

## Pengaruh Usia *Menarche* Terhadap Derajat *Dismenore* Pada Siswi Kelas VIII SMPN 5 Kota Pontianak

Tutur Kardiatus

Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan Muhammadiyah Pontianak

### Abstrak

**Latar Belakang :** *Dismenore* merupakan nyeri abdomen yang dirasakan sesaat, sebelum atau pada saat menstruasi dan mengganggu aktifitas perempuan. Derajat nyeri yang dirasakan setiap individu berbeda-beda, yang dikategorikan dalam *dismenore* derajat 1, *dismenore* derajat 2 dan *dismenore* derajat 3. Terdapat banyak faktor resiko yang mengakibatkan terjadinya *dismenore* salah satunya adalah usia *menarche*.

**Tujuan :** Penelitian ini untuk memperoleh informasi mengenai pengaruh usia *menarche* terhadap derajat *dismenore*.

**Metode :** Jenis penelitian ini adalah penelitian observasional analitik dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional* (potong lintang). Populasi yang digunakan dalam penelitian ini adalah siswi kelas VIII SMPN 5 Kota Pontianak yang berjumlah 108 siswi. Metode pengambilan sampel yang digunakan adalah *purposive sampling*. Adapun jumlah sampel yang diambil sebanyak 71 siswi. Penelitian ini dilakukan dari 11 maret sampai 25 april. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan kuesioner. Uji analisis yang digunakan adalah uji *Rank Spearman*.

**Hasil :** Usia *Menarche* cepat yang mengalami *dismenore* derajat 1 sebanyak 3 responden (6,4%), yang mengalami *dismenore* derajat 2 sebanyak 24 responden (51,1%), dan yang mengalami *dismenore* derajat 3 sebanyak 20 responden (42,6%). Usia *menarche* ideal yang mengalami *dismenore* derajat 1 sebanyak 4 responden (16,7%), yang mengalami *dismenore* derajat 2 sebanyak 13 responden (54,2%), dan yang mengalami *dismenore* derajat 3 sebanyak 7 responden (29,2%). Berdasarkan analisis *Rank Spearman* untuk mengetahui pengaruh usia *menarche* terhadap derajat *dismenore* didapatkan nilai  $P = 0,160$ , karena nilai  $P > 0,05$  maka  $H_0$  gagal ditolak yang artinya tidak terdapat pengaruh usia *menarche* terhadap derajat *dismenore*.

**Kesimpulan :** Usia *menarche* tidak mempengaruhi derajat *dismenore* pada siswi kelas VIII SMPN 5 Kota Pontianak.

**Kata Kunci :** Usia, *Menarche*, Derajat *Dismenore*

## PENDAHULUAN

Kesehatan reproduksi erat kaitannya dengan perubahan masa remaja. Dimana masa remaja merupakan suatu tahap antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Istilah ini menunjukkan masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan sistem reproduksi, biasanya mulai dari usia 14 tahun pada pria dan usia 12 tahun pada wanita<sup>[1]</sup>.

Masa pubertas merupakan masa peralihan antara masa kanak-kanak dan dewasa pada saat ovarium sudah berfungsi mantap dan teratur. Pubertas adalah masa awal pematangan seksual, periode seorang anak mengalami perubahan fisik, hormonal dan seksual, serta mampu mengadakan proses reproduksi. Saat lahir, kadar *Luteinizing Hormone (LH)* dan *Follicle Stimulating Hormone (FSH)* tinggi, tapi beberapa bulan kemudian menurun dan tetap rendah sampai masa pubertas. Saat awal masa pubertas, kadar kedua hormon tersebut meningkat, yang merangsang pembentukan hormon seksual, serta menyebabkan beberapa perubahan seperti pematangan payudara, ovarium, rahim, dan vagina, serta dimulainya siklus menstruasi<sup>[2]</sup>.

Menstruasi adalah perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya remaja yang mengalami menstruasi pertama (*menarche*) adalah pada usia 12-16 tahun. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari<sup>[3]</sup>. Kebanyakan orang cenderung menganggap bahwa menstruasi adalah awal pertanda dimulainya pubertas, padahal menstruasi adalah terakhir terjadi. Menstruasi tidak akan dimulai sampai sekurangnya satu tahun setelah pertumbuhan pesat, yaitu setelah payudara mulai berkembang serta tumbuhnya rambut diketiak atau pubis.

