

## BAB I

### PENDAHULUAN

#### A. Latar Belakang

Setiap bulan wanita usia subur pasti mengalami menstruasi. Saat menstruasi ini, masalah yang dialami banyak wanita adalah rasa nyeri yang hebat. Rasa nyeri saat menstruasi disebut dismenore. Dismenore adalah masalah yang sangat umum terjadi dikalangan wanita muda, adapun gejala yang dirasakan adalah nyeri panggul atau perut bagian bawah yang menjalar ke punggung dan sepanjang paha. Puncak rasa nyeri sering terjadi pada saat perdarahan masih sedikit.

Dismenore ini memang tidak terlalu berbahaya tetapi selalu dialami oleh penderita setiap bulannya sehingga merupakan penderitaan bagi yang mengalaminya. Sebaiknya hal ini tidak boleh dibiarkan atau dianggap remeh karena kondisi ini merupakan salah satu penyebab gejala yang kemungkinan terjadi yaitu endometriosis dimana dapat menurunkan kesehatan, kualitas hidup, dan kesuburan perempuan. (<http://epirev.oxfordjournals.org/content/early/11 Januari 2014>).

Prevalensi diseluruh dunia yang dilaporkan data statistik Amerika serikat hampir seluruh dunia sama yaitu dilaporkan berkisar 15% menjadi 89% pada populasi remaja. Dismenore merupakan gangguan ginekologi yang sering terjadi. Sekitar 14% wanita yang mengalami dismenore sering bolos sekolah selama 1-3 hari. ((<http://emedicine.medscape.com/article,11 Januari 2014>)).

Di Amerika Serikat diperoleh 30-70% nyeri haid pada wanita dalam usia reproduksi dan 60-70% pada wanita dewasa yang tidak menikah. Penelitian di Swedia dijumpai 30% wanita pekerja industri menurun penghasilannya karena nyeri haid. Dismenore merupakan permasalahan di bidang ginekologi yang banyak menyerang wanita muda, namun dismenore yang sering terjadi adalah Dismenore (Fleisher, 2010).

Dismenorea disebabkan karena gangguan keseimbangan fungsional, bukan karena penyakit kelainan pada alat genitalia yang nyata. Dismenore ini mempunyai gejala yang khas yaitu nyeri haid 1-3 hari, rasa mual, muntah, sakit kepala, diare yang terjadi setiap bulannya, sedangkan dismenorea sekunder berhubungan dengan kelainan organik di pelvis yang terjadi pada masa remaja.

Beberapa penelitian menunjukkan prevalensi dismenore yang cukup tinggi. Studi epidemiologi di Swedia, pada remaja perempuan di kota menunjukkan 72% remaja mengalami dismenore (15%-nya dismenore berat). Di Amerika Serikat prevalensi dismenore pada remaja perempuan sekitar 20-90% (15%-nya mengalami dismenore berat) (French, 2008). Studi di Malaysia mengenai gangguan menstruasi terbanyak pada remaja, didapatkan *premenstual syndrome* sebanyak 74,6%, dismenore sebanyak 69,4%, dan abnormalitas siklus menstruasi sebanyak 37,2%.

Studi dismenore di Cina menunjukkan 92,4% subyek menderita dismenore ringan-berat, yang berdampak pada aktifitas mereka (39,9% harus absen dari sekolah dan 49,8% menggunakan analgetik 1-6 kali per siklus). Sedangkan di Indonesia belum ada angka yang pasti untuk kejadian dismenore, hanya disebutkan bahwa angka kejadiannya cukup tinggi, diberbagai penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Unair yaitu mencapai 54,89% untuk dismenore primer, sedangkan sisanya dismenore sekunder (Handayani, 2012).

Dismenore adalah rasa nyeri yang terjadi selama masa menstruasi dan selalu berhubungan dengan siklus ovulasi. Hal ini disebabkan oleh kontraksi dari miometrium yang diinduksi oleh prostaglandin tanpa adanya kelainan patologis pelvis. Pada remaja dengan Dismenore akan dijumpai peningkatan produksi prostaglandin oleh endometrium. Pelepasan prostaglandin terbanyak selama menstruasi didapati pada 48 jam pertama dan berhubungan dengan beratnya gejala yang terjadi. Beberapa faktor risiko yang berhubungan dengan beratnya gejala dismenore adalah usia yang lebih muda saat terjadinya menarche, periode menstruasi yang lebih lama, banyaknya darah yang keluar selama menstruasi, perokok, riwayat keluarga dengan dismenore. Obesitas dan penggunaan alkohol juga dihubungkan dengan terjadinya Dismenore (Prayogis, Igvita. 2010)

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 171 mahasiswi SMKN 10 Medan pada tahun 2013 menunjukkan bahwa variabel yang berhubungan dengan kejadian dismenore antara lain usiamenarche ( $p=0,031$ ), lama menstruasi ( $p=0,046$ ), riwayat keluarga ( $p=0,019$ ) dan kebiasaan olahraga ( $p= 0,019$ ) (Shopia, Frenita dkk, 2013). Sedangkan penelitian yang dilakukan terhadap 388 wanita yang menikah tapi belum pernah melahirkan di China menunjukkan bahwa stress berhubungan dengan kejadian dismenore. Wanita yang mengalami stress tinggi berisiko 2,4 untuk menderita dismenore dibandingkan wanita yang stres rendah (L Wang, C Chen dkk, 2004).

Pada tahun 2013 telah dilakukan penelitian tentang gambaran kejadian dismenore pada remaja putri di SMA Mandalahayu Bekasi Tahun 2013 menunjukkan bahwa dari 97 responden didapatkan hasil sebanyak 80 orang (82.5%) menjawab ya atau mengalami dismenore primer. (Hilda, 2013)

Dismenore yang terjadi pada remaja sering membuat mereka tidak hadir pada saat perkuliahan dan ketidakhadiran ini menyebabkan proses belajar mengajar terganggu. Di STIKes Medistra Indonesia juga teridentifikasi bahwa mahasiswi yang tidak mengikuti perkuliahan rata-rata dikarenakan karena nyeri haid. Pada saat studi pendahuluan yang dilakukan pada mahasiswi tingkat 1 program Studi D3 Kebidanan didapatkan dari 167 mahasiswi sebanyak 111 yaitu (66,64%) mahasiswi yang mengalami nyeri haid selama 1-3 hari. Dengan adanya kasus diatas maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Analisis kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014.

## **B. Rumusan Masalah**

Angka kejadian pasti Dismenore di Indonesia belum ada secara detail. Sebenarnya angka kejadiannya cukup tinggi, namun yang datang berobat ke dokter sangat sedikit, yaitu 1-2% saja. Dismenore sering terjadi pada remaja, sekitar 40-50%. Dismenore yang terjadi pada remaja sering membuat mereka tidak hadir di sekolah dan ketidakhadiran ini menyebabkan proses belajar mengajar terganggu. Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitiannya yaitu belum diketahuinyafaktor risiko yang berhubungan dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi KebidananKebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014.

## **C. Pertanyaan Penelitian**

1. Bagaimana distribusi frekuensi kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?

2. Bagaimana distribusi frekuensi mahasiswi Kebidanan berdasarkan umur menarche, faktor keturunan, konsistensi pendarahan haid, lama haid, olah raga dan stres di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
3. Apakah ada hubungan antara umur menarche dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
4. Apakah ada hubungan antara faktor keturunan dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
5. Apakah ada hubungan antara konsistensi perdarahan haid dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
6. Apakah ada hubungan antara lama haid dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
7. Apakah ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
8. Apakah ada hubungan antara stres dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
9. Apa faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?

#### **D. Tujuan Penelitian**

1. Tujuan Umum  
Diketuainya faktor risiko kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
2. Tujuan Khusus
  - a. Diketuainya kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?

- b. Diketuahuinya distribusi frekuensi mahasiswi Kebidanan berdasarkan umur menarche, faktor keturunan, konsistensi pendarahan haid, lama haid, olahraga, dan stres di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
- c. Diketuahuinya hubungan antara umur menarche dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
- d. Diketuahuinyahubungan antara faktor keturunan dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
- e. Diketuahuinyahubungan antara konsistensi perdarahan haid dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
- f. Diketuahuinyahubungan antara lama haid dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
- g. Diketuahuinyahubungan antara kebiasaan olah raga dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?
- h. Diketuahuinyahubungan antara stres dengan kejadian Dismenore pada mahasiswi Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?

- i. Diketahui faktor dominan yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada mahasiswa Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun 2014?

