

**Kejadian *Dismenorea* Pada Mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian  
Kabupaten Rokan Hulu**

**Genesis dysmenorrhoea In University student Rokan Hulu Pasir Pengaraian**

Romy Wahyuni\*

**\*Dosen Prodi DIII Kebidanan Universitas Pasir Pengaraian.**

**ABSTRAK**

*Dismenorea* atau nyeri haid merupakan suatu gejala dan bukan suatu penyakit. Nyeri haid timbul akibat kontraksi distriktik miometrium yang menampilkan satu atau lebih gejala mulai dari nyeri ringan sampai nyeri berat. Di Indonesia Harunrianto (2008) angka kejadian *dismenorea* sebesar 64,25%, tujuan penelitian diketahui hubungan olah raga secara teratur, status gizi, riwayat keluarga, *menarche* pada usia awal, lama menstruasi, dan siklus menstruasi dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu tahun 2014.

Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan desain penelitian *cross sectional study*. Jumlah sampel 220 mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu. Prosedur pengambilan sampel dengan cara *systematic random sampling*, pengambilan data menggunakan kuesioner dan analisis data dilakukan secara *univariat*, *bivariat* dengan *uji chi - square*, *multivariat* dengan uji regresi logistik ganda.

Hasil penelitian diperoleh sebagian besar mengalami *dismenorea* sebanyak 131 orang (59,5%), variabel yang berhubungan dengan kejadian *dismenorea* adalah lama menstruasi (POR:4,4:95%CI:1,558-12,684)), dan riwayat keluarga (POR:3,5:95%CI:1,792-6,925).

Kesimpulan dalam penelitian ini adalah bahwa ada hubungan antara lama menstruasi dan riwayat keluarga dengan kejadian *dismenorea*.

Saran bagi mahasiswi diharapkan lebih mengantisipasi dan mewaspadai terjadinya kecemasan *dismenorea*, kemudian berupaya menghindari dan menghilangkan faktor yang dapat mempengaruhi nyeri, seperti stress dan cemas yang sering timbul pada saat sebelum mengalami menstruasi.

**Kata Kunci : *Dismenorea*, Lama Menstruasi, Riwayat Keluarga di  
Universitas Pasir Pengaraian**

## ABSTRACT

*Dysmenorrhoea or menstrual pain is a symptom and not a disease. Menstrual pain arising from the contraction of the myometrium distrimik that displays one or more symptoms ranging from mild pain to severe pain. In Indonesia Harunrianto (2008) the incidence of dysmenorrhoea by 64.25%, the purpose of research known relationships regular exercise, nutritional status, family history, early menarche at age, duration of menstruation, and menstrual cycles with disminorea events at Sand University student Pangaraian District Rokan Hulu in 2014.*

*This research is a quantitative study with cross sectional research design. Number of samples 220 Sand Pengaraian University student Rokan Hulu. The sampling procedure by means of systematic random sampling, data collection and analysis of data using questionnaires univariate, bivariate chi - square, with a multivariate multiple logistic regression.*

*The results obtained are subjected to as many as 131 people dysmenorrhoea (59.5%), variables related to the incidence of dysmenorrhoea is long menstruation (POR: 4.4: 95% CI: 1.558 to 12.684)), and family history (POR: 3 , 5: 95% CI: 1.792 to 6.925).*

*The conclusion of this study is that there is a relationship between duration of menstruation and dysmenorrhoea family history events.*

*Advice for a student is expected to better anticipate and be aware of the occurrence of anxiety dysmenorrhoea, then try to avoid and eliminate the factors that can affect the pain, such as stress and anxiety that often arise at the time before menstruation.*

**Keywords : Dysmenorrhoea, Menstruation Long, Family History in Pasir Pengaraian University**

## PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi atau periode peralihan dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi, dan psikis. Masa remaja yakni antara usia 16-24 tahun, suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas (Widyastuti, 2009). Menstruasi atau haid ialah perdarahan secara periodik dan siklik dari uterus, disertai pelepasan *endometrium*. *Dismenorea* atau nyeri haid dapat disebabkan pada saat fase haid, kadar hormon *ovarium* yaitu *progesteron*

dan *estrogen* menurun. Peningkatan ini yang menyebabkan pembebasan suatu *prostaglandin* uterus. *Prostaglandin* ini berfungsi merangsang kontraksi ringan *miometrium* lapisan otot polos uterus. Kontraksi ini membantu mengeluarkan darah haid dari rongga uterus melalui vagina sebagai darah haid. Kontraksi uterus yang terlalu kuat akibat produksi berlebihan *prostaglandin* ini menyebabkan nyeri (Winkjosastro, 2009).