Vagina mulai mengeluarkan cairan bening yang tidak berbau, satu atau dua tahun kemudian terjadilah menstruasi pertama pada seorang perempuan yang dikenal dengan sebutan *menarche*<sup>[4]</sup>.

*Menarche* adalah menstruasi pertama yang dialami seorang remaja perempuan yang umumnya dimulai pada usia antara 12-16 tahun<sup>[3]</sup>. Usia seorang anak perempuan mendapatkan *menarche* sangat bervariasi dan dipengaruhi oleh bermacam-macam faktor, diantaranya faktor keturunan, kesehatan gizi, dan keadaan umum<sup>[2]</sup>. Sejak seseorang dilahirkan, pusat rahim tidak berfungsi. Lalu pada usia sekitar 12 tahun, rahim mulai berfungsi serta rahim siap hamil setiap bulan. Jika kehamilan tidak terjadi pada bulan itu, maka perubahan-perubahan hormon keluar dari rahim. Proses ini diikuti kotoran mucus dan darah. Begitulah proses awal terjadinya menstruasi pada seorang perempuan<sup>[5]</sup>.

Menurut Badan Penelitian dan Pengembangan Kesehatan Departemen Kesehatan RI, berdasarkan tempat tinggal seorang wanita usia *menarche* 6-8 tahun terjadi sebanyak 0,1% anak-anak baik di perkotaan maupun pedesaan. Untuk usia *menarche* 9-10 tahun, 11-12 tahun, serta 13-14 tahun terjadi lebih banyak pada anak-anak di perkotaan dibanding pedesaan, sebaliknya pada usia *menarche* 15-16 tahun keatas lebih banyak terjadi di pedesaan yang lebih banyak dibanding perkotaan. Selain itu didapatkan bahwa 6,5% remaja perempuan di Kalbar mengalami gangguan saat menstruasi. Berdasarkan data diatas peneliti memilih sekolah menengah yang ada di perkotaan karena rata-rata usia *menarche* wanita diperkotaan dari data diatas sesuai dengan rata-rata usia siswi yang duduk di sekolah menengah.

Berdasarkan studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada 30 siswi kelas

VIII di SMPN 5 Kota Pontianak yang diambil secara acak didapatkan hasil bahwa rata-rata usia siswi saat ini adalah 13 tahun. Siswi yang mengalami *menarche* pada usia  $\leq 12$  tahun sebanyak 20 siswi, siswi yang mengalami *menarche* usia 13-14 tahun sebanyak 7 siswi, dan 3 siswi belum mengalami *menarche*. Didapatkan bahwa siswi yang mengalami *menarche* usia cepat yaitu usia  $\leq 12$  tahun yang tidak mengalami *dismenore* sebanyak 6 orang siswi sekitar (30%), dan yang mengalami *dismenore* sebanyak 14 orang siswi sekitar (70%). Siswi yang mengalami *menarche* usia 13-14 tahun sebanyak 7 orang dimana yang tidak mengalami *dismenore* sebanyak 5 orang sekitar (71%) dan yang mengalami *dismenore* sebanyak 2 orang (29%). Kesimpulan dari hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan adalah rata-rata siswi yang mengalami *dismenore* merupakan siswi yang mengalami *menarche* pada usia cepat  $\leq 12$  tahun. Peneliti memilih SMPN 5 Kota Pontianak sebagai tempat penelitian karena dari hasil studi pendahuluan rata-rata siswi di sekolah tersebut mengalami *dismenore*. Sehingga membuat peneliti tertarik untuk mengetahui termasuk dalam derajat manakah *dismenore* yang dialami oleh siswi-siswi tersebut. Selain itu, di SMPN 5 Kota Pontianak belum pernah dilakukan penelitian tentang *dismenore*.

## METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah penelitian deskriptif korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VIII SMPN 5 Kota Pontianak tahun 2013 yang telah mengalami menstruasi yang berjumlah 96 orang siswi. Pengambilan sampel dengan cara *Non Probability Sampling* yaitu dengan teknik *Purposive Sampling*. Sampel dihitung

dengan menggunakan rumus sampel minimal<sup>[6]</sup>

$$n = \frac{NZ \left(1 - \frac{a}{2}\right)^2 - P(1 - P)}{(N - 1)d^2 + Z \left(1 - \frac{a}{2}\right)^2 P(1 - P)}$$

Instrumen penelitian yang peneliti gunakan adalah kuesioner. Jenis kuesioner yang digunakan dalam penelitian ini berupa kuesioner *checklist* dengan 13 pertanyaan tentang *dismenore*, selain itu juga terdapat 2 pertanyaan untuk mengetahui usia *menarche* siswi.

Uji validitas dalam penelitian ini dilakukan pada instrumen penelitian yang berisikan pertanyaan mengenai *menarche* dan *dismenore*. Instrumen dikatakan valid jika  $r$  hitung  $>$   $r$  tabel.

## Analisa Univariat

Analisis univariat menggambarkan kriteria dari sampel yang diteliti, seperti usia siswi, usia *menarche* dan prevalensi siswi yang mengalami *dismenore*.

## Analisa Bivariat

Analisa bivariat dalam penelitian ini adalah untuk mengetahui apakah terdapat pengaruh usia *menarche* terhadap derajat *dismenore*, dan uji statistik yang digunakan dalam analisa ini adalah uji korelasi *Rank Spearman (Rho)*. Uji ini digunakan untuk mengukur tingkat atau eratnya hubungan antara dua variabel yang berskala ordinal.

## HASIL PENELITIAN

Kelompok terbesar responden usia 13 tahun yaitu sebanyak 49 orang (69%), responden pada usia 14 tahun yaitu sebanyak 20 orang (28%), dan responden pada usia 15 tahun yaitu sebanyak 2 orang (3%). Rata-rata usia responden adalah 13 tahun dengan usia

minimum 13 tahun dan usia maksimum 15 tahun.

### Analisis Univariat

Siswi yang mengalami *menarche* pada usia cepat ( $\leq 12$  tahun) adalah sejumlah 47 siswi (66%) dan siswi yang mengalami *menarche* pada usia ideal adalah sejumlah 24 siswi (34%).

Responden yang mengalami *dismenore* derajat 1 adalah sejumlah 7 responden (10%), responden yang mengalami *dismenore* derajat 2 adalah sejumlah 37 responden (52%), dan responden yang mengalami *dismenore* derajat 3 adalah sejumlah 27 siswi (38%).

### Analisis Bivariat

Analisis bivariat menggunakan analisis uji *rank spearman*. Hasil analisis bivariat pengaruh usia *menarche* terhadap derajat *dismenore* pada siswi kelas VIII SMPN 5 Kota Pontianak menyatakan bahwa responden dengan usia *menarche* cepat yang mengalami *dismenore* derajat 1 sebanyak 3 responden (6,4%), yang mengalami *dismenore* derajat 2 sebanyak 24 responden (51,1%), dan yang mengalami *dismenore* derajat 3 adalah sebanyak 20 responden (42,6%). Responden dengan usia *menarche* ideal yang mengalami *dismenore* derajat 1 sebanyak 4 responden (16,7%), yang mengalami *dismenore* derajat 2 sebanyak 13 responden (54,2%), dan yang mengalami *dismenore* derajat 3 adalah sebanyak 7 responden (29,2%).

## PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

#### Usia *menarche*

*Menarche* merupakan menstruasi pertama yang dialami remaja perempuan, umumnya terjadi pada usia 12-16 tahun<sup>[3]</sup>. Usia *menarche* seseorang dipengaruhi oleh faktor keturunan, keadaan gizi dan kesehatan umum<sup>[7]</sup>. Rata-rata usia

*menarche* pada masa ini adalah 12 tahun<sup>[5]</sup>.