## **E. Manfaat Penelitian**

### **1. Manfaat Praktis**

Hasil penelitian ini diharapkan menjadi bahan masukan bagi segenap penentu kebijakan dan instansi terkait untuk memprioritaskan program kesehatan dalam upaya menurunkan angka kejadian dismenore khususnya pada remaja putri.

### **2. Manfaat Teoritis**

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memperkaya khasanah ilmu pengetahuan yang dapat menambah wawasan bagi para pendidik ataupun pembaca khususnya mengenai kesehatan reproduksi wanita termasuk dismenore.

## **F. Ruang Lingkup Penelitian**

Penelitian yang dilaksanakan di STIKes Medistra Indonesia ini menggunakan desain *cross sectional*. Penelitian ini rencana dilakukan pada bulan Maret 2014. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Kebidanan tingkat 1 dan 2 yang ada di STIKes Medistra Indonesia pada tahun 2014. Sampel diambil dengan menggunakan random sampling dengan teknik Proporsional. Variabel terikat adalah kejadian dismenore. Sedangkan variabel bebas terdiri dari umur menarche, faktor keturunan, konsistensi perdarahan haid, lama haid, olahraga dan stres. Data

yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer. Alat pengumpulan data berupa kuesioner sedangkan teknik pengumpulan data dengan cara angket.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Dismenore**

##### 1. Pengertian

Dismenore adalah nyeri haid yang timbul menjelang atau selama haid. Dikatakan nyeri haid (dismenorea) bila nyeri yang ditimbulkan sampai membuat wanita tidak dapat bekerja atau melakukan aktifitas rutin dan tidur. Nyeri yang terjadi seringnya bersamaan dengan rasa mual, sakit kepala, perasaan mau pingsan, dan mudah marah (Kusmiran, 2011).

## 2. Klasifikasi

Dismenore dikelompokkan menjadi dua macam yaitu Dismenore primer dan dismenore sekunder.

### a. Dismenore Primer

Dismenore Primer yaitu nyeri menstruasi yang terjadi tanpa adanya kelainan ginekologik yang nyata. Penyebab pasti dari Dismenore belum bisa diketahui. Akan tetapi, diduga faktor fisik dan psikis dalam hal ini sangat berperan terhadap timbulnya nyeri. Dismenore umumnya dijumpai pada wanita dengan siklus haid berovulasi. Pada fase sekresi dijumpai kadar prostaglandin yang tinggi dalam endometrium (Nadesu, 2010. [journal.lib.unair.ac.id](http://journal.lib.unair.ac.id))

### b. Dismenore Sekunder

Dismenore sekunder biasanya terjadi beberapa tahun setelah menarche, dapat juga dimulai sejak usia 25 tahun. Nyeri dimulai sejak 1-2 minggu sebelum menstruasi dan terus berlangsung hingga beberapa hari setelah menstruasi. Pada dismenore sekunder dijumpai kelainan ginekologis seperti endometriosis, adenomiosis, kista ovarium, mioma uteri, radang pelvis, dan lain-lain. Dapat juga disertai dengan dispareuni, kemandulan, dan pendarahan yang abnormal. (Annurogo, 2008)

Faktor yang paling sering menyebabkan terjadinya dismenore sekunder adalah karena endometriosis. Timbulnya jaringan endometrium diluar endometrium dan infeksi kronik genitalia interna. Wanita yang mengalami endometriosis biasanya merasakan nyeri ketika bersenggama dan buang air besar, bahkan biasanya sulit memiliki anak (infertil).

Kadang-kadang pada wanita tertentu dijumpai endometriosis diparu, mata, dan dipusar. Setiap mengalami haid wanita tersebut akan mengeluarkan darah dari paru-paru, mata, atau dari pusar. (Nadesu, 2010. journal.lib.unair.ac.id)

### 3. Etiologi

*Dismenore* terjadi akibat endometrium mengalami peningkatan *prostaglandin* dalam jumlah tinggi. Di bawah pengaruh progesteron selama fase luteal haid, endometrium yang mengandung *prostaglandin* meningkat mencapai tingkat maksimum pada awitan haid. *Prostaglandin* menyebabkan kontraksi myometrium yang kuat dan mampu menyempitkan pembuluh darah mengakibatkan iskemia, disintegrasi endometrium dan nyeri (Morgan & Hamilton, 2009)

## **B. Faktor risiko yang berhubungan dengan dismenore**

### **1. Faktor Fisik**

#### a. Umur Menarche

Umur menarche sebagian besar pada usia antara 12–13 tahun atau Menarche pada usia lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga timbul nyeri ketika menstruasi. Kejadian *Dismenore* sangat dipengaruhi oleh usia wanita. Rasa sakit yang dirasakan beberapa hari sebelum menstruasi dan saat menstruasi biasanya karena meningkatnya sekresi hormon *prostaglandin*. Semakin tua umur seseorang, semakin sering

ia mengalami menstruasi dan semakin lebar leher rahim maka sekresi hormon prostaglandin akan semakin berkurang. Selain itu, dismenore nantinya akan hilang dengan makin menurunnya fungsi saraf rahim akibat penuaan (Natara, Desi. 2010).

Hasil penelitian Wijayakusuma (2003) bahwa menarche pada usia lebih awal dapat meningkatkan kejadian dismenore primer, sedangkan hasil penelitian ini menunjukkan bahwa pada umur menarche yang normal masih cukup banyak mengalami dismenore primer. Hasil penelitian ini berbeda dengan pendapat Widjanarko (2006) yang menyatakan bahwa menarche pada usia lebih awal merupakan faktor risiko yang berpengaruh terhadap kejadian dismenore primer. Widjanarko (2006) menyatakan bahwa alat reproduksi wanita harus berfungsi sebagaimana mestinya. Namun bila menarche 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.

#### b. Faktor Keturunan

Faktor keturunan juga salah satu penyebab terjadinya dismenore karena biasa dialami oleh wanita yang dalam keluarganya ada riwayat dismenore. Riwayat keluarga merupakan faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya dismenore. Dua dari tiga wanita yang menderita dismenore mempunyai riwayat dismenore pada keluarganya. Banyak gadis yang menderita dismenore dan sebelumnya

mereka sudah diperingatkan oleh ibunya bahwa kemungkinan besar akan menderita dismenore juga seperti ibunya (Coleman, 1991).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa ternyata ada pengaruh riwayat keluarga atau keturunan terhadap kejadian dismenore primer, responden yang mengalami dismenore sebagian besar mempunyai riwayat keluarga dengan dismenore (journal.lib.unair.ac.id.pdf. tahun 2009).

c. Konsistensi Pendarahan Haid

Normal cairan menstruasi antara 30-180 ml (rata-rata 50 ml) setiap satu periode. Setengah sampai tiga perempatnya adalah darah bercampur mucus, jaringan endometrium, dan epitel vagina yang terlepas. Normal cairan menstruasi tidak menggumpal, kecuali tertahan di dalam uterus dan vagina dalam waktu yang lama. Hal ini didasarkan pada keyakinan bahwa endometrium yang terlepas, beku-bekuan besar dalam cairan menstruasi merupakan hal yang dapat menyebabkan nyeri sewaktu haid. (Anolis, Caya Anditha, 2011).

d. Lama Haid

Lamahaid biasanya antara 3-7 hari diikuti darah sedikit-sedikit kemudian, dan ada yang sampai 7-8 hari. Pada setiap wanita biasanya lama haid itu tetap. (Astuti, 2005)

Menurut Shanon (2006) semakin lama menstruasi terjadi maka uterus semakin berkontraksi akibatnya semakin banyak pula prostaglandin yang dikeluarkan. Akibat produksi prostaglandin yang berlebihan maka timbul rasa nyeri. Selain itu, kontraksi uterus yang terus menerus juga menyebabkan supply darah ke uterus berhenti sementara sehingga terjadilah dismenore.

e. Kebiasaan Olahraga

Tidak pernah berolahraga adalah salah satu faktor risiko Kejadian dismenore akan meningkat dengan kurangnya aktifitas selama menstruasi dan kurangnya olahraga, hal ini dapat menyebabkan sirkulasi darah dan oksigen menurun. Dampak pada uterus adalah aliran darah dan sirkulasi oksigen pun berkurang dan menyebabkan nyeri. Kurang atau tidak pernah olahraga akan meningkatkan kemungkinan terjadinya dismenore. Kurang atau tidak pernah berolahraga menyebabkan sirkulasi darah dan oksigen menurun, akibatnya aliran darah dan oksigen menuju uterus menjadi tidak lancar dan menyebabkan sakit dan produksi endorfin otak akan menurun yang mana dapat meningkatkan stres sehingga secara tidak langsung dapat meningkatkan dismenore (Nataria, Desi. 2010).

