

# HUBUNGAN STATUS GIZI DAN USIA *MENARCHE* DENGAN *DISMENORHEA* PRIMER PADA REMAJA PUTRI KELAS XI SMA NEGERI 15 PALEMBANG

Eka Rahmadhayanti<sup>1</sup>, Anur Rohmin<sup>2</sup>

<sup>1,2</sup>Program Studi D III Kebidanan, STIK Siti Khadijah Palembang

Email: eka.rahmadhayanti@yahoo.co.id

**Abstract: The Correlation Between Nutrition Status and Menarche Age with Primary Dysmenorrhea in Teenage Girl Second Grade Students of SMAN 15 Palembang.** Primary dysmenorrhea is menstruation pain that occurred since menarche and found no abnormality of the uterus or other organs which disturbing the activities of teens. This study was to find out the correlation between nutrition status and menarche age with primary dysmenorrhea in teenage girl second grade students of SMAN 15 Palembang, 2016. The research was an analytical survey design through cross sectional approach. The research was done by using 75 respondents and taken with stratified random sampling. Data were analyzed by univariate and bivariate analysis with Chi square methods. The results showed that there were 61 respondents (81.3%) who experience primary dysmenorrhea and 14 respondents (18.7%) who did not experience primary dysmenorrhea. The result showed that there was correlation between nutrition status and menarche age with primary dysmenorrhea with value (p value= 0.046 and 0.018), it can be concluded that nutrition status and menarche age were significantly related to the incidence of primary dysmenorrhea.

**Keywords:** Primary dysmenorrhea, Nutrition status, Menarche age

**Abstrak: Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Dismenorrhea Primer pada Remaja Putri Kelas XI SMA Negeri 15 Palembang.** *Dismenorrhea* primer adalah nyeri menstruasi yang mulai terasa sejak *menarche* dan tidak ditemukan kelainan dari alat kandungan atau organ lainnya yang berdampak mengganggu aktivitas remaja. Tujuan: diketahuinya hubungan status gizi dan usia *menarche* dengan *dismenorrhea* primer pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 15 Palembang Tahun 2016. Penelitian ini menggunakan metode *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Besar sampel adalah 75 responden diambil dengan teknik *stratified random sampling*. Analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat 61 responden (81,3%) yang mengalami *dismenorrhea* primer dan 14 responden (18,7%) yang tidak mengalami *dismenorrhea* primer. Hasil menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara status gizi dan usia *menarche* dengan *dismenorrhea* primer dengan nilai (*p-value*=0,046 dan 0.018), ada hubungan antara status gizi dan usia *menarche* dengan kejadian *dismenorrhea* primer.

**Kata kunci:** *Dismenorrhea* primer, Status gizi, Usia *menarche*

*Dismenorrhea* adalah nyeri sewaktu haid. *Dismenorrhea* terdiri dari gejala yang kompleks berupa kram perut bagian bawah yang menjalar ke punggung. *Dismenorrhea* dapat diklasifikasikan menjadi dua, yaitu *dismenorrhea* primer dan *dismenorrhea* sekunder. *Dismenorrhea* primer adalah *dismenorrhea* yang mulai terasa sejak *menarche* dan tidak ditemukan kelainan dari alat kandungan atau organ lainnya yang berdampak dapat mengganggu aktivitas remaja, sedangkan *dismenorrhea* sekunder biasanya terjadi kemudian setelah *menarche* yang disebabkan oleh *endometriosis*, *fibroid*, IUD, tumor pada *tuba fallopi*, *polip uteri* dan lain-lain (Dewi, 2012).

Faktor resiko yang menyebabkan terjadinya *dismenorrhea* primer diantaranya yaitu usia *menarche* yang cepat yaitu <12 tahun, riwayat ibu atau saudara kandung yang mengalami *dismenorrhea*, *overweight*, atupun *obese*. Daftary dan Patky (2008) menyatakan bahwa *overweight* dan *obese* membawa peranan sebagai faktor terjadinya *dismenorrhea* primer.

