



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkmumi.ac.id/index.php/woh/article/view/woh1305>**Kejadian Dismenorrhoe Pada Mahasiswi Dengan Anemia**^KAzrida M¹, Suchi Avnalurini Sharrif², Halida Thamrin³^{1,2,3}Prodi Kebidanan, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim IndonesiaEmail Penulis Korespondensi (^K): azrida.machmud@umi.ac.idNo Telepon Penulis Korespondensi (^K): 085255433215

ABSTRAK

Bagi anak-anak dan remaja putri banyak ditemukan masalah kesehatan khususnya anemia. Pada wanita dengan anemia defisiensi zat besi jumlah darah haidnya juga lebih banyak. Kebanyakan wanita tidak merasakan gejala – gejala pada waktu haid, tetapi sebagian merasa berat di panggul atau merasa nyeri (dismenorea). Berbagai penelitian telah menunjukkan bahwa angka kejadian dismenorea masih cukup tinggi, mereka yang mengalami dismenorea yang sangat berat setelah minum obat harus beristirahat serta dianjurkan untuk membatasi bahkan meninggalkan sekolah atau pekerjaan selama 1-3 hari dalam satu bulan yang tentunya akan dapat merugikan wanita dalam beraktivitas, khususnya pada remaja putri yang sedang berada dalam masa pertumbuhan dan perkembangan. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui kejadian dismenorea pada mahasiswi dengan anemia. Pendekatan yang dilakukan dalam penelitian ini adalah kuantitatif. Jenis penelitian ini menggunakan desain *survei analitik* dengan pendekatan yang digunakan *cross sectional*. Dalam penelitian ini cara pengambilan sampel menggunakan teknik *random sampling*. Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara anemia dengan kejadian dismenorea pada mahasiswa Kebidanan UMI dimana hasil uji *chi square* sebesar 9,737 artinya responden yang mengalami anemia mempunyai risiko 9,7 kali mengalami dismenorea dibandingkan responden yang tidak anemia dengan *p-value* $0,0001 < 0,05$. Dapat disimpulkan bahwa anemia dapat menyebabkan terjadinya dismenorea pada remaja putri, sehingga perlunya peningkatan pengetahuan tentang gizi bagi remaja putri untuk mencegah terjadinya anemia.

Kata kunci : Mahasiswi, anemia, menstruasi, dismenorrhoe

PUBLISHED BY :Public Health Faculty
Universitas Muslim Indonesia**Address :**Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.**Email :**jurnal.woh@gmail.com**Phone :**

+62 85255997212

Article history :

Received 24 May 2018

Received in revised form 04 July 2018

Accepted 05 July 2018

Available online 25 July 2018

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).

ABSTRACT

For children and adolescents found daughter with health problems, especially anemia. In women with iron deficiency anemia blood count also her more. Most women do not feel the symptoms – symptoms at the time of menstruation, but some feel the weight on the pelvis or feel pain (dysmenorrhoea). Various studies have shown that dysmenorrhoea incident numbers are still quite high, they are experiencing a very heavy dysmenorrhoea after taking medication should rest as well as recommended to restrict even leave school or job during the 1-3 day in a month that will certainly be detrimental to women in work, especially in young women who are in their growth and development. The purpose of this research is to know the existence of a relationship between anemia with dysmenorrhoea events. The approach was conducted in this research is quantitative. This type of research using the survey design with the analytic approach used cross-sectional. In this study the way sampling using Random Sampling techniques. The results showed the existence of a significant relationship between anemia with dysmenorrhoea on midwifery students of UMI Chi-Square test result of 9.737 with a p-value $0.0001 < 0.05$. It can be concluded that anemia can cause occurrence dysmenorrhoea on young women, so the need for improved knowledge about nutrition for young women to prevent the onset of anemia.