Olahraga berfungsi mengurangi stres, meningkatkan produksi endorfin otak, dan meningkatkan penawar sakit alami tubuh. Terapi alternatif sebagai aromaterapi dan pijatan ringan melingkar dengan telunjuk pada perut bagian bawah membantu mengurangi nyeri (Akmal, Mutaroh., dkk. 2010:146).

Menurut Tjokronegoro (2006), kejadian dismenore akan meningkat dengan kurangnya olahraga, sehingga ketika terjadi dismenore, oksigen tidak dapat tersalurkan ke pembuluh-pembuluh darah di organ reproduksi yang saat itu terjadi vasokonstriksi sehingga menyebabkan timbulnya rasa nyeri tetapi bila seseorang teratur melakukan olahraga, maka dia dapat menyediakan oksigen hampir 2 kali lipat per menit sehingga oksigen tersampaikan ke pembuluh darah yang mengalami vasokonstriksi. Hal ini akan menyebabkan terjadinya penurunan dismenore.

Adapun olahraga yang benar haruslah memenuhi kriteria frekuensi 3-5 kali seminggu dan lama 30-60 menit. Dari suatu penelitian telah disimpulkan bahwa latihan paling sedikit 3 kali perminggu, hal ini disebabkan ketahanan atau stamina seseorang akan menurun setelah 48 jam tidak melakukan latihan, jadi usahakan sebelum stamina menurun harus berlatih lagi (Fajaryati, Ninik 2012).

## 2. Faktor Psikis (Stress)

Stress menimbulkan penekanan sensasi saraf-saraf pinggul dan otot-otot punggung bawah sehingga menyebabkan dismenore. Stres adalah respon fisiologik, psikologik, dan perilaku seseorang individu dalam menghadapi penyesuaian diri terhadap tekanan yang bersifat internal maupun eksternal.

Stres adalah kondisi ketika seseorang mengalami ketidaknakan karena harus menyesuaikan diri dengan keadaan yang tidak dikehendaki (stresor). Stres akut biasanya terjadi disebabkan adanya pengaruh stresor yang sangat berat, yang datang tiba-tiba, tidak terduga, tidak dapat mengelak serta menimbulkan kebingungan untuk mengambil tindakan. Stres merupakan

respons alami tubuh dari jiwa ketika mengalami tekanan dari lingkungan. Dampak dari stres pun beraneka ragam. Di satu sisi dapat mempengaruhi kesehatan mental maupun fisik, disisi lain memiliki dampak positif (*eustress*). Dampak dari stres ialah: stres berkepanjangan akan menyebabkan ketegangan dan kekhawatiran terus menerus, orang yang sedang stres akan lebih sensitif dibandingkan orang yang tidak dalam kondisi stres. Orang stres cenderung mengaitkan segala sesuatu dengan dirinya. Akibatnya, orang stres lebih banyak menarik diri dari lingkungan, tidak lagi mengikuti kegiatan yang biasa dilakukan, dan mudah emosi (Akmal, Mutaroh., dkk. 2010:325).

Kunci untuk memicu munculnya respons relaksasi ternyata sederhana, yaitu pertama, memikirkan hal-hal yang menyenangkan dan bernapas dengan tenang secara teratur. Hal ini bermanfaat mengatasi stres dengan cepat dan mengurangi jumlah kejadian yang dipersepsikan sebagai stresor. Kedua, aromaterapi. Ketiga, keluar dari stresor atau pemicu stres serta putuskan lingkaran stres. Keempat, seimbangkan pola makan. Untuk melakukan diet sehat konsumsilah makanan bergizi tinggi, rendah lemak dan kolesterol, banyak serat, tidak mengandung pengawet, kurangi junkfood serta banyak minum air putih. Kelima, tidur yang berkualitas. Dan Keenam, hindari alkohol dan merokok. Hal ini disebabkan karena mereka berpenghasilan rendah. Tingkat pendidikan, status ekonomi dan lingkungan sosial kultural dari seseorang merupakan faktor yang harus dipertimbangkan dalam pengembangan program kesehatan masyarakat (Tarski. 2012).

### C. Cara mengatasi dismenore

Ada beberapa cara yang bermanfaat untuk mengurangi atau mengatasi rasa nyeri pada saat haid (dismenore). Cara-cara tersebut adalah sebagai berikut :

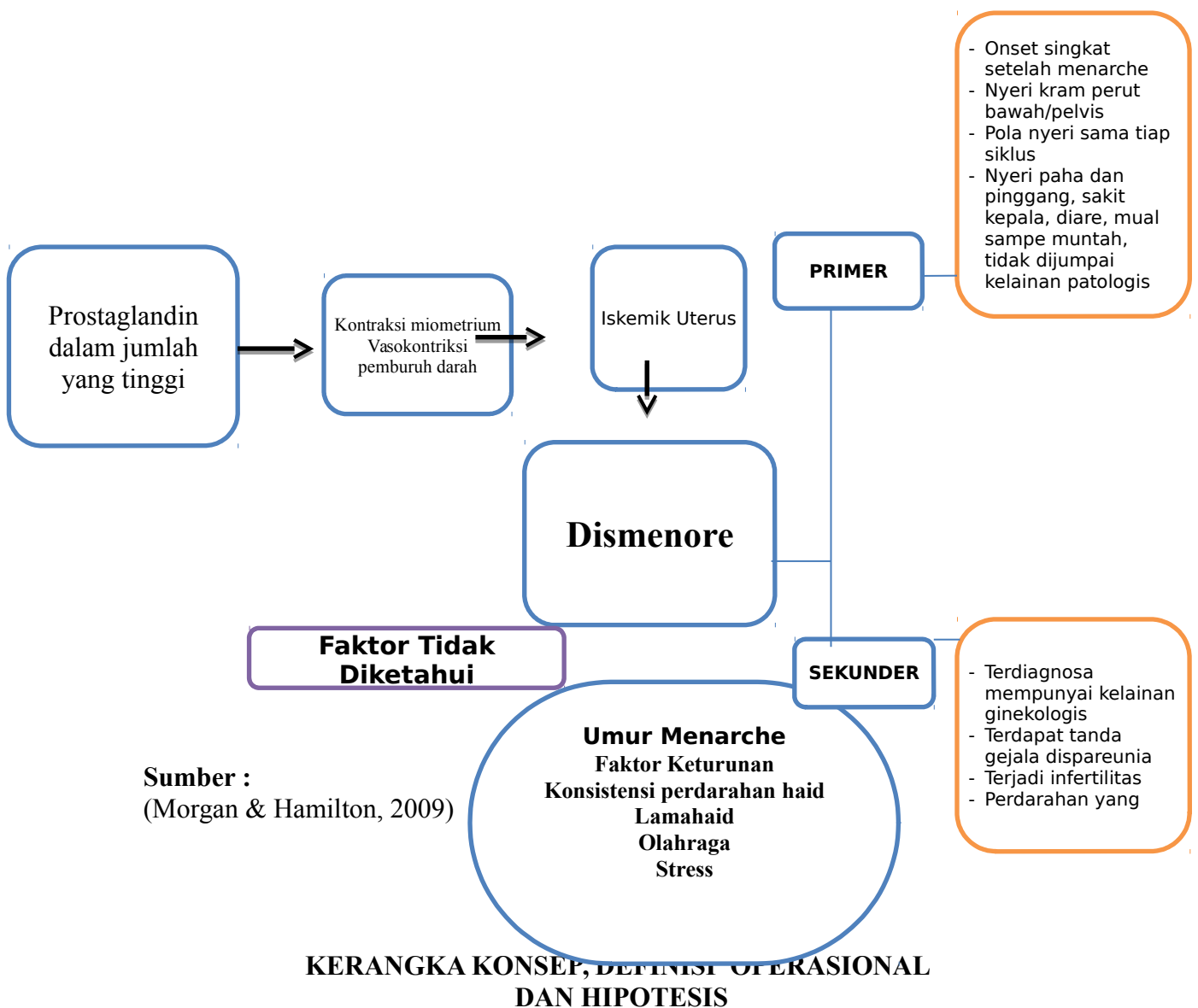
1. Latihan aerobik, seperti berjalan kaki, bersepeda, atau berenang, membantu memproduksi bahan alami yang dapat menghambat rasa sakit dan untuk melancarkan aliran darah pada otot sekitar rahim, sehingga rasa nyeri dapat teratasi atau berkurang.
2. Pakai kompres panas atau dingin pada daerah perut jika nyeri terasa.
3. Pastikan tidur yang cukup sebelum dan selama periode haid.
4. Latihan relaksasi atau yoga dapat membantu menanggulangi sakit.
5. Menjalankan pola hidup sehat seperti melakukan olahraga ringan, mengkonsumsi buah-buahan, dan sayuran, hindari merokok dan minum kopi, selanjutnya terapkan pola hidup sehat secara terus-menerus sebagai gaya hidup sehari-hari. (Kusmiran, 2011)

