersebut juga sesuai dengan pendapat Rahimian (2006) yang menyatakan bahwa kecepatan metabolisme mempengaruhi kemampuan reproduksi yang ada dibawah control hipotalamus dengan sinkronisasi oleh susunan saraf pusat. Sedangkan kecepatan metabolisme dipengaruhi oleh gizi maka penambahan lemak pada saat pertumbuhan berperan pada mekanisme

tersebut. Penambahan lemak memberikan kontrol pada hormone gonadotropin, sehingga jaringan lemak merupakan sumber esterogen di luar gonade (hipofisis). Dengan demikian sekresi esterogen juga dipengaruhi oleh berat badan dan lemak tubuh.

Selain itu menurut Wiknjastro (2008) pada penelitian yang dilakukan pada uterus kelinci berkesimpulan bahwa hormone esterogen merangsang kontraktilitas uterus sedangkan hormon progesterone mencegahnya. Penelitian lain oleh Proctor dan Farquhar (2006) menjelaskan bahwa karena endometrium dalam fase sekresi memproduksi prostaglandin F2 yang menyebabkan kontraksi otot-otot polos yang berlebihan seperti dismenore.

Ada beberapa faktor lain yang menyebabkan dismenore yaitu menarache pada usia lebih awal, belum pernah hamil dan melahirkan, lama menstruasi lebih dari normal, kebiasaan merokok, kebiasaan olahraga, dan stress (Widjanarko, 2006).

Rokok salah satu faktor yang menyebabkan dismenore karena di dalam rokok mengandung nikotin, yang mana menyebabkan vasokonstriksi sehingga mengurangi aliran darah di endometrium sebanyak 30 % - 40 % (Chen dkk, 2000). Vaskonstriksi pada pembuluh darah

menyebabkan iskemia sehingga dapat menstimulasi prostaglandin (Sugimoto dan Narumiy, 2007).

Keterbatasan dari penelitian ini adalah jumlah responden yang terbatas, faktor perancu yang sulit dikendalikan seperti keturunan, kebiasaan olahraga, merokok, umur menarche dan lama menstruasi.

SIMPULAN

Ada hubungan antara Status Gizi Dengan Kejadian Dismenore Pada Wanita Usia Subur di Fakultas Sastra dan Budaya Universitas Sebelas Maret Surakarta. Ada pun kekuatan hubungan status gizi dengan kejadian dismenore sedang.

SARAN

Perlu dilakukan penelitian lebih lanjut mengenai hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea pada wanita usia subur dengan memperhatikan faktor lain usia menarche, merokok, riwayat penyakit reproduksi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada: Slamet Riyadi, dr., M.Kes dan Arif Suryawan, dr., AIFM .

DAFTAR PUSTAKA

Calis KA, Popat V, Dang, DK, Kalantaridou SN (2009). Dysmenorehea dalam <http://emedicine.medscape.com/article/253812-overview> diakses tanggal 12 April 2014.

Chen C, Cho S, Damokosh A, Chen D, Li G, Wang X, XU X (2000). Available from: Prospective Study of Exposure to Environmental Tobacco Smoke and Dysmenorrhea. <http://www.pubmedcentral.nih.gov> – diakses 29 September 2014.

Holder A, Laurel DE, Mert E (2011). Dysmenorrhea in Emergency Medicine dalam <http://emedicine.medscape.com/article/795677-overview> - diakses 12 April 2014.

Katz VL, Gretchen ML, Rogerio AL, David MG(2007). *Comprehensive Gynecology*. Edisi ke 5. Philadelphia: Mosby

Novia, I, Puspitasati, N (2008). Faktor Risiko yang Mempengaruhi Dismenore Primer. *The Indonesian Journal of Public Health*, Vol. 4, No. 2, Maret 2008: 96-104

Paath, Erna F, Rumdasih, Heryati Y (2004) *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGC

Prawirohardjo S, Wiknjastro H (2007). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo

Proctor M , Farquhar C (2006). Diagnosis and Management of Dismenorrhoea. USA :*Pubmed Central Journal List*

Rahimian J (2006). *First Aids For The Obstetrics & Gynecology Boards*. USA: McGraw-Hill

Sugimoto Y, Narumiy S (2007). Prostaglandin EReceptors. *J. Biol. Chem.* Vol. 282. No.16.pp:11613-7

Tangchai K, Titapant V, Wiknjosastro, H. (2005). *Ilmu Kandungan*, Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo

Widjanarko B (2006). Dismenore Tinjauan Terapi pada Dismenore Primer. *Majalah Kedokteran Damianus*. Volume 5. No1, Januari 2006.