*Dismenorrhea* primer terjadi pada 90% wanita dan biasanya terasa setelah mereka *menarche* dan berlanjut hingga usia pertengahan 20-an atau hingga mereka memiliki anak. Sekitar 10% penderita *dismenorrhea* tidak dapat mengikuti kegiatan sehari-hari. Gejalanya mulai terasa pada 1 atau 2 hari sebelum haid dan

berakhir setelah haid dimulai. Biasanya nyeri berakhir setelah diberi kompres panas atau oleh pemberian analgesik (Dewi, 2012).

Riwayat menstruasi mempengaruhi risiko mengalami *dismenorrhea*. Akan tetapi, banyak pakar masih berdebat tentang seberapa penting perannya secara keseluruhan. Usia *menarche* yang terlalu muda (12 tahun) dimana organ-organ reproduksi belum berkembang secara maksimal dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit pada saat menstruasi. Karena organ reproduksi wanita belum berfungsi secara maksimal (Rosenthal, 2013). Usia *menarche* bervariasi pada setiap individu dan wilayah tempat tinggal, namun usia *menarche* dapat dikatakan normal apabila terjadi pada usia 12-14 tahun (Susanti, 2012).

Status gizi merupakan salah satu faktor resiko terjadinya *dismenore primer*, status gizi yang rendah (*underweight*) dapat diakibatkan karena asupan makanan yang kurang, termasuk zat besi yang dapat menimbulkan anemia. Anemia merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kurangnya daya tahan tubuh terhadap rasa nyeri sehingga saat menstruasi dapat terjadi *dismenore primer*, sedangkan status gizi lebih (*overweight*) dapat juga mengakibatkan *dismenore* karena terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasi pembuluh darah atau terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita, sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan mengakibatkan nyeri pada saat menstruasi (Kusmiran, 2011).

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%, sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian nyeri menstruasi berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif (Proverawati, 2009).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua remaja putri kelas XI SMA Negeri 15 Palembang Tahun 2016 yang berjumlah 217 siswi. Sampel yang digunakan adalah sebagian remaja putrid kelas XI SMA Negeri 15 Palembang Tahun 2016. Yang didapatkan dengan

teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*.

Data primer yang diperlukan dalam penelitian ini meliputi status gizi, usia *menarche* dan *dismenorrhea* primer yang diperoleh melalui wawancara langsung dengan responden dengan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada responden.

Data akan dianalisis dengan menggunakan analisis univariat dan bivariat. Analisis univariat untuk melihat distribusi frekuensi dari masing-masing kategori variabel dan analisis bivariat bertujuan untuk melihat hubungan antara variabel independen (status gizi dan usia *menarche*) dan variabel dependen (*dismenorrhea* primer) dengan menggunakan uji statistik *Chi Square*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Status Gizi

**Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi Responden**

Status Gizi	f	%
Tidak Normal	42	56,0
Normal	33	44,0
<b>Total</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 75 responden, yang memiliki status gizi tidak normal sebanyak 42 orang (56,0%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang memiliki status gizi normal yaitu sebanyak 33 orang (44,0%).

Status gizi yang rendah (*underweight*) atau status gizi yang lebih (*overweight*) selain akan mempengaruhi pertumbuhan, fungsi organ tubuh, juga akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi.

### 2. Usia Menarche

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Usia Menarche Responden**

Usia Menarche	f	%
Tidak Normal	45	60,0
Normal	30	40,0
<b>Total</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel di atas, dapat diketahui bahwa dari 75 responden, yang memiliki status usia *menarche* tidak normal sebanyak 45 orang (60,0%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang memiliki usia *menarche* normal yaitu sebanyak 30 siswi (40,0%).

Saat *menarche* terjadi lebih awal dari normal dimana organ-organ reproduksi belum berkembang secara maksimal dan belum siap untuk mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit saat menstruasi.

### 3. Kejadian Dismenorea Primer

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Kejadian Dismenorea Primer**

Kejadian Dismenorea Primer	f	%
Ya	61	81,3
Tidak	14	18,7
<b>Total</b>	<b>75</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 3, dapat diketahui bahwa dari 75 responden, yang mengalami kejadian dismenore primer sebanyak 61 orang (81,3%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami kejadian *dismenorea* primer yaitu sebanyak 14 orang (18,7%).