#### **D. Penanganan dismenore**

1. Pendidikan Kesehatan  
Untuk mengatasi dismenore dapat berupa mendapatkan pemahaman yang benar tentang haid terutama untuk para gadis yang belum memahaminya. Seperti makan makanan sehat, istirahat yang cukup dan olahraga juga berguna untuk mengurangi rasa sakit.
2. Terapi Alternatif (Kusmiran, 2011)
  - a. Kompres dengan botol panas (hangat) pada bagian yang terasa kram (bisa diperut atau pinggang bagian belakang)
  - b. Mandi air hangat, boleh juga menggunakan aroma terapi untuk menenangkan diri
  - c. Mengkonsumsi minuman hangat yang mengandung kalsium tinggi
  - d. Menggosok-gosok perut atau pinggang yang sakit
  - e. Ambil posisi menungging sehingga rahim tergantung kebawah. Hal tersebut dapat membantu relaksasi
  - f. Tarik nafas dalam-dalam secara perlahan untuk relaksasi
  - g. Obat-obatan yang digunakan harus berdasarkan pengawasan dokter. Boleh minum analgesik (penghilang rasa sakit) yang banyak dijual ditoko obat, tetapi dosisnya tidak lebih dari tiga kali sehari.

## E. Kerangka Teori

Berdasarkan konsep teori yang telah dikemukakan pada tinjauan pustaka, maka penelitian yang diambil adalah sebagai berikut :



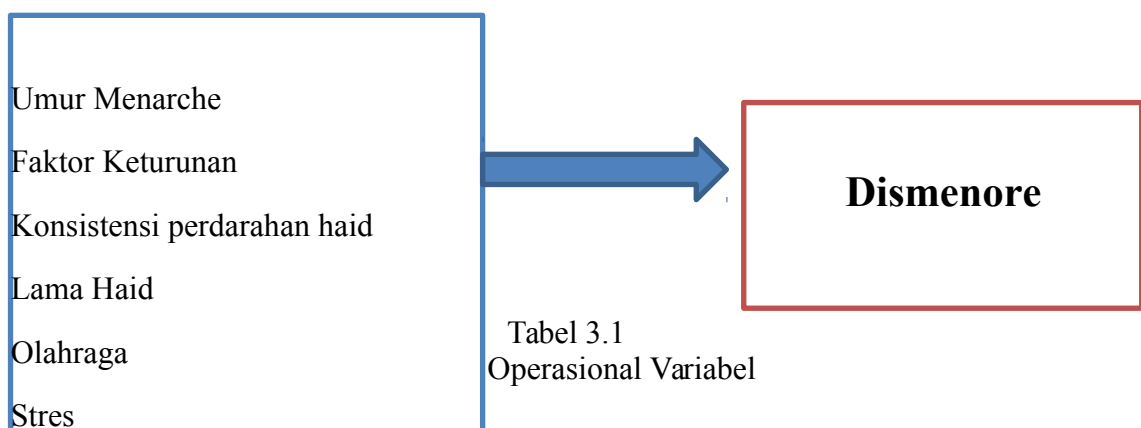
### A. Kerangka Konsep

Berdasarkan kerangka teori dijelaskan bahwa faktor-faktor yang berhubungan dengan Dismenore yaitu faktor fisik (umur menarche, keturunan, konsistensi perdarahan haid, lama haid, olahraga) dan faktor psikis (stress).

**Bagan 3.1**  
**Kerangka Konsep Penelitian**

**Variabel Independen**

**Variabel Dependen**



No	Variabel	Operasional	Cara Ukur	Hasil Ukur	Skala	
<b>Variabel Terikat</b>						
1	Dismenore	mengalami rasa nyeri perut bagian bawah setiap menstruasi sehingga tidak bisa beraktifitas atau tidak masuk kuliah	Kuesioner	Angket	1. Ya, Jika ada nyeri haid 2. Tidak, jika tidak ada nyeri haid	Nominal
<b>Variabel Bebas</b>						
1	Umur Menarche	Usia pertama kali mendapat menstruasi	Kuesioner	Angket	1. < 12 tahun 2. ≥ 12 tahun (WHO)	Ordinal
3	Faktor Keturunan	Riwayat Dismenore pada keluarga responden, seperti pada ibu, bibi, dan nenek.	Kuesioner	Angket	1. Ada, jika ada riwayat dimenore primer pada Keluarga 2. Tidak ada, jika tidak ada riwayat Dismenore pada keluarga (Coleman, 1991)	Nominal
4	Konsistensi perdarahan haid	Sifat perdarahan yang keluar pada saat hari pertama haid	Kuesioner	Angket	1. Darah haid berupa cairan dan gumpalan 2. Darah haid tidak disertaigumpalan (Anolis, Caya Anditha, 2011)	Nominal
5	Lama haid	Keluarnya darah haid dihitung dari hari	Kuesioner	Angket	1. >7 hari	Ordinal

		pertama keluarnya darah hingga berhentinya pengeluaran darah haid.			2. 3-7 hari (Astuti, 2005)	
6	Olah raga	Suatu aktifitas yang dapat menyehatkan baik jasmani maupun rohani	Kuesioner	Angket	1. Tidak Teratur, jika dilakuan < 3-5 kali dalam seminggu dan < 30-60 menit 2. Teratur, jika dilakukan 3-5 kali dalam seminggu dan selama 30-60 menit (Depkes, 2006)	Ordinal
7	Stres	suatu kondisi yang mempengaruhi keadaan fisik atau psikis mahasiswi karena adanya tekanan dari dalam ataupun dari luar diri yang dapat mengganggu aktifitas	Kuesioner	Angket	Terdiri dari 20 butir pertanyaan : 1. Stres, jika menjawab $\geq 6$ pertanyaan jawaban "ya" 2. Tidak stres, jika menjawab < 6 pertanyaan jawaban "ya". (Depkes, 2008)	Ordinal

### C. Hipotesis

1. Ada hubungan antara umur menarche dengan Dismenore pada mahasiswi STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun. 2014
2. Ada hubungan antara faktor keturunan dengan Dismenore pada mahasiswi STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun. 2014
3. Ada hubungan antara konsistensi perdarahan haid dengan Dismenore pada mahasiswi STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun. 2014
4. Ada hubungan antara lama haid dengan dimenore primer pada mahasiswi STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun. 2014
5. Ada hubungan antara olahraga dengan dimenore primer pada mahasiswi STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun. 2014
6. Ada hubungan antara stres dengan dimenore primer pada mahasiswi STIKes Medistra Indonesia Bekasi tahun. 2014

## **BAB IV**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Desain Penelitian**

Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah survei dengan metode *cross sectional*, yaitu penelitian yang mempelajari dinamika korelasi antara variabel dependen dan variabel independen dengan model pendekatan point time (Praktiknya, 2007). Jadi variabel dependen (dismenore) dan variabel independen (umur menarche, faktor keturunan, konsentrasi darah haid, lama haid, olahraga, dan stres) diobservasi sekaligus pada saat yang sama.

#### **B. Tempat dan waktu penelitian**

Lokasi penelitian ini dilakukan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi sedangkan waktu penelitian dilaksanakan pada Minggu ke dua bulan Maret 2014 tepatnya pada tanggal 15 Maret 2014.

#### **C. Populasi dan Sampel**

##### 1. Populasi

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Notoatmojo,2010). Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswi kebidanan tingkat I dan II yang berjumlah 337 orang, seperti terlihat pada tabel di bawah ini.

Tabel 4.1

Distribusi Mahasiswi berdasarkan Tingkat di STIKes Medistra Indonesia Kots Bekasi Tahun 2013

Tingkat	Jumlah
I	167
II	170
Jumlah	337

(Sumber : Bagian Administrasi Akademik STIKes MI)

Kemudian ditentukan inklusin dan eksklusin dengan kriteria sebagai berikut:

- a. Inklusi : semua mahasiswi yang tercatat aktif mengikuti perkuliahan pada semester genap tahun ajaran 2013/2014
- b. eksklusi : Mahasiswi yang menyatakan dirinya sudah memeriksakan diri kepada dokter spesialis dan dinyatakan terdapat kelainan ginekologis yang disertakan bukti secara tertulis.

