



## HUBUNGAN PENGETAHUAN, STATUS GIZI, DAN USIA MENARCHE DENGAN KEJADIAN DISMENORHEA PADA REMAJA PUTRI DI SMPN 3 KECAMATAN TUNGKAL ILIR KABUPATEN BANYUASIN TAHUN 2024

Nina<sup>1)</sup>, Intan Sari<sup>2)</sup>, Sri Handayani<sup>3)</sup>, Putu Lusita Nati Indriani<sup>4)</sup>

- 1) [bidannina63@gmail.com](mailto:bidannina63@gmail.com), Universitas Kader Bangsa Palembang
- 2) [intansari.journal@gmail.com](mailto:intansari.journal@gmail.com), Universitas Kader Bangsa Palembang
- 3) [handa.yani8108@gmail.com](mailto:handa.yani8108@gmail.com), Universitas Kader Bangsa Palembang
- 4) [putu.indriani91@gmail.com](mailto:putu.indriani91@gmail.com), Universitas Kader Bangsa Palembang

### Abstract

*Dysmenorrhea or menstrual pain is pain caused by menstruation which is felt by teenagers in the lower abdomen or waist, which is like heartburn, aching, and like stabbing, diarrhea, and even fainting which is felt before or during menstruation. Women who experience dysmenorrhea produce 10 times more prostaglandins than women who do not have dysmenorrhea. This study aims to determine the relationship between knowledge, nutritional status and age of menarche simultaneously with the incidence of dysmenorrhea in adolescent girls at SMPN 3 Tungkal Ilir School, Banyuasin Regency. Analytical research method with a cross-sectional approach. The population in this study were all young women who attended SMPN 3 Tungkal Ilir, Banyuasin Regency, totaling 53 female students. Samples were taken using a total sampling technique with a total sample of 53 respondents. Data analysis used univariate and bivariate analysis with the chi square statistical test. Univariate results showed that 17 people (32.1%) experienced dysmenorrhea and 36 people (67.9%) did not experience dysmenorrhea. The results of bivariate analysis using the chi square test showed that there was a relationship between knowledge ( $p$  value = 0.042), nutritional status ( $p$  value = 0.025), and age at menarche ( $p$  value = 0.001) with the incidence of primary dysmenorrhea in young women at SMPN 3 Tungkal Ilir School, Banyuasin Regency in 2024. It is hoped that the school will collaborate with health agencies to provide education to female students regarding female reproduction, especially dysmenorrhea.*

**Keywords:** Age of Menarche, Dysmenorrhea, Knowledge, Nutritional Status,

### Abstrak

Dismenorhea atau nyeri haid adalah nyeri yang ditimbulkan akibat menstruasi yang dirasakan remaja di perut bawah atau di pinggang, bersifat seperti mulas-mulas, ngilu, dan seperti ditusuk-tusuk, diare, bahkan pingsan yang terasa sebelum atau selama menstruasi. Wanita yang mengalami dismenorhea memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak dari wanita yang tidak dismenorhea. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, status gizi, dan usia menarche secara simultan dengan kejadian dismenorhea pada remaja putri di Sekolah SMPN 3 Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin. Metode penelitian analitik dengan pendekatan cross-sectional. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang sekolah di SMPN 3 Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin sebanyak 53 siswi. Sampel diambil menggunakan teknik total sampling dengan jumlah sampel sebanyak 53 responden, analisa data menggunakan analisa univariat dan bivariat dengan uji statistic chi square. Hasil univariat menunjukkan responden yang mengalami dismenorhea sebanyak 17 orang (32,1%) dan yang tidak mengalami dismenorhea sebanyak 36 orang (67,9%). Hasil analisis bivariat menggunakan uji chi square diketahui bahwa ada hubungan pengetahuan ( $p$  value =0,042), status gizi ( $p$  value =0,025), dan usia menarche ( $p$  value =0,001) dengan kejadian dismenorhea primer pada remaja putri di Sekolah SMPN 3 Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin tahun 2024. Diharapkan kepada pihak sekolah untuk bekerja sama dengan instansi kesehatan untuk memberikan penyuluhan kepada siswi mengenai reproduksi wanita khususnya disminore.

**Kata kunci:** Dismenorhea, Pengetahuan, Status Gizi, Usia Menarche

### PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa yang penting didalam kehidupan manusia yang ditandai dengan pertumbuhan fisik yang cepat, psikososial, kognitif dan emosional serta kematangan seksual dan reproduksi (Lehtimaki et al., 2019). Salah satu tanda kematangan seksual dan reproduksi remaja putri adalah menstruasi. Menstruasi dapat didefinisikan sebagai perdarahan periodik dari rahim yang terjadi setiap bulan dan sepanjang kehidupan reproduksi aktif seorang wanita (Michael et al., 2020). Siklus menstruasi terjadi secara periodik pada setiap bulannya



dengan rentang normal 28 hari, sedangkan siklus menstruasi itu sendiri adalah 3 sampai 7 hari (Handayani et al., 2021).

Data dari *World Health Organization (WHO)* didapatkan sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenorhea, 10-15% diantaranya mengalami dismenorhea berat. Dismenorhea terjadi pada anak sekolah umur 9-14 tahun mengalami dismenore (74,3%), Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan diberbagai negara dengan hasil yang mencengangkan, dimana kejadian dismenore primer disetiap negara dilaporkan lebih dari 50% (Syakila & Widyaningsih, 2023).