Angka kejadian dismenorea di Amerika Serikat dialami oleh 45-90% (Badawi, 2005). Sekitar 10-15%

diantaranya terpaksa kehilangan kesempatan kerja, sekolah dan kehidupan keluarga. Penelitian selanjutnya di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% perempuan mengalami dismenorea, dan 10-15% diantaranya mengalami dismenorea berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun (Jurnal Occupation And Environmental Medicine, 2012). Di Swedia ditemukan angka kejadian dismenorea pada wanita berumur 19 tahun sebanyak 72,42% (Badawi, 2009).

Dismenorea atau nyeri haid merupakan suatu gejala dan bukan suatu penyakit. Nyeri haid ini timbul akibat kontraksi distriktik miometrium yang menampilkan satu atau lebih gejala mulai dari nyeri ringan sampai berat. Dismenorea merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi terbesar (89,5%), diikuti ketidak teraturan menstruasi (31,2%), serta perpanjangan durasi menstruasi (5,3%) (Prastiwi, 2007). Pada pengkajian terhadap penelitian-penelitian lain didapatkan prevalensi dismenorea bervariasi antara 15,8-89,5%, dengan prevalensi tertinggi pada remaja (Thing, 2011).

Indonesia angka kejadian dismenorea sebesar 64,25 % yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36 % dismenorea sekunder dan didapatkan 1,07 %-1,31 % dari jumlah penderita dismenorea datang ke bagian kebidanan

(Harunriyanto, 2008). Penelitian yang pernah dilakukan pada mahasiswa di kawasan Jakarta Timur didapatkan hasil 54,5% responden mengalami dismenorea (Aprilia, 2011). Penelitian sebelumnya mengenai prevalensi *dismenorea* pada mahasiswi sebuah Universitas di Jakarta tahun 2011 menemukan bahwa 83,5% mahasiswi mengalami *dismenorea*. Pada penelitian lain, didapatkan hanya 38% wanita yang menganggap perdarahan yang banyak pada menstruasi sebagai masalah, padahal 76% dokter yang menerima kasus tersebut menganggapnya sebagai kasus yang perlu dirujuk. Hal tersebut menunjukkan masih rendahnya kesadaran wanita terhadap masalah gangguan menstruasi. (Siregar, 2004).

Berdasarkan penelitian (Wahono, 2012) kejadian *dismenorea* primer di SMA Negeri 1 Pekanbaru mencapai 59,40 % (264 orang) dengan jumlah populasi sebanyak 444 orang (Fakultas Kedokteran Universitas Riau, 2012). Berdasarkan penelitian (Prastiwi, 2007) menunjukkan faktor-faktor yang mempengaruhi *dismenorea* adalah umur, dan aktivitas fisik dan melaporkan hubungan yang bermakna antara stres dengan peningkatan insiden beratnya gejala *dismenorea* yang terjadi. Penelitian (Thing, 2011) menyatakan terdapat hubungan yang signifikan antara olahraga teratur dengan *dismenorea* primer.

Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu tahun ajaran 2013/2014 memiliki mahasiswa berjumlah 2.125 orang, dengan jumlah mahasiswinya sebanyak 988 orang. Dari survei awal di ruangan Kebidanan pada bulan Januari 2014 terdapat 38 orang (76%) dari 50 mahasiswi yang diwawancarai mengalami *dismenorea* dengan keluhan yang berbeda-beda, seperti rasa nyeri pada bagian bawah perut, nyeri pada daerah pinggang dan paha, rasa mual, muntah, sakit kepala, diare, berkeringat dingin, dll. Mahasiswi mulai mengalami *dismenorea* pada usia rata-rata 14 dan 15 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa banyaknya mahasiswi yang mengalami *dismenorea* di Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu sehingga perlu untuk melakukan penelitian mengenai Faktor-faktor apa yang berhubungan dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi

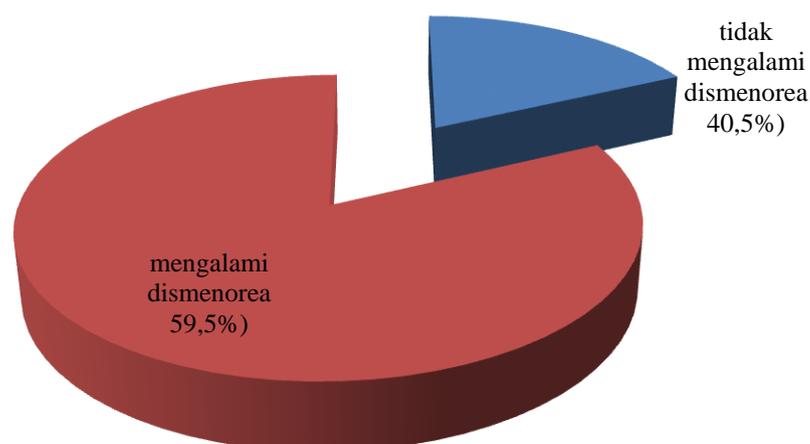
Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2014.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini bersifat kuantitatif analitik dengan jenis desain studi *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah 988 mahasiswi dengan sampel 220 mahasiswi yang diambil dengan cara *systematic random sampling*. Analisis data dilakukan secara univariat, bivariat dengan uji *chi square* dan multivariat dengan uji regresi logistik ganda.

### Hasil

Hasil penelitian mengenai kejadian *Dismenorea* Pada Mahasiswi, disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi yang dianalisis dan dibahas secara deskriptif dan analitik. Penyajian dibahas menurut tujuan khusus penelitian sebagai berikut.



Gambar 1: Proporsi Kejadian Dismenorea Pada Mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2014

**Tabel 1**  
**Distribusi Variabel Dependen Tentang *Dismenorea* pada Mahasiswi**  
**Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu**  
**Tahun 2014**

No	<i>Dismenorea</i>	Jumlah	Persentase
1.	Ya	131	59,5%
2.	Tidak	89	40,5%
	Jumlah	220	100%

**Tabel 2**  
**Distribusi Variabel Independen Tentang Kejadian *Dismenorea* Pada**  
**Mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu**  
**Tahun 2014**

No	Variabel Independen	Jumlah	
		N	%
1.	<i>Dismenorea</i>		
	Ya	131	59,5
	Tidak	89	40,5
2.	Olah raga		
	Tidak teratur	115	52,3
	Teratur	105	47,7
3.	Status gizi		
	Gizi kurang dan lebih	103	46,8
	Gizi normal	117	53,2
4.	Riwayat keluarga		
	Ada	74	33,6
	Tidak ada	146	66,4
5.	<i>Menarche</i> pada usia awal		
	< 12 tahun	67	30,5
	≥ 12 tahun	153	69,4
6.	Lama menstruasi		
	Tidak normal	30	13,6
	Normal	190	86,4
7.	Siklus menstruasi		
	Tidak normal	35	15,9
	Normal	185	84,1

**Tabel 3**  
**Hubungan Beberapa Variabel Independen Dengan Kejadian *Dismenorea* Pada Mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2014**