## 2. Sampel

Sampel adalah sebagian populasi yang diambil dari keseluruhan objek dan dianggap mewakili seluruh populasi (Notoatmodjo, 2010). Jumlah sampel menggunakan rumus Lameshow et.al, 1990 seperti di bawah ini

$$n = \frac{NZ^2pq}{Nd^2 + Z^2 pq}$$

$$n = \frac{337 \times (1,96)^2 \times 0,55 \times 0,45}{337 \times (0,05)^2 + (1,96)^2 \times 0,55 \times 0,45}$$

$$= \frac{320,4}{0,842 + 0,951}$$

$$= 178,7$$

$$= 179$$

Keterangan:

n = jumlah sampel

N = jumlah populasi

P = proporsi Dismenore = 54,89% = 0,55

(Proverawati dan Misaroh 2009)

q = proporsi yang tidak Dismenore (1-p)

d = limit error = 5% = 0,05

Z = tingkat kepercayaan 95%, dari tabel distribusi normal diperoleh

$$Z = 1,96$$

Teknik pengambilan sampel menggunakan random sampling dengan cara Proporsional stratified random sampling, yaitu mahasiswi dibedakan berdasarkan tingkat. Setelah jumlah sampel setiap tingkat diketahui kemudian dilakukan random sampling dengan cara pengundian untuk menentukan responden.

Jumlah sampel tiap tingkat dapat dilihat pada tabel dibawah ini

Tabel 4.2

Distribusi Sampel Berdasarkan Tingkat Pendidikan Lameshow et.al, 1990

Tingkat	$\Sigma$ mahasiswi	$\Sigma$ Populasi	$\Sigma$ Sampel	$\Sigma$ Sampel yang diambil $\Sigma$ mahasiswi ----- x sampel $\Sigma$ populasi
I	167	337	179	89
II	170	337	179	90

## D. Pengumpulan Data

### 1. Instrumen Penelitian

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner untuk memperoleh data primer. Data yang dikumpulkan meliputi faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore. Kuesioner ini terdiri dari 9 pertanyaan. Setiap variabel terdiri dari 1 sampai 2 pertanyaan kecuali variabel Stres terdiri dari 20 pertanyaan.

Peneliti telah melakukan uji coba kuesioner terhadap 15 mahasiswi keperawatan tingkat I dan II STIKes Medistra Indonesia. Dari 20 pertanyaan stress, semuanya dinyatakan valid dan reliabel.

## **2. Cara Pengumpulan Data**

Cara pengumpulan data dengan cara angket. Kuesioner diberikan kepada semua responden yang terpilih. Pelaksanaan penyebaran kuesioner dibantu oleh masing-masing ketua kelas. Pengisian angket dilaksanakan secara serentak dalam satu hari dan bertempat di aula STIKes Medistra Indonesia.

## **E. Pengolahan Data**

Pengolahan data dalam penelitian menggunakan komputer dengan langkah-langkah sebagai berikut :

### *1. Editing* (Penyunting data)

Yaitu dilakukan proses pemilihan data dengan instrumen penelitian yang menggunakan kuesioner sehingga didapat data yang lebih akurat untuk pengolahan data selanjutnya. Kejadian yang dilakukan adalah memeriksa dan mengamati perbandingan dari beberapa data.

### *2. Coding* (Pengkodean data)

Yaitu pemberian kode yang akan dianalisa ataupun yang akan dimasukkan kedalam pencatatan dengan tujuan mempersingkat data dengan cara kode-kode tertentu kedalam bentuk kata Ya atau Tidak.

### 3. *Entry* (pemasukan data)

Sesudah tahapan coding maka data yang telah diberi kode dimasukkan kedalam komputer (SPSS Versi 16).

### 4. *Cleaning*

Memeriksa kembali data yang ada di program komputer dalam bentuk tabel distribusi frekuensi untuk memastikan bahwa tidak ada kesalahan dalam entry data (*Hastono, 2007*)

## **F. Analisis Data**

Analisis data dilakukan secara Univariat, Bivariat dan Multivariat

### 1. Analisis Univariat

Analisis Univariat, yang dilakukan terhadap setiap variabel penelitian. Pada umumnya dalam hasil analisa ini hanya menghasilkan distribusi frekuensi dan persentase. dengan rumus sebagai berikut:

$$P = \frac{f}{n} \times 100$$

Keterangan : P = Persentase

f = jumlah kasus

n = jumlah responden

### 2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dilaksanakan untuk menguji hipotesa. Uji statistik yang digunakan adalah Chi square, dengan rumus :

$$X^2 = \sum \frac{(O-E)^2}{E}$$

Keterangan :

X<sup>2</sup> = Chi-square

O = Observasi

E = Ekspektasi

Kriteria uji menggunakan tingkat kemaknaan ( $\alpha$ ) = 0,05. jika P Value  $\leq 0,05$  maka secara statistik ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat dan apabila P Value  $> 0,05$  berarti tidak ada hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat (Notoatmodjo, 2010)

### 3. Analisis Multivariat

Analisis multivariat bertujuan untuk mengetahui hubungan antara variabel terikat dengan semua variabel bebas secara bersama-sama. Analisis multivariat dilakukan dengan analisis regresi logistik. Tujuan dari analisis dengan metode ini adalah untuk memperoleh mode yang paling baik (fit) dan sederhana yang dapat menggambarkan hubungan variabel terikat dengan satu set variabel bebas kategorik yang bersifat dikotom/binary (Hastono, 2007)

#### Tahapan Analisis Multivariat

1. Lakukan analisis bivariat dengan regresi logistik sederhana
2. Lakukan pemilihan variabel yang potensial akan dimasukkan ke dalam model. Model yang dianggap signifikan (kriteria nilai  $p < 0,25$ ) dan variabel lain yang perlu dipertimbangkan secara substantif.

3. Identifikasi variabel yang dianggap penting masuk dalam model dengan cara mempertahankan variabel yang mempunyai nilai  $p < 0,05$  dan mengeluarkan variabel dengan nilai  $p > 0,05$ .
4. Keluarkan variabel dimulai variabel dengan nilai  $p$  terbesar. Kemudian lihat perubahan nilai OR variabel lain. Jika ada variabel lain yang perubahan nilai ORnya  $> 10\%$  maka variabel tersebut tetap masuk model. Variabel tersebut merupakan variabel konfounding.
5. Identifikasi variabel yang dominan dengan melihat nilai  $\exp(B)$  terbesar untuk variabel yang signifikan.

## **BAB V**

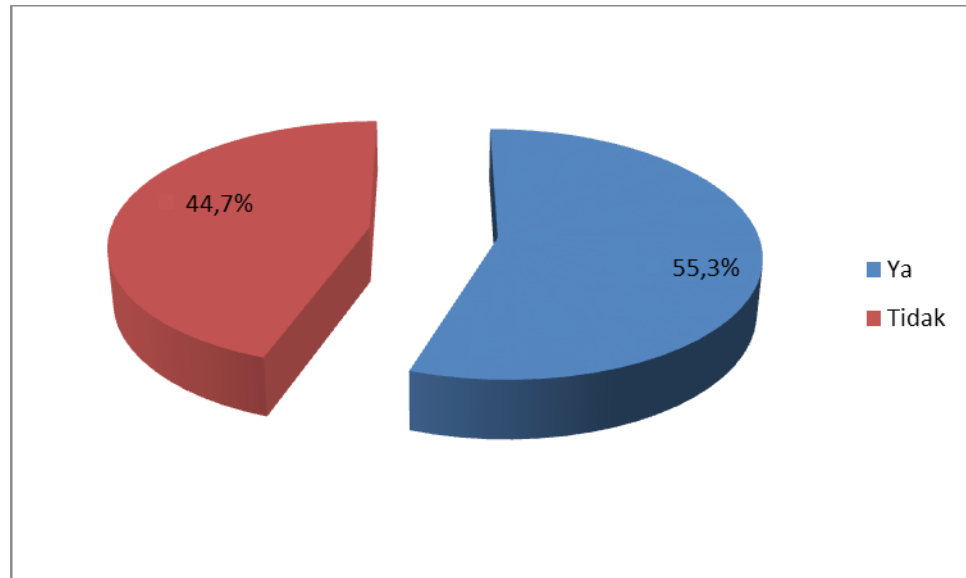
### **HASIL PENELITIAN**

#### **A. Hasil Analisis Univariat**

Gambar 5.1

Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Dismenore

di STIKes Medistra Indonesia Bekasi Tahun 2014



**Tabel 5.1**

**Distribusi Responden Berdasarkan Variabel Independen pada Mahasiswi STIKes Medistra Indonesia Bekasi Tahun 2014**

<b>No</b>	<b>Variabel</b>	<b>Frekuensi</b>	<b>Presentase (%)</b>
2	Umur Menarche		
	< 12 Tahun	39	21,8
	≥ 12 Tahun	140	78,2

3	Faktor Keturunan		
	Ada	89	49,7
	Tidak Ada	90	50,3
4	Konsistensi Perdarahan		
	Haid		
	Cairan disertai Gumpalan	135	75,4
	Cairan Biasa	44	24,6
5	Lama Haid		
	> 7 Hari	37	20,7
	3-7 Hari	142	79,3
6	Olahraga		
	Tidak Teratur	179	100
	Teratur	0	0
7	Stres		
	Ya	99	55,3
	Tidak	80	44,7

Hasil penelitian yang diperoleh pada tabel 5.1 bahwa sebanyak 99 mahasiswi (55,3%) yang mengalami dismenore, dan 80 mahasiswi (44,7%) tidak mengalami dismenore, berdasarkan umur menarche diperoleh bahwa yang umur menarchenya < 12 tahun sebanyak 39 orang (21,8%), sedangkan yang umur menarchenya  $\geq$  12 tahun sebanyak 140 orang (78,2%).