Menurut data SDKI 2017 wanita Indonesia paling banyak mengalami menarche pada usia 13 tahun (27,7%), 12 tahun (26%), dan 14 tahun (22,19%). Survei ini juga menunjukkan bahwa sebanyak 8% wanita Indonesia mengalami menarche pada usia dibawah 12 tahun. Usia menarche dini atau yang biasanya kurang dari 12 tahun dapat menjadi penyebab masalah yang dialami remaja karena pematangan organ reproduksi yang belum sempurna (Gunawati & Nisman, 2021).

Menurut hasil Riset Kesehatan Dasar (RISKESDAS) tahun 2018 ditemukan sebanyak 20,9% wanita usia 16-24 tahun mengalami kekurangan berat badan, dan sebanyak 10,1% mengalami obesitas. Status gizi kurang dapat mengganggu proses pertumbuhan organ tubuh dan dapat juga menimbulkan gangguan menstruasi karena pada saat fase luteum memerlukan nutrisi yang banyak. Kelebihan berat badan dapat menjadi faktor resiko timbulnya resiko timbulnya dismenorhea di karenakan kelebihan berat badan (Fauzia et al., 2023).

Data Sumatera Selatan sangat tinggi, hingga 54,9% perempuan menderita dismenorhea, di antaranya 24,5% dismenorhea ringan, 21,28% dismenorhea sedang, 9,36% dismenorhea berat, 1,07% menderita dismenorhea, dimana 1,31% pasien dismenorhea datang ke kebidanan (Diana et al., 2023).

Berdasarkan data dari Kabupaten Banyuasin prevalensi, dismenorhea pada remaja putri tahun 2021 berjumlah 119, tahun 2022 berjumlah 121, dan tahun 2023 berjumlah 126. Angka kejadian dismenorhea 60,3 % dari seluruh remaja putri yang mengalami haid.

Dampak dismenorhea primer bagi remaja antara lain nyeri yang terasa di bagian perut dan punggung sangat menyebabkan rasa tidak nyaman sehingga aktivitas belajar di sekolah terganggu dan nyeri yang berlebihan saat haid bisa sebagai gejala penyakit endometriosis yang jika tidak ditangani dengan baik bisa berujung pada fertilitas atau mandul. Dampak dismenorhea primer sebanyak 76,6% siswi tidak masuk sekolah karena nyeri haid yang dialami dan 6% dari siswa mengalami penurunan prestasi belajar. Dismenorhea primer pada remaja harus dapat ditangani dengan tindakan yang tepat untuk menghindari dampak negatif yang akan timbul (Susianty et al., 2022).

Upaya penanganan dismenorhea saat menstruasi, dapat dengan menggunakan beberapa terapi yaitu dengan menggunakan obat analgetik. Obat-obat yang dapat menghambat pengeluaran hormon prostaglandin seperti aspirin, endomethacin, dan asam mefenamat. Selain terapi obat dapat juga dilakukan penanganan dengan olahraga ringan, konsumsi makanan yang bergizi, serta mengurangi gula dan kadar kafein (Indarna, A. A., & Lediawati, 2021).

Dismenorhea didefinisikan sebagai nyeri saat menstruasi. Dismenorhea biasanya disertai dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah. Keluhan nyeri 14 haid bisa terjadi bervariasi, mulai dari nyeri ringan hingga nyeri berat. Keparahan dysmenorrhea berhubungan dengan lama dan jumlah darah haid (Michelle et al., 2022).

Faktor resiko dismenore primer selanjutnya lama menstruasi berhubungan dengan dismenorhea karena semakin lama periode menstruasi maka semakin lama uterus berkontraksi sehingga prostaglandin yang dihasilkan akan lebih banyak dan akhirnya dapat menimbulkan rasa nyeri saat haid (Wulandari, 2024).



Dismenoreia atau nyeri haid adalah nyeri yang ditimbulkan akibat menstruasi yang dirasakan remaja di perut bawah atau di pinggang, bersifat seperti mulas-mulas, ngilu, dan seperti ditusuk-tusuk, diare, bahkan pingsan yang terasa sebelum atau selama menstruasi. Wanita yang mengalami dismenoreia memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak dari wanita yang tidak dismenoreia. Prostaglandin menyebabkan meningkatnya kontraksi uterus, dan pada kadar yang berlebih akan mengaktifasi usus besar (Sarlis & Desmariyenti, 2024).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Yanuaringsih et al., 2021) dengan judul Hubungan Pengetahuan, usia menarche, dan status gizi dengan nyeri haid pada siswi kelas VIII di SMP Lahat Kabupaten Lahat maka hasil uji statistik menggunakan *chi-square* tidak ada hubungan pengetahuan dengan nyeri haid diperoleh *p. value* = 0,278, ada hubungan usia menarche dengan nyeri haid diperoleh *p. value* = 0,006, ada hubungan status gizi dengan nyeri haid, diperoleh *p. value* = 0,000, maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan pengetahuan dengan nyeri haid, ada hubungan usia menarche dengan nyeri haid, dan ada hubungan status gizi dengan nyeri haid.