Keywords : Teenagers, anemia, menarche, dysmenorrhoea

PENDAHULUAN

Bagi anak-anak dan remaja putri banyak ditemukan masalah kesehatan khususnya anemia. Anemia adalah suatu kondisi medis dimana jumlah sel darah merah atau hemoglobin kurang dari normal. Untuk pria, anemia biasanya didefinisikan sebagai kadar hemoglobin $<13,5$ gram/100ml dan pada wanita sebagai hemoglobin $<12,0$ gram/100ml.¹

Anemia merupakan masalah gizi yang umum terjadi di dunia, terutama di negara berkembang. Diperkirakan lebih dari 30% penduduk dunia atau 1500 juta orang menderita anemia dan sebagian besar tinggal di daerah tropik. Berdasarkan Riskesdas tahun 2014, dilaporkan bahwa angka kejadian anemia secara nasional adalah sebesar 21,7%, dimana 18,4% terjadi pada laki-laki dan 23,9% terjadi pada perempuan.²

Data Survei Kesehatan Rumah Tangga (SKRT) tahun 2010 menyatakan bahwa prevalensi anemia defisiensi besi pada balita 40,5%, ibu hamil 50,5%, ibu nifas 45,1%, remaja putri usia 10-18 tahun 57,1% dan usia 19-45 tahun 39,5%. Dari semua kelompok umur tersebut, wanita mempunyai resiko paling tinggi untuk menderita anemia terutama remaja putri.

Pada wanita dengan anemia defisiensi zat besi jumlah darah haidnya juga lebih banyak. Kebanyakan wanita tidak merasakan gejala – gejala pada waktu haid, tetapi sebagian merasa berat di panggul atau merasa nyeri (dismenorea).³

Nyeri saat haid menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas fisik sehari-hari. Keluhan ini berhubungan dengan ketidakhadiran berulang di sekolah ataupun di tempat kerja, sehingga dapat mengganggu produktivitas. 40 – 70% wanita pada masa reproduksi mengalami nyeri haid, dan sebesar 10% mengalaminya hingga mengganggu aktivitas sehari-hari. Sekitar 70 – 90% kasus nyeri haid terjadi saat usia remaja dan remaja yang mengalami nyeri haid akan terpengaruh aktivitas akademis, sosial dan olahraganya.

Studi prevalensi dismenorea yang dilakukan pada mahasiswi Meksiko dari 1.539 responden dari 6 program kedokteran, keperawatan, gizi, kedokteran gigi, farmasi dan psikologi sebanyak 64%

diantaranya mengalami dismenorea dengan usia rata-rata menarche 12 dan 13 tahun.⁴ Sedangkan, studi epidemiologi yang dilakukan oleh Mohamed tahun 2012 di Mesir, sebanyak 845 remaja putri yang bersedia mengisi kuesioner, didapatkan sebanyak 76,1% yang mengalami dismenorea dengan tingkatan yang berbeda-beda. Dalam penelitian ini juga didapatkan adanya hubungan yang signifikan antara dismenorea dengan usia responden yang lebih tua, menarche dini, siklus yang panjang dan lama menstruasi.⁵

Analisis kasus yang dilakukan di Kota Makassar, dari 997 remaja putri yang menjadi responden 93,8% diantaranya mengalami dismenorea primer. Usia 13 -15 tahun merupakan usia terbanyak yang mengeluhkan dismenorea sebanyak 53,9% kasus. Hal ini menunjukkan tingginya prevalensi kejadian dismenorea primer pada remaja. Tujuan Penelitian ini untuk mengetahui hubungan anemia dengan kejadian dismenorhoe pada mahasiswi.⁶

METODE

Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kesehatan Masyarakat Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muslim Indonesia Kota Makassar pada bulan Juli – Agustus tahun 2016. Desain penelitian yang digunakan yaitu survai analitik. Jenis pendekatan yang digunakan adalah pendekatan *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah mahasiswi tingkat 1 dan tingkat 2 pada Program Studi DIII Kebidanan Universitas Muslim Indonesia berjumlah 140 orang. Sampel sebanyak 104 mahasiswi dengan tehnik pengambilan sample menggunakan *random sampling*.