Variabel Independen	Dismenorea			P value	POR (95% CI)
	Ya	Tidak	Jumlah		
	n (%)	n (%)	n (%)		
Olah raga					
Tidak teratur	77 (67,0)	38 (33,0)	115(100)	0,027	1,914 (1,109-3,302)
Teratur	54 (51,4)	51(48,6)	105(100)		
Status gizi					
Gizi kurang dan lebih	72(69,9)	31 (30,1)	103 (100)	0,005	2,283 (1,310-3979)
Gizi normal	59 (50,4)	58 (49,6)	117(100)		
Riwayat Keluarga					
Ada	59 (79,7)	15 (20,3)	74 (100)	0,001	4,043 (2,104-7,767)
Tidak ada	72 (49,3)	74 (50,7)	145 (100)		
<i>Menarche</i> pada usia awal					
< 12 tahun	50 (74,6)	17 (25,4)	67 (100)	0,004	2,614 (1,385-4935)
≥ 12 tahun	81 (52,9)	72 (47,1)	153 (100)		
Lama menstruasi					
Tidak normal	25(83,3)	5 (16,7)	30 (100)	0,008	3,962 (1,455-10,792)
Normal	106(55,8)	84 (44,2)	190 (100)		
Siklus menstruasi					
Tidak normal	26 (74,3)	9 (25,7)	35 (100)	0,080	2,201 (0,977-4,957)
Normal	105 (56,8)	80(43,2)	185 (100)		

**Tabel 4**  
**Hasil Seleksi Bivariat Variabel-Variabel Independen Dengan Kejadian *Dismenorea* Pada Mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2014**

No	Variabel Independen	P value	Keterangan
1.	Olah raga	0,019	Kandidat
2.	Status gizi	0,003	Kandidat
3.	Riwayat keluarga	0,001	Kandidat
4.	<i>Menarche</i> pada usia awal	0,002	Kandidat
5.	Lama menstruasi	0,003	Kandidat
6.	<b>Siklus menstruasi</b>	<b>0,047</b>	<b>Tidak Kandidat</b>

**Tabel 5**  
**Hasil Seleksi Multivariat (Pemodelan Terakhir) dengan Kejadian**  
***Dismenorea* pada Mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian**  
**Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2014**

Variabel Independen	P value	POR	(95% CI)
Status gizi	0,246	1,578	0,730 – 3,414
Riwayat keluarga	0,001	3,523	1,792 – 6,925
Lama menstruasi	0,005	4,445	1,558 – 12,684
Menarche pada usia awal	0,177	1,818	0,763 – 4,332

## PEMBAHASAN

### Variabel Independen yang Berhubungan dengan Variabel Dependen

#### Lama menstruasi

Lama menstruasi memiliki hubungan sebab akibat terhadap kejadian *dismenorea*. Mahasiswi dengan lama menstruasi tidak normal mempengaruhi kejadian *dismenorea* 4,4 kali dibandingkan mahasiswi dengan lama menstruasi normal. Oleh karena itu direkomendasikan agar tidak terjadi *dismenorea*, perlu dilakukan intervensi khusus kepada mahasiswi yang memiliki lama menstruasi tidak normal.

#### Riwayat keluarga

Riwayat keluarga memiliki hubungan sebab akibat terhadap kejadian *dismenorea*. Mahasiswi yang mempunyai riwayat keluarga mempengaruhi kejadian *dismenorea* 3,5 kali dibandingkan dengan mahasiswi yang tidak memiliki riwayat keluarga *dismenorea*, oleh karena itu direkomendasikan supaya tidak mengalami kejadian *dismenorea*, perlu dilakukan intervensi khusus

kepada mahasiswi yang memiliki riwayat keluarga yang mengalami *dismenorea* dapat mempersiapkan penanganan *dismenorea* dan melakukan upaya preventif terhadap *dismenorea* primer pada saat wanita mengalami menstruasi, terutama bagi wanita yang mempunyai riwayat keluarga positif dengan *dismenorea* primer.

### Variabel Independen yang Tidak Berhubungan dengan Variabel Dependen

#### Olah raga

Dalam penelitian ini olah raga tidak menunjukkan hubungan terhadap kejadian *dismenorea*. Hal tersebut dapat dipahami karena mahasiswi kurang mengetahui olah raga apa saja yang berhubungan dengan *dismenorea* dan pengukuran waktu olah raga yang dilakukan oleh mahasiswi. Pada hasil data yang diperoleh terdapat 52,3% mahasiswi yang tidak teratur berolah raga dan 47,7% mahasiswi teratur berolah raga, maka dari hasil tersebut merupakan alasan olah raga tidak berhubungan dengan *dismenorea*.