Hasil analisis variabel *independent* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden dari 71 responden mengalami *menarche* pada usia cepat dibandingkan dengan *menarche* usia ideal. Responden yang mengalami *menarche* usia cepat sebanyak 47 responden (66%) dan yang mengalami *menarche* usia ideal sebanyak 24 responden (34%). Hasil penelitian ini sejalan dengan teori dari Lim Su Min<sup>[5]</sup> yang menyatakan rata-rata usia *menarche* pada masa ini adalah pada usia 12 tahun. terdapat banyak faktor yang mempengaruhi usia *menarche* seseorang.

Faktor tersebut adalah status gizi, dimana remaja yang makan makanan yang gizinya baik itu lebih cepat mengalami *menarche* dibandingkan remaja yang mengonsumsi makanan yang gizinya kurang baik. Kegiatan fisik juga termasuk dalam faktor yang mempengaruhi usia *menarche*, misalnya jika seseorang itu aktif dalam berolahraga maka dia akan terlambat mengalami *menarche*. Selain itu, sosial ekonomi juga mempengaruhi usia *menarche* seseorang, seorang gadis remaja yang ada dalam keluarga yang makmur akan lebih mungkin mendapatkan nutrisi yang cukup dan kesehatan yang baik sehingga akan mengalami *menarche* lebih cepat. Dalam penelitian ini lebih banyak responden yang mengalami usia *menarche* cepat dibanding dengan usia *menarche* ideal yaitu 66% responden mengalami usia *menarche* cepat. Hal ini dimungkinkan karena responden memiliki faktor-faktor yang yang mempengaruhi usia *menarche*.

#### Derajat *dismenore*

*Dismenore* merupakan nyeri pada daerah panggul akibat menstruasi dan produksi zat prostaglandin. *Dismenore* seringkali dimulai segera setelah

mengalami *menarche*<sup>[1]</sup>. Hasil analisis variabel *dependent* dalam penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami *dismenore* pada derajat 2 (sedang) sebanyak 37 responden (52%), responden yang mengalami *dismenore* derajat 1 adalah sebanyak 7 responden (10%), dan responden yang mengalami *dismenore* derajat 3 adalah sejumlah 27 siswi (38%). Faktor resiko yang menyebabkan terjadinya *dismenore* merupakan *menarche* diusia dini yang kurang dari 12 tahun, wanita yang belum pernah melahirkan anak hidup (nullipara), darah menstruasi yang berjumlah banyak, serta adanya riwayat *dismenore* pada keluarga<sup>[1]</sup>.

Hasil dalam penelitian ini adalah responden lebih banyak mengalami *dismenore* derajat 1 dan 2 (sedang) yaitu sebanyak 37 responden (52%). Hal ini disebabkan oleh budaya yang diyakini oleh responden. Setiap budaya memiliki cara untuk manajemen nyeri yang dirasakan saat menstruasi. Perbedaan cara inilah yang memungkinkan responden dengan budaya yang cenderung membiarkan rasa nyeri yang dirasakan akan mengalami *dismenore* dengan derajat yang lebih tinggi dibandingkan dengan responden dengan budaya yang manajemen nyerinya dengan baik sehingga *dismenore* yang dialami cenderung berada pada derajat yang lebih rendah.

### Analisis Bivariat

Menurut Hacker & Moore<sup>[8]</sup> *dismenore* dimulai beberapa jam sebelum atau segera setelah permulaan haid dan biasanya berlangsung selama 48-72 jam. Nyeri seperti kejang dan biasanya paling kuat pada perut bawah dan dapat menyebar ke punggung atau paha sebelah dalam. Selain itu juga terdapat gejala yang menyertai *dismenore* yaitu

mual dan muntah, rasa lelah, diare, nyeri pinggang bawah serta nyeri kepala (pusing). Menurut Proverawati & Misaroh<sup>[1]</sup> faktor resiko yang menyebabkan timbulnya *dismenore* yaitu *menarche* di usia dini yang < 12 tahun, wanita yang belum pernah melahirkan anak hidup (nullipara), darah menstruasi yang berjumlah banyak, wanita yang merokok, adanya riwayat *dismenore* pada keluarga serta wanita yang obesitas.