Pengumpulan data dilakukan melalui tanya jawab kepada responden yang bersangkutan mengalami dismenorea atau tidak dan mengisi di kuesioner. Subjek penelitian yang memenuhi kriteria inklusi, melakukan pemeriksaan anemia kepada responden, kemudian peneliti memberitahukan hasilnya kepada responden. Melakukan analisis terhadap hasil pengukuran untuk menguji kebenaran hipotesis yang diajukan. Analisis dalam penelitian ini menggunakan analisa univariat untuk menganalisis variabel-variabel yang ada deskriptif disajikan dalam bentuk distribusi frekuensi dan presentase meliputi anemia dan kejadian dismenorea dan analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan *chi-square*, yang bertujuan untuk mengetahui hubungan dua variabel antara anemia dengan kejadian dismenorea.

HASIL

Pada tabel 1 menunjukkan dari 104 responden 59 responden (56,7%) tidak anemia dan 45 responden (43,3%) anemia.

Tabel 1. Gambaran Anemia pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Muslim Indonesia

Kategori	n	(%)
Anemia	45	43,3
Tidak anemia	59	56,7
Total	104	100,0

Tabel 2 menunjukkan dari 104 responden 56 responden (53,8%) mengalami dismenorea dan 48 responden (46,2%) tidak dismenorea.

Tabel 2. Gambaran Kejadian Dismenorea pada Mahasiswi Kebidanan Universitas Muslim Indonesia

Kategori	n	(%)
Dismenorea	56	53,8
Tidak Dismenorea	48	46,2
Total	104	100,0

Pada Tabel 3 menunjukkan dari 45 responden dengan anemia memiliki proporsi mengalami dismenorea lebih besar yaitu 37 responden (82,2%), sedangkan 59 responden tidak anemia memiliki proporsi tidak mengalami dismenorea lebih besar yaitu 40 responden (67,8%). Berdasarkan uji statistik *chi-square* diketahui *p-value* 0,0001. Dimana nilai $p < \alpha$ (0,05), dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima, berarti ada hubungan anemia dengan kejadian dismenorea pada Mahasiswa Kebidanan Universitas Muslim Indonesia. Hasil analisis diperoleh OR = 9,737 artinya responden yang mengalami anemia mempunyai risiko 9,7 kali mengalami dismenorea dibandingkan responden yang tidak anemia.

Tabel 3. Kejadian Dismenorea dengan Anemia pada Mahasiswa Kebidanan Universitas Muslim Indonesia

Anemia	Dismenorea		Total		P-value	OR (95% CI)
	Ya	Tidak	n	%		
Anemia	37	8	45	100	0,0001	9,737
Tidak	19	40	59	100		
Total	56	48	104	100		

PEMBAHASAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan Mahasiswi yang mengalami tidak anemia sebanyak 59 Mahasiswi (56,7%), Sedangkan mahasiswi yang mengalami anemia sebanyak 45 Mahasiswi (46,3%). Anemia merupakan suatu keadaan dimana kadar hemoglobin (Hb) dalam tubuh lebih rendah dari normal. Seseorang menderita anemia apabila kadar hemoglobin dalam darahnya kurang dari 12 g/100ml.³

Meskipun hasil yang mengalami anemia pada mahasiswi lebih rendah dari pada yang tidak anemia. Namun, hasil ini cukup tinggi. Remaja memiliki resiko tinggi terhadap kejadian anemia terutama anemia zat besi. Hal ini terjadi karena masa remaja memerlukan zat gizi yang lebih tinggi termasuk zat besi untuk pertumbuhan dan perkembangannya. Selain itu hal ini juga disebabkan karenaremaja putri kehilangan darah akibat menstruasi, kurangnya zat besi dalam makanan yang dikonsumsi, penyakit yang kronis, pola hidup remaja putri yang berubah, ketidakseimbangan antara asupan gizi dan aktifitas yang dilakukan serta pola makan yang kurang baik, seperti tidak teraturnya

pola makan dengan alasan untuk menjaga bentuk tubuh dan pola makan yang tidak tepat waktu dikarenakan banyaknya aktivitas yang dilakukan.

Hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa sebagian mahasiswi mengalami dismenorea sebesar 56 mahasiswi (63,4%). Sedangkan mahasiswi yang tidak mengalami dismenorea sebanyak 48 mahasiswi (36,6%).

Dismenorea didefinisikan sebagai gejala yang berhubungan dengan menstruasi, seperti sakit perut, kram dan sakit pinggang yang mengganggu aktifitas sehari-hari. Dismenore primer mengacu pada nyeri haid tanpa patologi yang mendasari, sedangkan dismenorea sekunder adalah nyeri haid yang berhubungan dengan patologi.⁷

Mahasiswi yang lain hanya merasakan nyeri seperti sakit perut, kram dan sakit pinggang. Dismenore ini termasuk dismenore primer. Pada dismenore ini mahasiswi hanya memerlukan istirahat yang cukup, olahraga teratur, pola makan yang teratur dan mengkonsumsi air putih 8 gelas setiap hari. Dismenore primer mengacu pada nyeri haid tanpa patologi yang mendasari, sedangkan dismenorea sekunder adalah nyeri haid yang berhubungan dengan patologi.

Olahraga/senam merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri. Hal ini disebabkan saat melakukan olahraga/senam tubuh akan menghasilkan endorfin. Endorfin dihasilkan di otak dan susunan syaraf tulang belakang. Hormon ini dapat berfungsi sebagai obat penenang alami yang diproduksi otak sehingga menimbulkan rasa nyaman.

Penelitian yang dilakukan Sara Nayeaban tahun 2014 didapatkan hasil vitamin E dan vitamin B1 dapat diberikan untuk pengobatan dismenore, karena menghasilkan komplikasi lebih sedikit, dan pasien sangat sesuai dengan suplemen ini dibandingkan dengan obat konvensional seperti asam mefenat.⁸

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa nilai *chi-square* didapat sebesar 9,737 dengan *p-value* 0,0001. Oleh karena $p\text{-value} = 0,0001 < \alpha (0.05)$, maka H_a diterima, dan disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara anemia dengan kejadian dismenore pada mahasiswa Kebidanan UMI.

Anemia terjadi karena kurangnya zat besi sehingga menyebabkan pengangkutan oksigen yang dibutuhkan pada jaringan tubuh berkurang. Kurangnya penghantaran oksigenasi pada paru-paru ke jaringan tubuh menyebabkan semakin meningkatnya karbondioksida dan prostaglandin didalam tubuh.

Sistem reproduksi mulai berfungsi pada remaja putri yang ditandai dengan menstruasi yang terjadi secara rutin setiap bulan. Saat terjadi menstruasi mengakibatkan kehilangan banyak darah terutama pada hari pertama sampai hari ketiga. Hilangnya darah saat menstruasi dapat menghilangkan zat besi dalam tubuh. Sebagian besar remaja putri mengalami nyeri menstruasi pada hari pertama sampai hari ketiga. Nyeri menstruasi disebabkan oleh kontraksi otot rahim. Kontraksi otot rahim dipengaruhi oleh sistem mekanisme hormonal dalam tubuh.⁹

Faktor-faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin remaja putri adalah kehilangan darah akibat menstruasi, kurangnya zat besi dalam makanan yang dikonsumsi, penyakit yang kronis, pola hidup remaja putri yang berubah, ketidakseimbangan antara asupan gizi dan aktifitas yang dilakukan.