### Status gizi

Dalam penelitian ini status gizi tidak menunjukkan hubungan sebab akibat terhadap kejadian *dismenorea*. Hal ini dapat disebabkan oleh kelemahan dalam menyusun pertanyaan untuk variabel independen status gizi, dimana peneliti kurang mengetahui rumus IMT gizi pada mahasiswi, sehingga bias informasi tidak dapat dihindari.

### Menarche pada usia awal

Dalam penelitian ini *menarche* pada usia awal tidak ada hubungan sebab akibat dengan kejadian *dismenorea*. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh kelemahan dalam menyusun pertanyaan untuk variabel independen *menarche* pada usia awal. Dimana peneliti tidak mengklasifikasikan umur *menarche* pada usia awal  $\geq 12$  tahun dan mahasiswi yang berumur  $< 12$  tahun.

Oleh sebab itu perlu dilakukan penelitian lebih lanjut pada responden, tempat dan waktu yang berbeda.

### Siklus menstruasi

Dalam penelitian ini siklus menstruasi tidak ada hubungan sebab akibat dengan kejadian *dismenorea*. Hal ini kemungkinan disebabkan oleh kelemahan dalam penyusunan pertanyaan variabel independen siklus menstruasi. Dari data yang didapat terdapat 84% siklus menstruasi mahasiswi normal, 15,9% siklus menstruasi tidak normal.

Menurut peneliti berasal dari kesalahan pengisian kuesioner, responden bisa saja tidak tahu dengan siklus menstruasi, sehingga responden

mengisi kuisisioner menurut pengetahuannya saja.

### KESIMPULAN

1. Proporsi mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2014 yang mengalami *dismenorea* sebesar 59,5%.
2. Variabel independen yang mempunyai hubungan sebab akibat dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi Universitas Pasir Pengaraian Kabupaten Rokan Hulu Tahun 2014 adalah :
  - a. Mahasiswi yang lama menstruasinya normal (2-10) hari mempengaruhi 4,4 kali mengalami *dismenorea* dibandingkan dengan mahasiswi yang lama menstruasinya tidak normal ( $< 2$  hari dan  $\geq 10$ ) hari (C.I 95% POR = 1,558 - 12,684).
  - b. Mahasiswi dengan riwayat keluarga yang mengalami *dismenorea* mempengaruhi 3,5 kali mengalami *dismenorea* dibandingkan dengan mahasiswi dengan riwayat keluarga yang tidak mengalami *dismenorea* (C.I. 95%: POR = 1,792-6,925)
3. Variabel independen yang tidak memiliki hubungan secara statistik dengan kejadian *dismenorea* pada mahasiswi adalah olah raga, status gizi, *menarche* pada usia awal dan siklus menstruasi.

### SARAN

Bagi mahasiswi diharapkan lebih mengantisifasi dan mewaspadai terjadinya kecemasan *dismenorea*, kemudian berupaya menghindari dan menghilangkan faktor yang dapat

mempengaruhi nyeri, seperti stres dan cemas yang sering timbul pada saat sebelum mengalami menstruasi, sehingga dapat menurunkan intensitas *dismenorea*, diharapkan mahasiswi berkonsultasi dengan ahli spesialis.

Bagi orang tua, tenaga profesional seperti tenaga kesehatan, psikologi, maupun tenaga pendidik juga orang-orang disekitar mahasiswi untuk mengantisipasi dan mewaspadai terjadinya *dismenorea* pada mahasiswi serta memberikan dukungan pada mahasiswi ketika menghadapi kecemasan dalam *dismenorea* sehingga dapat mengurangi terjadinya *dismenorea*.

#### DAFTAR PUSTAKA

Andi N. (2013). Factors Related To The Incident On Adolescent Dysmenorrhoe SMAN 1 Kahu District In Bone. (online). Diakses pada tanggal 4 februari 2014.

Aprilia (2011). Hubungan dismenorea dgn Pengetahuan remaja di Desa Harjobinangun Purwokerto. (online). Diakses pada tanggal 4 Pebruari 2014 di [www.e-journal.purworejo.ac.id](http://www.e-journal.purworejo.ac.id)

Badawi, dkk. (2005). Epidemiologi of Dysmenorrhoea Among Adelescent Studens in Mansoura, Egypt. Eastem Mediterranean Health Jurnal, Volume11.