Hasil uji *Rank Spearman* dalam penelitian ini didapatkan bahwa tidak terdapat pengaruh usia *menarche* terhadap derajat *dismenore*. Meskipun demikian, dari hasil penelitian pada usia *menarche* cepat terlihat semakin berat derajat *dismenore* yang dialami. Berdasarkan hasil analisis data dapat dilihat bahwa responden dengan usia *menarche* cepat yang mengalami *dismenore* derajat 2 sebanyak 24 responden (51,1%). Responden dengan usia *menarche* ideal yang mengalami *dismenore* derajat 2 sebanyak 13 responden (54,2%). Hasil analisis statistik pengaruh usia *menarche* terhadap derajat *dismenore* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh nilai  $p = 0,160$ . Hasil ini menunjukkan nilai  $p$  lebih besar dari nilai  $\alpha$ , maka  $H_0$  diterima sehingga artinya tidak ada pengaruh usia *menarche* terhadap derajat *dismenore* pada siswi kelas VIII SMPN 5 Kota Pontianak.

Usia *menarche* bukanlah satu-satunya faktor yang mempengaruhi derajat *dismenore* yang dirasakan seseorang. Namun hasil dalam penelitian ini sejalan dengan teori dari Proverawati & Misaroh<sup>[1]</sup> yang telah diuraikan sebelumnya bahwa usia *menarche* dini (< 12 tahun) sangat mempengaruhi terjadinya *dismenore* karena belum siapnya rahim seorang wanita untuk mengalami perubahan serta leher rahim yang masih menyempit. Hasil dalam penelitian ini menyatakan bahwa

responden yang mengalami *menarche* pada usia cepat lebih banyak mengalami *dismenore* derajat 1 dan derajat 2 (93,6%) dibandingkan dengan responden yang mengalami *menarche* pada usia ideal dengan mengalami *dismenore* derajat 2 dan derajat 3 (83,4%). Usia *menarche* cepat ternyata juga mengakibatkan derajat *dismenore* yang lebih tinggi dibanding dengan yang mengalami *menarche* usia ideal. Hasil dalam penelitian ini adalah tidak terdapat pengaruh antara usia *menarche* terhadap derajat *dismenore*.

Hal ini bisa saja terjadi karena karakteristik dari responden, serta faktor lain yang mungkin mempengaruhi derajat *dismenore* yang dialami responden. Faktor yang mungkin saja mempengaruhi adalah kesiapan dalam menghadapi *menarche*. Menurut teori dari Sipahutar<sup>[9]</sup> faktor-faktor yang mempengaruhi kesiapan anak dalam menghadapi *menarche* adalah usia anak tersebut. Semakin muda usia anak, maka semakin ia belum siap untuk menerima peristiwa menstruasi, sehingga *menarche* dianggap sebagai gangguan yang mengejutkan. Saat menstruasi, gangguan yang mungkin terjadi adalah *dismenore*, karena anak belum memiliki kesiapan dalam menghadapi hal-hal yang terjadi saat menstruasi, maka pada saat nyeri berlangsung respon nyeri yang dirasakanpun terasa sangat nyeri.

## DAFTAR PUSTAKA

- [1] Proverawati, A. & Misaroh, S. (2009). *Menarche (Menstruasi Pertama Penuh Makna)*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- [2] El-manan, (2011). *Miss V*. Buku Biru: Yogyakarta.
- [3] Kusmiran, E. (2012). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Salemba Medika: Jakarta.
- [4] Nirwana, B.A. (2011). *Psikologi Ibu, Bayi dan Anak*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- [5] Min, S.L. (2007). *101 Questions About Sex*. Java Pustaka Media Utama: Surabaya.
- [6] Notoadmodjo, S. (2012). *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Rineka Cipta: Jakarta.
- [7] Winkjosastro, H. (2009). *Ilmu Kandungan*. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo: Jakarta.
- [8] Hacker, F.N. & Moore, G J. (2001). *Esensial Obstetri dan Ginekologi*. Hipokrates: Jakarta.
- [9] Sibagariang, E.E. (2010). *Kesehatan Reproduksi Wanita*. Trans Info Media: Jakarta.