Pada faktor keturunan diperoleh bahwa yang mempunyai riwayat keturunan dismenore di keluarganya sebanyak 89 orang (49,7%), dan yang tidak mempunyai riwayat keturunan dismenore sebanyak 90 orang (50,3%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa 44 orang (24,6%) saat haid konsistensi darahnya berupa cairan sedangkan 135 orang (75,4%) saat haid konsistensi darahnya berupa cairan disertai gumpalan.

Menurut lama haid diperoleh sebanyak 142 mahasiswi (79,3%) mengalami haid selama 3 - 7 hari dan 37 mahasiswi (20,7%) mengalami haid selama > 7 hari. Hasil penelitian pada aktifitas fisik yaitu olahraga bahwa semua responden melakukan olahraga dengan tidak teratur. Sedangkan hasil penelitian berdasarkan kategori stres diperoleh bahwa sebanyak 99 mahasiswi (55,3%) mengalami stres dan 80 mahasiswi (44,7%) tidak mengalami stres.

## B. Hasil Analisis Bivariat

Tabel 5.2

**Distribusi frekuensi Analisis Variabel umur menarche, faktor keturunan, Konsistensi perdarahan haid, Lama haid, Olahraga dan Stres dengan kejadian dismenore pada mahasiswi STIKes Medistra Indonesia Bekasi Tahun 2014**

No	Variabel	Dismenore				OR	95% CI	P Value
		YA		TIDAK				
		F	%	F	%			
1	Umur Menarche < 12 Tahun	31	79,5	8	20,5	4,103	1,76-9,55	0,001
	≥ 12 Tahun	68	48,6	72	51,4			
2	Faktor Keturunan Ada	68	76,4	21	23,6	6,16	3,20-11,86	0,0005
	Tidak Ada	31	34,4	59	65,6			
3	Konsistensi Perdarahan Haid Cairan disertai Gumpalan	80	59,3	55	40,7	1,914	0,96-3,81	0,091
	Cairan Biasa	19	43,2	25	56,8			

4	Lama Haid							
	> 7 Hari	30	81,1	7	18,9	4,534	1,87-10,99	0,001
	3-7 Hari	69	48,6	73	51,4			
5	Stres							
	Stres	66	66,7	33	33,3	2,848	1,55-5,25	0,001
	Tidak Stres	33	41,2	47	58,8			

Hasil analisis antara umur menarhe dengan kejadian dismenore diperoleh bahwa pada mahasiswi yang umur menarchenya  $< 12$  sebanyak 31 orang (79,5%) mengalami dismenore, sedangkan pada mahasiswi yang umur menarchenya  $\geq 12$  tahun sebanyak 68 (48,6%) mengalami dismenore. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $P = 0,001$ , maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara umur menarhe dengan dismenore. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai  $OR = 4,103$ , artinya mahasiswi yang umur menarchenya  $< 12$  tahun mempunyai risiko 4,103 kali untuk mengalami dismenore dibanding mahasiswi yang umur menarchenya  $\geq 12$  tahun.

Hasil analisis antara faktor keturunan dengan kejadian dismenore diperoleh bahwa pada mahasiswi yang mempunyai riwayat keturunan dismenore dalam keluarganya sebanyak 68 orang (76,4%) yang mengalami dismenore, sedangkan pada mahasiswi yang tidak mempunyai riwayat keturunan dismenore dalam keluarganya sebanyak 31 (34,4%) yang mengalami dismenore. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $P = 0,0005$ , maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara faktor keturunan dengan dismenore. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai  $OR = 6,16$ , artinya mahasiswi yang mempunyai riwayat dismenore dalam keluarganya mempunyai risiko 6,16 kali untuk mengalami

dismenore dibanding mahasiswi yang tidak mempunyai riwayat dismenore dalam keluarganya.

Hasil analisis antara konsistensi perdarahan haid dengan kejadian dismenore diperoleh bahwa pada mahasiswi yang saat haid darahnya berupa cairan disertai gumpalan sebanyak 80 orang (59,3%) mengalami dismenore, sedangkan pada mahasiswi yang saat haid darahnya berupa cairan biasa sebanyak 19 (43,2%) mengalami dismenore. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $P = 0,091$ , maka dapat disimpulkan tidak ada hubungan yang signifikan antara konsistensi perdarahan haid dengan dismenore. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai  $OR = 1,914$ , artinya mahasiswi yang saat haid darahnya berupa cairan disertai gumpalan mempunyai risiko 1,914 kali untuk mengalami dismenore dibanding mahasiswi yang saat haid darahnya berupa cairan biasa.

Hasil analisis antara lama haid dengan kejadian dismenore diperoleh bahwa pada mahasiswi lama haidnya  $> 7$  hari sebanyak 30 orang (81,1%) yang mengalami dismenore, sedangkan pada mahasiswi yang lama haidnya 3-7 hari sebanyak 69 (48,6%) yang mengalami dismenore. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $P = 0,001$ , maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara lama haid dengan dismenore. Dari hasil analisis diperoleh juga nilai  $OR = 4,534$ , artinya mahasiswi yang lama haidnya  $> 7$  hari mempunyai risiko 4,534 kali untuk mengalami dismenore dibanding mahasiswi yang lama haidnya 3-7 hari.

Hasil analisis antara stres dengan kejadian dismenore diperoleh bahwa pada mahasiswi mengalami stres sebanyak 66 orang (66,7%) mengalami

dismenore, sedangkan pada mahasiswa yang tidak stres tahun sebanyak 33 (41,2) % yang mengalami dismenore. Hasil uji statistik diperoleh nilai  $P = 0,001$ , maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara stres dengan dismenore. Dari hasil analisis diperoleh pula nilai  $OR = 2,848$ , artinya mahasiswa yang stres mempunyai risiko 2,848 kali untuk mengalami dismenore dibanding mahasiswa yang tidak stres.

### **C. Hasil Analisis Multivariat**

Analisis multivariat yang dilakukan dalam penelitian ini merupakan analisis lanjut untuk mengetahui variabel yang paling berpengaruh dengan kejadian dismenore. Untuk mengetahui variabel apa saja yang berpengaruh, peneliti menggunakan regresi logistik ganda model prediksi.

#### **1. Pemilihan Kandidat Multivariat**

Sebelum dilakukan analisa multivariat dilakukan seleksi kandidat variabel independen yang dapat diikutsertakan dalam analisa lebih lanjut. Variabel yang mempunyai nilai  $P < 0,25$  atau secara substansi berhubungan maka dapat masuk ke

model. Hasil analisis bivariat dengan uji chi square diperoleh variabel independen yang masuk dalam pemodelan.

## 2. Tahap Analisis

Analisis multivariat bertujuan untuk mendapatkan variabel yang paling dominan berhubungan dengan kejadian dismenore. Pada analisis ini semua variabel yang menjadi kandidat multivariat dimasukkan secara bersama-sama ke dalam model. Selanjutnya dilakukan evaluasi hasil regresi logistik dimana variabel yang mempunyai nilai  $P > 0,05$  dikeluarkan dari model satu per satu dimulai dengan variabel yang nilai P-nya paling besar. Selanjutnya dilakukan perbandingan perubahan nilai OR sebelum dan sesudah variabel tersebut dikeluarkan. Bila ada nilai OR berubah lebih dari 10% maka variabel tersebut dimasukan lagi ke dalam model karena variabel tersebut adalah sebagai konfounder. Langkah ini dilakukan sampai semua variabel yang nilai  $P > 0,05$  dikeluarkan.