Pengetahuan tentang nyeri haid sangat penting dimiliki oleh remaja putri. Pengetahuan yang adekuat dapat menstimulus terbentuknya sikap yang baik dalam menerapkan tindakan yang efektif untuk mereduksi nyeri haid yang dirasakan oleh mereka (Nuriya Sari, 2023).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan (Antika et al., 2023) dengan judul Hubungan antara Tingkat pengetahuan dengan kecemasan dalam menghadapi menarche maka hasil uji statistik memiliki tingkat pengetahuan yang baik dengan kecemasan 16 orang (26,7%). Hasil uji *chi-square* diperoleh *p value* 001 yang diartikan *p value* <  $\alpha$  0,05 atau  $H_a$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dengan kecemasan dalam menghadapi menarche satu tahun pertama.

Indeks masa tubuh (IMT) atau status gizi merupakan salah satu faktor resiko penyebab dismenore primer. Wanita dengan indeks masa tubuh (IMT) yang rendah dapat mengalami dismenoreia dikarenakan asupan makanan yang kurang, sehingga menimbulkan anemia yang merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan dismenoreia primer, sedangkan wanita yang memiliki berat badan lebih dari normal mengalami kejadian dismenore primer karena semakin banyak lemak maka semakin banyak pula prostaglandin yang dibentuk, sedangkan peningkatan prostaglandin dalam sirkulasi darah diduga sebagai penyebab dismenore (Adinda Aprilia et al., 2022).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Rahmawati, 2023) dengan judul Pengaruh usia menarche dan status gizi terhadap kejadian dismenoreia pada remaja putri di pondok pesantren Depok tahun 2020 maka hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi Square* didapatkan *P-Value* sebesar  $0,025 < \alpha = 0,05$  yang berarti secara statistik terdapat pengaruh yang signifikan antara status gizi terhadap kejadian dismenoreia pada remaja putri di Pondok Pesantren X Depok.

Usia menarche adalah menstruasi pertama atau darah yang keluar dari vagina wanita sewaktu ia sehat bukan disebabkan oleh melahirkan anak atau karena terluka, biasanya terjadi pada perempuan umur 12-14 tahun. Pada keadaan normal menarche diawali dengan periode pematangan yang dapat memakan waktu 2 tahun. Menarche merupakan tanda diawalinya masa puber pada perempuan. Pada masa tersebut seorang perempuan memerlukan perhatian orang tua, karena sejak masa menstruasi pertama berarti ada kemungkinan menjadi hamil bila berhubungan dengan lawan jenisnya (Wati, 2021).

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh (Nuraini et al., 2021) dengan judul hubungan pengetahuan, usia menarche, dan status gizi dengan nyeri haid pada siswi kelas VIII di SMP N 2 Lahat Kabupaten Lahat maka hasil uji statistik menggunakan *chi-square* menunjukkan terdapat hubungan usia menarche dengan nilai *p. value* 0,006 ( $p < 0,05$ ). Menunjukkan bahwa persentase



nyeri haid berat lebih tinggi pada usia menarche cepat dibandingkan usia menarche normal yaitu 90,9% berbanding 9,1%.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di SMPN 3 Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin terdapat 10 siswi yang di periksa, 7 siswi diantaranya mengalami dismenorhea. Pada tahun 2021 berjumlah 38 siswi, pada tahun 2022 berjumlah 30 siswi (40,1), pada tahun 2023 berjumlah 35% mengalami dismenorhea.

## METODE

Penelitian ini merupakan penelitian observasional yang bersifat analitik dengan desain atau pendekatan *cross sectional* yaitu penelitian yang pengukuran variable independent (Pengetahuan, status gizi dan usia menarche) dan dependen (Dismenorhea) dilakukan secara bersamaan. Penelitian telah dilaksanakan pada bulan Mei – Juni 2024 di Sekolah SMP N 3 Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang sekolah di SMPN 3 Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin sebanyak 53 siswi. Sampel pada penelitian yaitu seluruh siswi SMP N 03 Tungkal Ilir (jumlah 53 siswi). Teknik pengambilan sampel menggunakan tehnik *Total sampling*. Pengumpulan data menggunakan data primer yang di ambil secara langsung oleh peneliti pada siswi remaja putri. Pengambil data dilakukan dengan menggukan kuesioner untuk mendapatkan data pengetahuan, status gizi, dan usia menarche dengan kejadian dismenorhea. Data sekunder pada penelitian ini adalah data jumlah siswi di SMPN 3 Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin. Analisis univariat dilakukan secara deskriptif dengan perhitungan statistic sederhana dengan presentase masing -masing variabel. Artinya analisis ini bertujuan untuk menggambarkan varibel dependen dan masing – masing variabel independent yang disajikan dalam bentuk tabel distribusi frekuensi. Analisis bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan antara variabel independent pengetahuan, status gizi, dan usia menarhea dan dengan variabel dependen kejadian dismenorhea dianalisis menggunakan uji statistic *chi-square* menggunakan aplikasi *statistic Product and Servis Solution* (SPSS). Uji korelasi pada penelitian menggunakan nilai kemaknaan sebesar 95% dan  $p\ value = 0.05$ . Hubungan bermakna antara kedua variabel disimpulkan jika nilai  $p$  yang didapatkan spada uji bivariat  $\leq 0,05$ . Hubungan tidak bermakna antara kedua variabel disimpulkan jika  $p$  yang didapatkan pada uji bivariat  $\geq 0,05$  (Notoadmojo, 2018).