*Dismenorea* primer terjadi beberapa waktu setelah *menarche*. Rasa nyeri timbul sebelum atau bersama-sama dengan menstruasi dan berlangsung untuk beberapa jam, walaupun pada beberapa kasus dapat terjadi sampai beberapa hari.

### 4. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenorea Primer

Pada tabel 4, didapatkan dari 42 responden yang mengalami kejadian *dismenorea* primer dengan status gizi tidak normal sebanyak 38 responden (90,5%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami kejadian *dismenorea* primer dengan status gizi tidak normal sebanyak 4 responden (9,5%).

**Tabel 4. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenorea Primer**

No	Status Gizi	Kejadian Dismenorea Primer				Total n
		Ya		Tidak		
		n	%	n	%	
1.	Tdk Normal	38	90,5	4	9,5	42
2.	Normal	23	69,7	10	30,3	33
	Jumlah	61		28		75

Berdasarkan hasil uji statistik dengan analisis *Chi Square* didapatkan  $p\text{-value}=0,046$  lebih kecil dari  $\alpha=0,05$  menunjukkan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea* primer. Dengan demikian hipotesis

yang menyatakan bahwa ada hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea* primer terbukti secara statistik.

Status gizi merupakan salah satu faktor resiko terjadinya *dismenorea* primer, status gizi yang rendah (*underweight*) dapat diakibatkan karena asupan makanan yang kurang, termasuk zat besi yang dapat menimbulkan anemia. Anemia merupakan salah satu faktor yang menyebabkan kurangnya daya tahan tubuh terhadap rasa nyeri sehingga saat menstruasi dapat terjadi *dismenorea* primer, sedangkan status gizi lebih (*overweight*) dapat juga mengakibatkan *dismenorea* karena terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasi pembuluh darah atau terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita, sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan mengakibatkan nyeri pada saat menstruasi (Kusmiran, 2011).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Beddu (2013), tentang hubungan status gizi dan usia *menarche* dengan *dismenorea* primer pada remaja putri di SMA Nasional Makassar, didapatkan hasil analisis variabel status gizi dengan menggunakan uji statistik *Chi-square* dengan *pearson Chi-square test* menunjukkan nilai  $p=0,008$ , artinya terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan *dismenorea* primer.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nasution (2013), tentang hubungan status gizi dengan kejadian *dismenorea* primer pada remaja putri di SMA swasta Istiqlal Kecamatan Delitua Kabupaten Deli Serdang, didapatkan dari hasil uji *Chi-square* pada hubungan status gizi dengan dismenore primer diperoleh nilai  $p=0,00$  ( $p<0,05$ ), artinya terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea* primer.

Berdasarkan hasil penelitian serta teori yang ada dapat dibuat kesimpulan bahwa ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian *dismenorea* primer. Jika nutrisi dan status gizi seseorang baik maka akan terhindar dari masalah *dismenorea*.

## 5. Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenorea Primer

**Tabel 5. Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenorea**

No	Usia Menarche	Kejadian Dismenorea Primer				Total	
		Ya		Tidak		n	%
		n	%	n	%		
1.	Tidak Normal	41	91,1	4	8,9	45	100
2.	Normal	20	66,7	10	33,3	30	100
	Jumlah	61		14		75	100

Pada tabel 5 didapatkan dari 45 responden yang mengalami kejadian *dismenorea* primer dengan usia *menarche* tidak normal sebanyak 41 responden (91,1%), lebih banyak jika dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami kejadian *dismenorea* primer dengan usia *menarche* tidak normal sebanyak 4 responden (8,9%).

Berdasarkan hasil uji statistik dengan analisis *Chi Square* didapatkan  $p\text{-value}=0,018$  lebih kecil dari  $=0,05$  menunjukkan bahwa ada hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian *dismenorea* primer. Dengan demikian hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian *dismenorea* primer terbukti secara statistik.