**Tabel 5.3**

**Hasil Analisis perubahan Odd Ratio (OR) antar Variabel**

No	Variabel	I		II			III			AKHIR	
		P Value	OR	Konsistensi darah Haid			Umur Menarche			P Value	OR
				OR Ada	OR Tidak ada	Perubahan OR	OR Ada	OR Tidak ada	Perubaha n OR		
1	Umur Menarche	0,201	1,91	1,91	1,9	0,53%	-	-	-	0,203	1,9
2	Faktor Keturunan	0,0005	5,144	5,14	5,11	0,58%	5,110	5,706	10,44%	0,0005	5,110
3	Konsistensi darah Haid	0,875	0,935	-	-	-	-	-	-	-	-
4	Lama Haid	0,001	5,138	5,138	5,114	0,46%	5,114	5,527	7,47%	0,001	5,114
5	Stres	0,004	0,844	0,844	0,845	0,11%	0,845	0,843	0,23%	0,003	0,845

Variabel independen yang masuk dalam pemodelan adalah variabel yang nilai  $P < 0,25$ , yaitu variabel umur menarche, faktor keturunan, konsistensi perdarahan haid, lama haid dan stres

Dari hasil diatas terlihat masih ada 2 variabel yang nilai p-nya  $> 0,05$ , yaitu konsistensi perdarahan haid dan umur menarche. Oleh karena itu, kedua variabel tersebut harus dikeluarkan dari model. Variabel yang pertama dikeluarkan adalah konsistensi perdarahan haid.

Setelah konsistensi darah haid keluar, tidak ada perubahan nilai OR  $> 10\%$  untuk variabel umur menarche, faktor keturunan, lama haid dan stres. Dengan demikian variabel konsistensi darah haid tetap keluar dari model.

Setelah umur menarche keluar, ada perubahan nilai OR  $> 10\%$  untuk variabel umur faktor keturunan. Dengan demikian variabel umur menarche dimasukkan kembali ke dalam model.

Dari keseluruhan proses analisis multivariat yang telah dilakukan dapat disimpulkan bahwa dari 5 variabel yang diduga berhubungan dengan kejadian dismenore ternyata hanya 3 yang berhubungan yaitu faktor keturunan, lama haid dan stres. Sedangkan variabel umur menarche sebagai variabel konfounding.

Hasil analisis didapatkan *Odds Ratio* (OR) dari variabel faktor keturunan adalah 5,110, artinya mahasiswa yang mempunyai riwayat keturunan dismenore dalam keluarganya berisiko menderita dismenore 5,11 kali lebih tinggi dibandingkan mahasiswi yang tidak mempunyai riwayat keturunan dismenore dalam keluarganya setelah dikontrol variabel lama haid, stres, dan umur menarche.

Hasil analisis didapatkan *Odds Ratio* (OR) dari variabel lama haid adalah 5,114, artinya mahasiswa yang lama haidnya  $> 7$  hari berisiko menderita dismenore 5,114 kali lebih tinggi dibandingkan mahasiswi yang lama haidnya 3-7 hari setelah dikontrol variabel faktor keturunan, stres, dan umur menarche. Hasil analisis didapatkan *Odds Ratio* (OR) dari variabel stres adalah 0,845, artinya mahasiswa yang stres berisiko menderita dismenore 0,845 kali lebih tinggi dibandingkan mahasiswi yang tidak stres setelah dikontrol variabel faktor keturunan, lama haid, dan umur menarche.

## **BAB VI PEMBAHASAN**

### **A. Pembahasan Hasil Penelitian**

#### **1. Dismenore**

Hasil analisis univariat penelitian diperoleh bahwa dari 179 mahasiswi sebanyak 99 (55,3 %) mengalami dismenore.

## 2. Umur Menarche

Hasil penelitian diperoleh sebagian besar umur menarche responden  $\geq 12$  tahun. Sedangkan hasil analisis bivariat menunjukkan adanya hubungan yang bermakna antara umur menarche dengan dismenore. Selanjutnya hasil analisis multivariat diperoleh bahwa umur menarche merupakan variabel konfounding.

Salah satu faktor yang berhubungan dengan tingginya kejadian dismenore adalah usia menarche. Menarche pada usia lebih awal menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga timbul nyeri ketika menstruasi. Kejadian dismenore sangat dipengaruhi oleh usia wanita. Rasa sakit yang dirasakan beberapa hari sebelum menstruasi dan saat menstruasi biasanya karena meningkatnya sekresi hormon prostaglandin (Nataria, 2010).

Widjanarko (2006) menyatakan bahwa menarche pada usia lebih awal merupakan faktor risiko yang berpengaruh terhadap kejadian dismenore. Menarche pada usia yang lebih awal menyebabkan alat reproduksi belum siap untuk mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit ketika menstruasi.

## 3. Faktor Keturunan

Hasil analisis univariat diperoleh bahwa jumlah mahasiswi yang mempunyai riwayat dismenore dalam keluarganya hampir sama dengan jumlah mahasiswi yang tidak mempunyai riwayat dismenore dalam keluarganya. Pada analisis bivariat faktor keturunan menunjukkan ada hubungan yang signifikan dengan dismenore.

Faktor keturunan salahsatu penyebab terjadinya dismenore pada wanita yang dalam keluarganya ada riwayat dismenore. Riwayat keluarga merupakan

faktor risiko yang dapat meningkatkan kemungkinan terjadinya dismenore. Dua dari tiga wanita yang menderita dismenore mempunyai riwayat dismenore pada keluarganya(Coleman, 1991).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh mahasiswa Universitas Erlangga Surabaya ternyata ada pengaruh riwayat keluarga atau keturunan terhadap kejadian dismenore, responden yang mengalami dismenore sebagian besar mempunyai riwayat keluarga dengan dismenore (journal.lib.unair.ac.id.pdf. tahun 2009)

#### 4. Konsistensi Perdarahan Haid

Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar responden saat haid darahnya berupa cairan disertai gumpalan. Variabel konsistensi perdarahan haid merupakan satu-satunya variabel independen yang tidak berhubungan dengan dismenore.

Normal cairan menstruasi tidak menggumpal, kecuali tertahan di dalam uterus dan vagina dalam waktu yang lama. Hal ini didasarkan pada keyakinan bahwa endometrium yang terlepas, beku-bekuan besar dalam cairan menstruasi merupakan hal yang dapat menyebabkan nyeri sewaktu haid. (Anolis, Caya Anditha, 2011).

#### 5. Lama Haid

Hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar mahasiswi lama haidnya 3-7 hari. Pada analisis bivariat variabel lama haid menunjukkan hubungan yang signifikan dengan dismenore. Variabel lama haid juga merupakan variabel dominan yang berhubungan dengan dismenore.

Salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore adalah lama menstruasi. Menurut Shanon (2006) semakin lama menstruasi terjadi, maka semakin sering uterus berkontraksi, akibatnya semakin banyak juga prostaglandin yang dikeluarkan. Akibat produksi prostaglandin yang berlebihan,

maka timbul rasa nyeri. Selain itu, kontraksi uterus yang terus-menerus juga menyebabkan supply darah ke uterus berhenti sementara sehingga terjadilah dismenore.

Produksi prostaglandin yang berlebihan menimbulkan rasa nyeri, sedangkan kontraksi uterus yang terus menerus menyebabkan suplai darah ke uterus terhenti dan terjadi dismenore (Natania, Desi. 2010).

## 6. Stres

Hasil penelitian diperoleh bahwa jumlah mahasiswi yang stres hampir sama dengan jumlah mahasiswi yang tidak stres. Variabel stres pada analisis bivariat menunjukkan hubungan yang bermakna dengan dismenore.

Salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore adalah stres. Stres menimbulkan penekanan sensasi saraf-saraf pinggul dan otot-otot punggung bawah sehingga menyebabkan dismenore. Stres adalah respon fisiologik, psikologik, dan perilaku seseorang individu dalam menghadapi penyesuaian diri terhadap tekanan yang bersifat internal maupun eksternal (Natania, Desi. 2010).

## **BAB VII PENUTUP**

### **A. SIMPULAN**

Gambaran kejadian dismenore pada mahasiswa Program Studi D3 Kebidanan STIKes Medistra Indonesia prevalensinya cukup tinggi yaitu 99 responden (55,3%) angka ini hampir sama dengan penelitian sebelumnya diberbagai dunia baik luar negeri maupun dalam negeri. Pada analisa bivariat variabel independen yang diduga menjadi faktor risiko yaitu umur menarche, faktor keturunan, konsistensi perdarahan haid, lama haid, dan stres, kesemuanya itu mempunyai hubungan yang bermakna terhadap kejadian dismenore kecuali konsistensi perdarahan haid, sedangkan pada analisa multivariate faktor dominan dari kejadian dismenore adalah lama haid dan umur menarche merupakan faktor *confounding*.