**Tabel 1 Definisi Oprasional**

No	Variabel	Definisi Oprasional	Cara Ukur	Alat Ukur	Hasil Ukur	Skala Ukur
<b>A Variabel Dependen</b>						
1	Dismenorhea	Perasaan tidak nyaman yang dirasakan Wanita saat menstuasi	Wawan cara	Kuisi oner	1. Ya, bila responden mengalami Dismonorhea 2. Tidak jika responden tidak mengalami dismenorhea saat mesntruasi (Ratnawati, 2018)	ordinal
<b>B Variabel Independen</b>						
2	Status Gizi / IMT	Perbandingan berat badan terhadap tinggi badan	Mengu kur berat Badan (BB) dan	Timba ngan dan statur e meter	1. Tidak normal IMT kurang jika $< 18,5$ dan gemuk, jika $IMT > 25$ 2. Normal jika $IMT 18,5-25$	Ordinal



			Tinggi Badan (TB)	(GEA)		
3	Usia Menarch	Usia responden saat pertama kali mendapat haid (wulandari, 2014)	Wawancara	kuesioner	1. Tidak normal usia <12 tahun dan >14 tahun 2. Normal (usia 12-14 tahun) (Kurnia,2013)	ordinal
4	Pengetahuan	Pengetahuan remaja putri tentang dismenorhea (khasna, 2012)	Wawancara	kuesioner	1. Kurang Baik: bila dapat menjawab l>50% dengan benar 2. Baik: bila dapat menjawab pertanyaan l>50% dengan benar (Budiman)	ordinal

Sumber: data diolah

Definisi operasional untuk "dismenore" yang hanya menggunakan pengukuran dikotomis (ya/tidak) kurang spesifik dan membatasi pemahaman tentang kondisi tersebut. Pendekatan ini tidak mempertimbangkan tingkat keparahan nyeri yang dialami, yang sangat penting dalam menilai dampak dismenore terhadap kualitas hidup remaja putri. Tanpa asesmen tingkat keparahan, informasi yang diperoleh menjadi kurang mendalam dan tidak memberikan gambaran menyeluruh tentang pengalaman individu. Penilaian yang lebih komprehensif, termasuk skala nyeri atau kategori keparahan, dapat membantu peneliti memahami hubungan antara dismenore dan faktor-faktor lain, serta merumuskan intervensi yang lebih efektif.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### Analisa Univariat

**Tabel 2 Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Dismenorhea di SMP Negeri 3 Tungkal Ilir Tahun 2024**

No.	Dismenorhea	Frekuensi	Persentase (%)
1	Ya	17	32,1
2	Tidak	36	67,9
<b>Jumlah</b>		<b>53</b>	<b>100</b>

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel 2 di atas menunjukkan responden yang mengalami dismenorhea sebanyak 17 orang (32,1%) dan yang tidak mengalami dismenorhea sebanyak 36 orang (67,9%).

**Tabel 3 Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Pengetahuan di SMP Negeri 3 Tungkal Ilir Tahun 2024**

No.	Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Kurang baik	14	26,4
2	Baik	39	73,6
<b>Jumlah</b>		<b>53</b>	<b>100</b>

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel 3 di atas menunjukkan responden yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 14 orang (26,4%) dan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 39 orang (73,6%).



**Tabel 4 Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Status Gizi di SMP Negeri 3 Tungkal Ilir Tahun 2024**

No.	Status Gizi	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak normal	11	20,8
2	Normal	42	79,2
<b>Jumlah</b>		<b>53</b>	<b>100</b>

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel 4 di atas menunjukkan responden status gizi tidak normal sebanyak 11 orang (20,8%) dan status gizi normal yaitu sebanyak 42 orang (79,2%).

**Tabel 5 Distribusi Frekuensi dan Persentase Berdasarkan Usia Menarche di SMP Negeri 3 Tungkal Ilir Tahun 2024**

No.	Usia Menarche	Frekuensi	Persentase (%)
1	Tidak normal	12	22,6
2	Normal	41	77,4
<b>Jumlah</b>		<b>53</b>	<b>100</b>

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel 5 di atas menunjukkan responden usia menarche tidak normal sebanyak 12 orang (22,6%) dan responden dengan usia menarche normal sebanyak 41 orang (77,4%).

#### Analisa Bivariat

**Tabel 6 Hubungan Pengetahuan dengan Dismenorhea di SMP Negeri 3 Tungkal Ilir Tahun 2024**

No	Pengetahuan	Dismenorhea				Total		p value	OR
		Ya		Tidak		N	%		
		n	%	n	%				
1	Kurang baik	8	57,1	6	42,9	14	100	0,042	4,444
2	Baik	9	23,1	30	76,9	39	100		
Total		17		36		53	100		

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel 6 menunjukkan bahwa dari 14 responden berpengetahuan kurang baik yang mengalami dismenorhea sebanyak 8 responden (57,1%) sedangkan dari 39 responden berpengetahuan baik yang mengalami dismenorhea sebanyak 9 responden (23,1%).

Hasil uji statistik *didapatkan* nilai  $p\ value = 0,042$  yang berarti ada hubungan pengetahuan dengan dismenorhea sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan dismenorhea terbukti secara statistik.

Hasil *Odds Ratio* diperoleh nilai 4,444 yang berarti bahwa pengetahuan kurang baik berpeluang 4,444 kali mengalami dismenorhea dibandingkan dengan pengetahuan baik.