Kurangnya kadar hemoglobin dapat menyebabkan metabolisme tubuh dan sel-sel saraf tidak bekerja secara optimal, menyebabkan pola penurunan percepatan impuls saraf, mengacaukan system reseptor dopamine. Pada remaja putri yang mengalami anemia didalam tubuhnya mengalami kekurangan zat besi yang mengakibatkan terganggunya pengangkutan oksigen pada jaringan tubuh. Kurangnya oksigenasi/pH mengakibatkan peningkatan karbondioksida dan prostaglandin pada jaringan tubuh. Remaja putri yang mengalami anemia saat menstruasi banyak ditemukan mengalami nyeri menstruasi.

Nyeri menstruasi disebabkan oleh kontraksi pada otot rahim yang dipengaruhi oleh hormon yang berperan aktif saat menstruasi. Saat tubuh mengalami anemia menyebabkan terganggunya pengangkutan oksigen pada hemoglobin dengan rendahnya pengangkutan oksigen mengakibatkan gangguan suplay darah pada uterus dan semakin lama mengakibatkan terhentinya suplay darah pada uterus yang dapat mengganggu perbaikan jaringan reproduksi sehingga menyebabkan nyeri menstruasi. Dalam keadaan anemia juga mempengaruhi peningkatan karbondioksida/prostaglandin, karena kurangnya oksigen/pH pada jaringan tubuh. Peningkatan prostaglandin saat menstruasi memicu kontraksi pada otot polos rahim, semakin tinggi peningkatan prostaglandin akan semakin sering otot polos rahim berkontraksi sehingga menyebabkan nyeri menstruasi.¹⁰

Saat menstruasi, terjadi pelepasan lapisan dinding endometrium dimana mengakibatkan terjadinya umpan balik negatif dan positif antara hormon steroid estradiol dan progesteron yang disekresikan oleh LH dan FSH. Saat menstruasi terjadi penyempitan mendalam pada pembuluh darah rahim yang mengakibatkan cadangan oksigen dan nutrisi berkurang. Menstruasi merupakan perdarahan pada uterus yang merangsang keluarnya hormon prostaglandin F2 α dan prostaglandin E2 yang mengakibatkan kontraksi otot polos uterus, semakin sering uterus berkontraksi, semakin mengalami peningkatan keluarnya hormon prostaglandin F2 α dan prostaglandin E2, dengan terjadinya peningkatan hormon prostaglandin F2 α dan prostaglandin E2 dapat yang merangsang kontraktilitas uterus.¹⁰

KESIMPULAN DAN SARAN

Anemia dapat menyebabkan terjadinya dismenorhoe pada remaja putri, sehingga perlunya peningkatan pengetahuan tentang gizi bagi remaja putri untuk mencegah terjadinya anemia.

DAFTAR PUSTAKA

1. Proverawati A. *Anemia Kehamilan*. Yogyakarta: Nuha Medika; 2011.
2. Riskesdas. Jakarta 2014.
3. Prawirohardjo S. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka; 2009.

4. Ortiz MI. Primary Dysmenorrhea Among Mexican University Students: Prevalence, Impact and Treatment. *European Journal of Obstetrics and Gynecology and Reproductive Biology*. 2010;152(1):73-77.
5. Mohamed EM. Epidemiology of Dysmenorrhea Among Adolescent Students in Assiut City, Egypt. *Life Science Journal*. 2012;9(1):348-353.
6. Utami ANR, Ansar J, Sidik D. Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMAN 1 Kahu Kabupaten Bone.
7. Harada T. Dysmenorrhea and Endometriosis in Young Women. *Yonago acta Medica*. 2013;56(4):81.
8. Nayeban S, Jafarnejad F, Nayeban S, Sefidgaran A. A Comparison of the Effects of Vitamin E and Vitamin B1 on the Severity and Duration of Pain in Primary Dysmenorrhea. *Journal of Midwifery and Reproductive Health*. 2014;2(2):143-146.
9. Prawirohardjo S. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka; 2012.
10. Wahyuningsih E, Sari LP. Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi Kelas XI SMA Negeri 1 Wonosari Klaten. *INVOLUSI Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Science)*. 2015;4(7).