Pada hasil analisa multivariat secara substansi faktor dominan lama haid dengan *P value* 0,001 dan OR 5,114, dikatakan bahwa seseorang semakin lama menstruasi terjadi maka uterus semakin berkontraksi akibatnya semakin banyak prostaglandin yang dikeluarkan. Akibat produksi prostaglandin yang berlebihan maka timbul rasa nyeri. Selain itu, kontraksi uterus yang terus menerus juga menyebabkan supply darah ke uterus berhenti sementara sehingga terjadilah dismenore.

### **B. SARAN**

### **1. Bagi Stikes Medistra Indonesia**

Diharapkan hasil penelitian ini dapat ditindak lanjuti oleh peneliti lain dengan menggunakan variabel-variabel lain yang berhubungan dengan dismenore agar dapat diketahui lebih jelas faktor apa saja yang berhubungan dengan kejadian dismenore dan dapat memperluas wawasan pengetahuan mahasiswa jurusan kebidanan.

### **2. Bagi Peneliti Selanjutnya**

Diharapkan penelitian ini dapat dikembangkan lagi metodologi penelitiannya dan dilanjutkan penelitian ini dengan variabel yang merupakan faktor dominan.

### **3. Bagi Remaja Puteri**

Sebagai bahan informasi untuk menambah pengetahuan bagi para remaja tentang masalah kesehatan, agar dapat mengantisipasi dirinya terhadap faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore terutama mengenai rutinitas berolahraga dan stres yang memberikan pengaruh besar terhadap kemungkinan terjadinya masalah kesehatan khususnya dismenore.

# ANALISIS KEJADIAN DISMENORE PADA MAHASISWI STIKES MEDISTRA INDONESIA BEKASI

Hainun Nisa, SST., M.Kes

Program Studi D III Kebidanan Medistra Indonesia

[hainunnisa78@gmail.com](mailto:hainunnisa78@gmail.com)

## ABSTRAK

**Pendahuluan:** Setiap bulan wanita usia subur pasti mengalami menstruasi. Saat menstruasi ini, masalah yang dialami banyak wanita adalah rasa nyeri yang hebat. Rasa nyeri saat menstruasi disebut dismenore. Dismenore adalah masalah yang sangat umum terjadi dikalangan wanita muda, adapun gejala yang dirasakan adalah nyeri panggul atau perut bagian bawah yang menjalar ke punggung dan sepanjang paha. Puncak rasa nyeri sering terjadi pada saat perdarahan masih sedikit. Angka kejadian dismenore secara Nasional cukup tinggi sekitar 40-50% sering terjadi pada remaja, namun yang datang berobat ke dokter sangat sedikit, yaitu 1-2% saja. Dismenore yang terjadi pada remaja sering membuat mereka tidak hadir di sekolah dan ketidakhadiran ini menyebabkan proses belajar mengajar terganggu. Berdasarkan latar belakang di atas, maka penulis dapat merumuskan masalah penelitian yaitu belum diketahuinya faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada mahasiswa Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia Bekasi

**Metode:** Penelitian yang dilaksanakan di STIKes Medistra Indonesia ini menggunakan disain *crosssectional*. Populasi pada penelitian ini adalah seluruh mahasiswa Kebidanan tingkat 1 dan 2 yang terdaftar pada program studi diploma III Kebidanan di STIKes Medistra Indonesia pada tahun 2014. Adapun alasan peneliti tidak mengambil populasi dari tingkat III, dikarenakan pada saat itu, tingkat III sedang melaksanakan praktik klinik lapangan. Sampel diambil dengan menggunakan *probability sampling* dengan teknik *Simple Random Sampling*. Variabel dependen adalah kejadian dismenore. Sedangkan variabel independen terdiri dari umur menarche, faktor keturunan, konsistensi perdarahan haid, lama haid, olahraga dan stres. Data yang digunakan pada penelitian ini adalah data primer. Alat pengumpulan data berupa kuesioner sedangkan teknik pengumpulan data dengan cara angket.

**Hasil:** Hasil penelitian diperoleh dari 179 responden sebanyak 99 orang (55,3%) mengalami dismenore. Kesimpulan dari penelitian ini diperoleh bahwa faktor keturunan, lama haid dan stres berhubungan dengan dismenore. Variabel umur menarche merupakan variabel *confounding*. Pada penelitian ini, faktor keturunan merupakan faktor dominan (OR = 5,283) setelah dikontrol variabel lama haid, stres dan umur menarche.

**Diskusi;** Perlunya olahraga teratur mengingat angka kejadiannya cukup tinggi yaitu dengan memprogramkan kegiatan olahraga rutin. Pelayanan kesehatan reproduksi yang efektif dari pihak institusi guna melakukan identifikasi dismenore yang mengarah ke dalam keadaan patologis, dengan cara melakukan konseling yang efektif dan edukatif dalam rangka Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR).

**Kata Kunci;** Kejadian Dismenore, Faktor Keturunan, Lama Haid dan Stres

## The Analysis of Dismenore cases of Medistra Health College Students, Bekasi

### ABSTRACT

**Introduction:** Every month women of childbearing age must experience menstruation. While this is menstruating, the problem with many women is severe pain. The pain during menstruation is called dysmenorrhea. Dysmenorrhea is a very common problem among young women, while the symptoms are pelvic or lower abdominal pain that radiates back and forth along the thighs. The peak of pain often occurs when the bleeding is still small. National incidence of dysmenorrhea is quite high around 40-50% often occurs in adolescents, but who came to see the doctor very little, that is 1-2% only. Dysmenorrhea that occurs in adolescents is often absent in school and this absence causes the learning process. Based on the above background, the authors can formulate research problems that have not known the risk factors associated with the incidence of dysmenorrhea in female students in STIKes Medistra Indonesia Bekasi.

**Methods:** The research conducted at STIKes Medistra Indonesia uses crosssectional design. The population in this study is all the students of Midwifery level 1 and 2 who are enrolled in Diploma III Midwifery program at STIKes Medistra Indonesia in 2014. The reason why the researcher did not take the population from level III, because at that time, the third level was doing the practice of field clinic. Samples were taken using probability sampling with Simple Random Sampling technique. The dependent variable is the incidence of dysmenorrhea. While the independent variable consists of age menarche, heredity, consistency of menstrual bleeding, duration of menstruation, exercise and stress. Data used in this research is primary data. Data collection tool in the form of questionnaire while data collection technique by way of questionnaire.

**Results:** The results obtained from 179 respondents as much as 99 people (55.3%) experienced dysmenorrhea. The conclusions of this study obtained that heredity, long periods of menstruation and stress associated with dysmenorrhea. Menarche age variable is a confounding variable. In this study, hereditary factor is the dominant factor (OR = 5,283) after controlled variable length of menstruation, stress and age of menarche.

**Conclusion:** The need for regular exercise considering the incidence rate is high enough to program regular sports activities. Effective reproductive health services from the institute to identify dysmenorrhea leading to pathological conditions, by conducting effective and educative counseling in the context of Youth Care Services (PKPR).

**Keywords:** Dimenore cases, Genetic factors, the length of menstrual period and stress.



**UNIVERSITAS RESPATI INDONESIA**

**ANALISIS KEJADIAN DISMENORE**

**PADA MAHASISWI STIKES MEDISTRA INDONESIA BEKASI**

**TAHUN 2014**

**TESIS**

**OLEH :**

**Nama : HAINUN NISA**

**NPM : 11.05.10.10.06**

**PROGRAM PASCASARJANA**

**PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT**

**UNIVERSITAS RESPATI INDONESIA**

**JAKARTA**

**2014**



**UNIVERSITAS RESPATI INDONESIA**

**ANALISIS KEJADIAN DISMENORE  
PADA MAHASISWI STIKES MEDISTRA INDONESIA BEKASI  
TAHUN 2014**

**Tesis ini diajukan sebagai salah satu syarat  
untuk memperoleh gelar Magister Ilmu Kesehatan Masyarakat**

**DISUSUN OLEH :**

**Nama : HAINUN NISA**

**NPM : 11.05.10.10.06**

**PROGRAM PASCASARJANA  
PROGRAM STUDI ILMU KESEHATAN MASYARAKAT  
UNIVERSITAS RESPATI INDONESIA  
JAKARTA**

**2014**