**Tabel 7 Hubungan Status Gizi dengan Dismenorhea di SMP Negeri 3 Tungkal Ilir Tahun 2024**

No	Status Gizi	Dismenorhea				Total		p value	OR
		Ya		Tidak		N	%		
		n	%	n	%				
1	Tidak normal	7	63,6	4	36,4	11	100	0,025	5,6
2	Normal	10	23,8	32	76,2	42	100		
Total		17		36		53	100		

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel 7 menunjukkan bahwa dari 11 responden dengan status gizi tidak normal yang mengalami dismenorhea sebanyak 7 responden (63,6%) sedangkan dari 42



responden dengan status gizi normal yang mengalami dismenorhea sebanyak 10 responden (23,8%).

Hasil uji statistik *didapatkan* nilai  $p\ value = 0,025$  yang berarti ada hubungan status gizi dengan dismenorhea sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan status gizi dengan dismenorhea terbukti secara statistik.

Hasil *Odds Ratio* diperoleh nilai 5,6 yang berarti bahwa status gizi tidak normal berpeluang 5,6 kali mengalami dismenorhea dibandingkan dengan status gizi normal.

**Tabel 8 Hubungan Usia Menarche dengan Dismenorhea di SMP Negeri 3 Tungkal Ilir Tahun 2024**

No	Usia Menarche	Dismenorhea				Total		<i>p value</i>	OR
		Ya		Tidak		N	%		
		n	%	n	%				
1	Tidak normal	9	75	3	25	12	100		
2	Normal	8	19,5	33	80,5	41	100	0,001	12,375
	Total	17		36		53	100		

Sumber: data diolah

Berdasarkan tabel 8 menunjukkan bahwa dari 12 responden dengan usia menarche tidak normal yang mengalami dismenorhea sebanyak 9 responden (75%) sedangkan dari 41 responden dengan usia menarche normal yang mengalami dismenorhea sebanyak 8 responden (19,5%).

Hasil uji statistik *didapatkan* nilai  $p\ value = 0,001$  yang berarti ada hubungan usia menarche dengan dismenorhea sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan usia menarche dengan dismenorhea terbukti secara statistik.

Hasil *Odds Ratio* diperoleh nilai 12,375 yang berarti bahwa usia menarche tidak normal berpeluang 12,375 kali mengalami dismenorhea dibandingkan dengan usia menarche normal.

Penelitian yang hanya melakukan analisis bivariat untuk masing-masing variabel independen tanpa analisis multivariat melewatkan kesempatan untuk mengendalikan variabel perancu potensial. Analisis bivariat hanya menunjukkan hubungan antara dua variabel, sedangkan analisis multivariat memungkinkan peneliti untuk mengevaluasi dampak simultan dari beberapa variabel independen terhadap variabel dependen. Tanpa analisis multivariat, sulit untuk menentukan apakah hubungan yang ditemukan benar-benar signifikan atau dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diperhitungkan. Hal ini dapat menghasilkan kesimpulan yang menyesatkan dan mengurangi validitas hasil penelitian, karena tidak mempertimbangkan kompleksitas interaksi di antara variabel-variabel yang ada.

### Kejadian Dismenorhea

Hasil penelitian menunjukkan responden yang mengalami dismenorhea sebanyak 17 orang (32,1%) dan yang tidak mengalami dismenorhea sebanyak 36 orang (67,9%).

Menurut Arik (2022), dismenorhea didefinisikan sebagai nyeri saat menstruasi. Dismenorhea biasanya disertai dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah. Keluhan nyeri haid bisa terjadi bervariasi, mulai dari nyeri ringan hingga nyeri berat. Keparahan dysmenorrhea berhubungan dengan lama dan jumlah darah haid.

Hasil penelitian yang dilakukan Riona, at. al (2021) dengan judul Hubungan Pengetahuan, usia menarche, dan status gizi dengan nyeri haid pada siswi kelas VIII di SMP Lahat Kabupaten Lahat maka hasil uji statistik menggunakan *chi-square* tidak ada hubungan pengetahuan dengan nyeri haid diperoleh  $p\ value = 0,278$ , ada hubungan usia menarche dengan nyeri haid diperoleh  $p\ value = 0,006$ , ada hubungan status gizi dengan nyeri haid, diperoleh  $p\ value = 0,000$ , maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan pengetahuan dengan nyeri haid, ada hubungan usia menache dengan nyeri haid, dan ada hubungan status gizi dengan nyeri haid.



Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa nyeri haid yang sering dialami pada saat hari pertama menstruasi dan berlangsung 2-3 hari. Penyebab terjadinya *disminore* primer belum semuanya dapat diketahui, namun ada beberapa faktor yang dihubungkan terjadinya *disminore* diantaranya pengetahuan, status gizi, umur, usia menarche.

### **Hubungan pengetahuan dengan Dismenorhea**

Hasil analisis univariat diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 14 orang (26,4%) dan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 39 orang (73,6%).

Hasil analisis bivariat diketahui bahwa dari 14 responden berpengetahuan kurang baik yang mengalami *dismenorhea* sebanyak 8 responden (57,1%) sedangkan dari 39 responden berpengetahuan baik yang mengalami *dismenorhea* sebanyak 9 responden (23,1%).