Bare dan Smeltzer (2001). Penanganan Dismenorea. Jakarta : Pustaka Cendekia

Edmonds. (2007). Gynaecological Disorders Of Childhood and Adolescence: Dewhurst Textbook of Obstetrics and gynaecological.

Emilia, O. (2010). Promosi Kesehatan Dalam Lingkup Kesehatan Reproduksi. Jakarta : Pustaka Cendekia.

Frenita S. (2013). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Dismenorea Pada Siswi SMK Negeri 10 Medan.

Gibney, M.J. (2008). Gizi Kesehatan Masyarakat. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC

Gollenberg. (2010). Hubungan Stres dengan Keparahan Gejala Dismenorea. (Online).([www.ebscohot.com/jurnal\\_of\\_Women's\\_Health](http://www.ebscohot.com/jurnal_of_Women's_Health)) diakses januari 2013.

Hidayani, R. (2010). Hubungan Stres dengan Keteraturan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Tingkat I Prodi D III Keperawatan. Skripsi tidak diterbitkan. STIKes Payung Negri Pekanbaru.

Hidayat, A. (2007). Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data. Jakarta : Salemba Medika.

Lapau, B, 2012. Metode Penelitian Kesehatan: Jakarta

Ludin. (2009). Pengaruh dismenorea.(Online). Diakses

- pada tanggal 4 Pebruari 2014  
di [www.respiratory.usu.ac.id](http://www.respiratory.usu.ac.id)
- Murti. (2010). Desain dan Ukuran Sample untuk Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif di Bidang Kesehatan. Yogyakarta : Gajah Mada University Press
- Novia, D. (2009). Hubungan Dismenorea dengan Olah raga Pada Remaja Usia 16-18 Tahun di SMA ST. Thomas 1 Medan. (Online). (Repository. USU.ac.id>Student papers (SP)>medicine>SP-General) diakses 20 Januari 2013
- Prastiwi, I. (2007). Hubungan Bebarapa Faktor Remaja Putri Dengan Kejadian Dismenorea Primer di SMPN 30 SEMARANG. (Online). (<http://www.fkm.undip.ac/dat a/index.php?action=4&idx=31 15>) diakses 24 desember 2013
- Puji, I. (2009). Efektivitas Senam Dismenorea dalam Mengurangi Dismenorea Pada Remaja Putri di SMU N 5 Semarang. (Online). ([eprints.Undip.ac.id/9253/1/S kripsi](http://eprints.Undip.ac.id/9253/1/S kripsi)) diakses 25 Februari 2013.
- Riastiani. (2013). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Dismenorea Remaja Putri Di SMA Islam Al – Hikmah Jepara.
- Siregar. (2004). Faktor nyeri. (Online). Diakses pada tanggal 4 februari 2014 di [www.respiratory.usu.ac.id](http://www.respiratory.usu.ac.id)
- Sartika. (2011). Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche Dengan Disminore Primer Pada Siswi Kelas IX di SMPN 87 Jakarta. (Online). (<http://Library.upnvj.ac.id/pdf/5FKS1KEDOKTERAN/0810211043>) diakses 24 desember 2013
- Suparto. A. (2011). Efektivitas Senam Dismenorea dalam Mengurangi Dismenorea Pada Remaja Putri. (Online). (penjaskesrek.FKIP.UNS.ac.id/ultimate.pdf) diakses 25 januari 2013.
- Thing. (2011). Hubungan Olahraga Dengan Dismenorea Pada Siswi SMA Santo Thomas 1 Medan. (Online). (Repository. USU.ac.id>Student Papers (SP) >medicine>SP-General) diakses 20 Januari 2014.
- Widyastuti. (2009). Kesehatan Reproduksi. Cetakan Kedua. Yogyakarta : Fitra Maya.
- Winkjosastro. (2009). Ilmu Kandungan. Jakarta : PT Bina Pustaka Satu.