*Menarche* merupakan perdarahan pertama kali dari uterus yang terjadi pada wanita di masa pubertas sekitar usia 12-14 tahun. *Menarche* merupakan perubahan yang menandakan bahwa remaja sudah memasuki tahap kematangan organ seksual dalam tubuh. Dimulainya *menarche* membuat organ seks sekunder tumbuh berkembang, seperti pembesaran payudara, mulai tumbuh rambut ketiak, panggul membesar dan juga mulai berkembangnya beberapa organ vital yang siap untuk dibuahi. Usia *menarche* bervariasi pada setiap individu dan wilayah tempat tinggal. Namun usia *menarche* dapat dikatakan normal apabila terjadi pada usia 12-14 tahun (Susanti, 2012).

Terdapatnya hubungan antar usia *menarche* terhadap kejadian *dismenorea* primer dikarenakan saat *menarche* terjadi lebih awal dari normal maka alat reproduksi belum siap untuk mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit saat menstruasi (Novia & Puspitasari 2008).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Pakaya (2013),

tentang hubungan faktor risiko dengan kejadian *dismenorea* primer pada siswi kelas VIII SMPN 6 Gorontalo, didapatkan dari hasil uji statistik *Chi-square* diperoleh nilai  $p=0,004$  ( $p<0,05$ ), artinya terdapat hubungan yang signifikan antara usia *menarche* dengan kejadian *dismenorea* primer. Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Beddu (2013), tentang hubungan status gizi dan usia *menarche* dengan *dismenorea* primer pada remaja putri di SMA Nasional Makassar didapatkan hasil analisis variabel usia *menarche* dengan menggunakan uji statistik *Chi-square* dengan *pearson Chi-square test* menunjukkan nilai  $p=0,006$ , artinya terdapat hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan *dismenorea* primer.

Berdasarkan hasil penelitian serta teori yang ada dapat dibuat kesimpulan bahwa ada hubungan yang bermakna antara usia *menarche* dengan kejadian *dismenorea* primer.

## SIMPULAN

1. Responden yang memiliki status gizi tidak normal sebanyak 42 orang (56,0%), responden yang memiliki status usia *menarche* tidak normal sebanyak 45 orang (60,0%) dan responden yang mengalami kejadian *dismenorea* primer sebanyak 61 orang (81,3%).
2. Ada hubungan status gizi dengan *dismenorea* primer pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 15 Palembang Tahun 2016 ( $p\text{-value}=0,046$ ).
3. Ada hubungan usia *menarche* dengan *dismenorea* primer pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 15 Palembang Tahun 2016 ( $p\text{-value}=0,018$ ).

## SARAN

Perlu adanya kerjasama antara pihak sekolah dengan tenaga kesehatan setempat untuk meningkatkan promosi kesehatan tentang *dismenorea* primer, faktor resiko penyebab dan cara mengatasinya. Petugas UKS dibekali dengan pengetahuan dan keterampilan tentang cara-cara mengurangi nyeri haid agar siswi-siswi yang mengalami *dismenorea* saat sedang berada di sekolah mendapatkan perawatan dan penanganan dengan tepat.

## DAFTAR PUSTAKA

- Beddu. 2013. Hubungan Status Gizi Dan Usia Menarche Dengan Desmenore Primer Pada Remaja Putri di SMA Nasional Makassar. *Jurnal. The Southeast Asian Journal of Midwifery* Vol. 1, No.1, Oktober 2015, Hal: 16-21.
- Daftary., Patky. 2008. *Dasar-dasar Obstetri & Ginekologi*. Jakarta: Hipokrates.
- Dewi. 2012. *Biologi Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Rihama.
- Kusmiran. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Bandung: Salemba Medika
- Nasution. 2013. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri di SMA swasta Istiqlal Kecamatan Delitua Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal Universitas Sumatera Utara*.
- Novia, Puspitasari. 2008. Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer. *Jurnal Departemen Biostatistika dan Kependudukan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga*.
- Pakaya. 2013. Hubungan Faktor Resiko Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Kelas VIII SMPN 6 Gorontalo. *Jurnal Universitas Negeri Gorontalo*.
- Proverawati. 2009. *Menarche; Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta. Nuha Medika.
- Rosenthal. 2013. *Pedoman untuk Wanita Revolusi Terapi Hormon*. <http://Proquest.umi.com> (Diakses tanggal 9 April 2016).
- Susanti. 2012. Faktor Resiko Kejadian Menarche Dini pada Remaja di SMP N 30 Semarang. *Journal of Nutrition College. 1 (1) : 386-40*.