Hasil uji statistik *didapatkan* nilai  $p\text{ value} = 0,042$  yang berarti ada hubungan pengetahuan dengan *dismenorhea* sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan pengetahuan dengan *dismenorhea* terbukti secara statistik. Hasil *Odds Ratio* diperoleh nilai 4,444 yang berarti bahwa pengetahuan kurang baik berpeluang 4,444 kali mengalami *dismenorhea* dibandingkan dengan pengetahuan baik.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian teori (Salsabila Putri et al., 2023), pengetahuan tentang nyeri haid sangat penting dimiliki oleh remaja putri. Pengetahuan yang adekuat dapat menstimulus terbentuknya sikap yang baik dalam menerapkan tindakan yang efektif untuk mereduksi nyeri haid yang dirasakan oleh mereka.

Menurut (Aulya et al., 2021), pengetahuan merupakan hasil dari tahu dan ini terjadi setelah orang melakukan pengindraan terhadap suatu objek tertentu. Pengindraan terjadi melalui panca indra manusia, yaitu indra penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba. Sebagian besar pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting dalam bentuk tindakan seseorang (*over behavior*). Apabila suatu Tindakan didasari oleh pengetahuan maka perilaku tersebut bersifat langgeng (*long lasting*), sebaliknya apabila perilaku tersebut tidak didasari oleh pengetahuan dan kesadaran maka perilaku tidak akan berlangsung lama.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Kasma et al., 2024) dengan judul Hubungan pengetahuan remaja putri dengan penanganan *dismenorhea* di SMP N 3 Timang Gajah Aceh Tengah Tahun 2021 maka hasil uji statistik *chi-square* yang menggunakan aplikasi SPSS didapatkan nilai  $p\text{-value} = 0,001$  yang berarti  $p\text{-value} < 0,05$  hal ini menunjukkan bahwa  $H_0$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dengan penanganan *dismenorhea* pada remaja putri.

Sejalan juga dengan hasil penelitian yang dilakukan (Kojo et al., 2021) dengan judul Hubungan antara Tingkat pengetahuan dengan kecemasan dalam menghadapi menarche maka hasil uji statistik memiliki tingkat pengetahuan yang baik dengan kecemasan 16 orang (26,7%). Hasil uji *chi-square* diperoleh  $p\text{ value} 001$  yang diartikan  $p\text{ value} < \alpha 0,05$  atau  $H_0$  diterima sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dengan kecemasan dalam menghadapi menarche satu tahun pertama.

Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa pengetahuan yang baik mengenai menstruasi dan nyeri menstruasi merupakan hal penting yang dimiliki oleh setiap wanita khususnya remaja putri, dengan pengetahuan yang baik dan adekuat dapat membentuk sikap yang baik dalam menerapkan tindakan yang efektif untuk mereduksi nyeri haid yang dirasakan oleh mereka.

### **Hubungan Status Gizi dengan Dismenorhea**

Hasil analisis univariat diketahui bahwa responden yang memiliki pengetahuan kurang baik sebanyak 14 orang (26,4%) dan responden yang memiliki pengetahuan baik sebanyak 39 orang (73,6%).



Hasil analisis bivariat diketahui bahwa dari 11 responden dengan status gizi tidak normal yang mengalami dismenorhea sebanyak 7 responden (63,6%) sedangkan dari 42 responden dengan status gizi normal yang mengalami dismenorhea sebanyak 10 responden (23,8%).

Hasil uji statistik *didapatkan* nilai  $p\text{ value} = 0,025$  yang berarti ada hubungan status gizi dengan dismenorhea sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan status gizi dengan dismenorhea terbukti secara statistik. Hasil *Odds Ratio* diperoleh nilai 5,6 yang berarti bahwa status gizi tidak normal berpeluang 5,6 kali mengalami dismenorhea dibandingkan dengan status gizi normal.

Penelitian ini sejalan dengan teori (SYAFRIANI, 2021), indeks masa tubuh (IMT) atau status gizi merupakan salah satu faktor resiko penyebab dismenorhea primer. Wanita dengan indeks masa tubuh (IMT) yang rendah dapat mengalami dismenorhea dikarenakan asupan makanan yang kurang, sehingga menimbulkan anemia yang merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan dismenorhea primer, sedangkan wanita yang memiliki berat badan lebih dari normal mengalami kejadian dismenorhea primer karena semakin banyak lemak maka semakin banyak pula prostaglandin yang dibentuk, sedangkan peningkatan *prostaglandin* dalam sirkulasi darah diduga sebagai penyebab dismenorhea.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Handayani et al., 2021) dengan judul “Pengaruh usia menarche dan status gizi terhadap kejadian dismenorhea pada remaja putri di pondok pesantren Depok tahun 2020“ maka hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi Square* didapatkan  $P\text{-Value}$  sebesar  $0,025 < \alpha = 0,05$  yang berarti secara statistik terdapat pengaruh yang signifikan antara status gizi terhadap kejadian dismenore pada remaja putri di Pondok Pesantren X Depok.

Penelitian selaras dengan penelitian (Syakila & Widyaningsih, 2023) yang berjudul hubungan status gizi dengan siklus menstruasi pada remaja putri di Bandar Lampung mendapatkan hasil 31 (81,6%) responden dengan IMT normal mengalami siklus menstruasi teratur, 5 (32,2%) responden dengan IMT kurang mengalami siklus teratur, 3 (42,9%) responden memiliki IMT lebih mengalami siklus menstruasi teratur dan 0 dari 1 responden dengan IMT obesitas mengalami siklus teratur. Didapat  $p\text{ value} (0,01) < \alpha (0,05)$  yang berarti status gizi berkaitan dengan siklus menstruasi.

Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa remaja putri yang mengalami status gizi tidak normal lebih beresiko mengalami dismenorhea karena remaja putri dengan IMT kurang beresiko mengalami anemia yang merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan dismenorhea primer, sedangkan remaja putri dengan IMT obesitas karena semakin banyak lemak maka semakin banyak pula prostaglandin yang dibentuk, sedangkan peningkatan *prostaglandin* dalam sirkulasi darah diduga sebagai penyebab dismenorhea.

### **Hubungan Usia Menarche dengan Dismenorhea**

Hasil univariat menunjukkan responden usia menarche tidak normal sebanyak 12 orang (22,6%) dan responden dengan usia menarche normal sebanyak 41 orang (77,4%).

Hasil bivariat menunjukkan dari 12 responden dengan usia menarche tidak normal yang mengalami dismenorhea sebanyak 9 responden (75%) sedangkan dari 41 responden dengan usia menarche normal yang mengalami dismenorhea sebanyak 8 responden (19,5%).

Hasil uji statistik *didapatkan* nilai  $p\text{ value} = 0,001$  yang berarti ada hubungan usia menarche dengan dismenorhea sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa ada hubungan usia menarche dengan dismenorhea terbukti secara statistik. Hasil *Odds Ratio* diperoleh nilai 12,375 yang berarti bahwa usia menarche tidak normal berpeluang 12,375 kali mengalami dismenorhea dibandingkan dengan usia menarche normal.

Menurut teori Waryana 2010 usia menarche adalah menstruasi pertama atau darah yang keluar dari vagina wanita sewaktu ia sehat bukan disebabkan oleh melahirkan anak atau karena



terluka, biasanya terjadi pada perempuan umur 12-14 tahun. Pada keadaan normal menarche diawali dengan periode pematangan yang dapat memakan waktu 2 tahun. Menarche merupakan tanda diawalinya masa puber pada perempuan. Pada masa tersebut seorang perempuan memerlukan perhatian orang tua, karena sejak masa menstruasi pertama berarti ada kemungkinan menjadi hamil bila berhubungan dengan lawan jenisnya (Fauzia et al., 2023).

Penelitian ini sesuai dengan penelitian (Diana et al., 2023), dengan judul hubungan pengetahuan, usia menarche, dan status gizi dengan nyeri haid pada siswi kelas VIII di SMP N 2 Lahat Kabupaten Lahat maka hasil uji statistik menggunakan *chi-square* menunjukkan terdapat hubungan usia menarche dengan nilai *p. value* 0,006 ( $p < 0,05$ ). Menunjukkan bahwa persentase nyeri haid berat lebih tinggi pada usia menarche cepat dibandingkan usia menarche normal yaitu 90,9% berbanding 9,1%.

Berdasarkan hasil penelitian, teori dan penelitian terkait peneliti berasumsi bahwa usia menarche merupakan salah satu faktor yang menyebabkan responden mengalami dismenore karena usia menarche dini yang terjadi pada usia yang lebih awal dari normal, dimana alat reproduksi belum siap untuk mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit ketika menstruasi.

Ukuran sampel yang kecil, meskipun menggunakan total sampling, dapat memengaruhi kekuatan statistik penelitian. Hal ini karena ukuran yang kecil mengurangi kemampuan untuk mendeteksi efek yang signifikan, meningkatkan variabilitas data, dan membuat hasil sulit untuk digeneralisasi ke populasi yang lebih besar. Selain itu, interval kepercayaan untuk estimasi parameter menjadi lebih lebar, mengurangi ketepatan estimasi. Dalam analisis bivariat, kemampuan untuk mengidentifikasi hubungan antara variabel juga terganggu, meningkatkan kemungkinan kesalahan tipe II. Oleh karena itu, meskipun total sampling melibatkan semua unit dalam populasi, ukuran sampel yang kecil tetap menjadi faktor penting yang perlu diperhatikan.

## PENUTUP

Hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan, status gizi, dan usia menarche dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMPN 3 Tungkal Ilir Kabupaten Banyuasin tahun 2024 menunjukkan adanya hubungan signifikan antara ketiga variabel tersebut secara simultan dengan kejadian dismenore primer. Selain itu, analisis menunjukkan bahwa pengetahuan remaja putri memiliki hubungan parsial yang signifikan dengan kejadian dismenore, ditunjukkan oleh nilai *p* sebesar 0,042. Demikian pula, status gizi juga berkorelasi secara signifikan dengan kejadian dismenore, dengan nilai *p* sebesar 0,025. Yang paling mencolok adalah usia menarche, yang menunjukkan hubungan parsial yang sangat signifikan dengan dismenore, dengan nilai *p* sebesar 0,001. Temuan ini menekankan pentingnya pengetahuan, status gizi, dan usia menarche dalam memahami kejadian dismenore di kalangan remaja putri.

## DAFTAR PUSTAKA

- Adinda Aprilia, T., Noor Prastia, T., & Saputra Nasution, A. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Di Kota Bogor. *Promotor*, 5(3), 296–309. <https://doi.org/10.32832/pro.v5i3.6171>
- Antika, W. B., Estri, A. K., & Lusiana, D. (2023). Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di SMP 2 Playen Gunung Kidul. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 8(1), 51.
- Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Apriani, R. (2021). HUBUNGAN USIA MENARCHE DAN KONSUMSI MAKANAN CEPAT SAJI DENGAN KEJADIAN DISMENORE PRIMER PADA SISWI DI JAKARTA TAHUN 2021. *Jurnal Menara Medika*, 4(1), 10–21.



- Diana, S., Herdiana, H., & Prima, E. (2023). Pengaruh Menarche Dini, Stress Dan Perilaku Konsumsi Fast-Food Dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Smpn 01 Sukalarang. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1265–1274. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.744>
- Fauzia, N. S., Nuraida, I., Raharsari, R. T., & Putri, D. L. (2023). Dampak Status Gizi Terhadap Kejadian Dismenorea. *Jurnal Ilmiah Keperawatan STIKES Hang Tuah Surabaya*, 18(1), 71–75. <https://doi.org/10.30643/jiksht.v18i1.252>
- Gunawati, A., & Nisman, W. A. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Dismenorea di SMP Negeri di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 8(1), 8. <https://doi.org/10.22146/jkr.56294>
- Handayani, R., Ika, K., & Labuhan, B. (2021). Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X Di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat Tahun 2020 Masa remaja adalah suatu fase perkembangan yang dinamis dalam mulainya remaja mengalami menstruasi . Menstruasi dimulai saat masa. *Journal Of Midwifery Senior*, 4.
- Indarna, A. A., & Lediawati, L. (2021). Age menarche and the time of menstruation with the primary dismenore events in class x students SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang. *Journal of Nursing and Public Health*, 9(Oktober), 1–7.
- Kasma, A. S. R., Apriyanto, Mayangsari, R., & Fauziah. (2024). FAKTOR YANG MEMPENGARUHI KEJADIAN DISMENORE PADA MAHASISWI DI MAJENE. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Diagnosis*, 19, 22–28.
- Kojo, N. H., Kaunang, T. M. D., & Rattu, A. J. M. (2021). Hubungan Faktor-faktor yang Berperan untuk Terjadinya Dismenore pada Remaja Putri di Era Normal Baru. *E-Clinic*, 9(2), 429. <https://doi.org/10.35790/ecl.v9i2.34433>
- Michelle, G., Saragih, D., Jannah, M., Elisanti, A. D., Puspita, S. D., & Amareta, I. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik dan Status Gizi dengan Kejadian Dismenore pada Siswi di SMA / SMK / MA di Kecamatan Wuluhan. *Jurnal Gizi*, 5(1), 27–37.
- Nuraini, S., Sa'diah, Y. S., & Fitriany, E. (2021). Hubungan Usia Menarche, Status Gizi, Stres dan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Dismenorea Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan*, 3(3), 443–450. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i3.398>
- Nuriya Sari, F. (2023). Hubungan Usia Menarche dan Status gizi dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMA YP UNILA. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKPI)*, 4(1), 2746–2579.
- Rahmawati, F. C. (2023). Hubungan Asupan Zat Besi dan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri. *Jurnal Penelitian Inovatif*, 2(3), 469–476. <https://doi.org/10.54082/jupin.105>
- Salsabila Putri, J., Triana Nugraheni, W., & Tri Ningsih, W. (2023). Faktor Risiko Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Pada Siswi Di Mts Muhammadiyah 2 Palang Kabupaten Tuban. *Jurnal Multidisiplin Indonesia*, 2(9), 2589–2599. <https://doi.org/10.58344/jmi.v2i9.508>
- Sarlis, N., & Desmariyenti. (2024). Hubungan Status Gizi Dengan Dismenore Pada Remaja Putri DI SMAN 5. *Jurnal Kesehatan Tambusai*, 5, 3045–3049.
- Susianty, N., Fitria, S., & Rahmawati, A. (2022). Hubungan Usia Menarche Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Dysmenorrhea Primer Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan As-Shiha*, 110–115.
- SYAFRIANI, S. (2021). Hubungan Status Gizi Dan Umur Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Sman 2 Bangkinang Kota 2020. *Jurnal Ners*, 5(1), 32–37. <https://doi.org/10.31004/jn.v5i1.1676>



- Syakila, A. Q., & Widyaningsih, E. N. (2023). Gambaran Usia Menarche dan Dismenore Primer pada Siswi SMA di Kecamatan Sale Rembang. *Jurnal Kesehatan Indonesia*, 13(3), 124. <https://doi.org/10.33657/jurkessia.v13i3.774>
- Wati, T. M. (2021). Pengaruh Usia Menarche Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Bidan Pintar*, 2(2), 284–295. <https://doi.org/10.30737/jubitar.v2i2.1957>
- Wulandari, F. T. (2024). Hubungan Status Gizi, Menarche Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Ringan Pada Remaja Di MAN 5 Bogor. *Dohara Publisher Open Access Journal*, 04(05), 149–157.
- Yanuaringsih, G. P., Aminah, S., & Mega Puspita, N. L. (2021). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Anemia Pada Remaja Putri. *Jurnal Bidan Pintar*, 2(2), 248–256. <https://doi.org/10.30737/jubitar.v2i2.2145>