

## HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH DENGAN DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMP PEKANBARU

Rika Sri Wahyuni\*, Witri Oktaviani  
Akademi Kebidanan Internasional Pekanbaru  
\* [syifad2rika@gmail.com](mailto:syifad2rika@gmail.com)

Submitted :19-10-2017, Reviewed:18-11-2017, Accepted:23-04-2018

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v3i3.2723>

### ABSTRACT

*Dysmenorrhea is a state of pain in the pelvic region at the beginning of menstruation due to prostaglandin substance production. Pain usually decreases after menstruation, but in some women it is still felt during the menstrual period. 54.89% recorded the incidence of primary dysmenorrhea in Indonesia and the remainder of secondary dysmenorrheal. Many teenage girls are often absent at school and do not undergo daily activities as they must, 14% of them because they have dysmenorrhea.. One risk factor of dysmenorrhea body mass index is lean and fat. This study aims to determine the relationship of body mass index with dysmenorrhoea. This research is quantitative with cross sectional analytic design using primary data. The samples used were 61 young women taken using Proportionate Stratified Random Sampling technique. The results of the analysis of dysmenorrheal events obtained 86.9% of adolescent girls experienced the incidence of dysmenorrhoea and 13.1% not dysmenorrhoea. Chi square test showed no correlation between body mass index and dysmenorrhoea. The conclusion obtained by majority of respondents has normal BMI and majority have dysmenorrhoea but between the two variables there is no relationship.*

**Keywords :** *Body Mass Index, Dysmenorrhoea*

### ABSTRAK

Dismenore merupakan suatu keadaan nyeri didaerah panggul pada saat awal menstruasi karena produksi zat prostaglandin. Rasa nyeri biasanya berkurang setelah menstruasi, namun pada beberapa wanita masih dirasakan selama periode menstruasi. Tercatat 54,89% kejadian dismenore primer di Indonesia dan sisanya kajadian dismenor sekunder. Banyak remaja putri yang sering tidak hadir di sekolah dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari sebagaimana metinya, 14% diantaranya disebabkan karena mereka mengalami dismenore. Salah satu faktor resiko terjadinya dismenorea indeks massa tubuh yang kurus dan gemuk. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan indeks massa tubuh dengan dismenorea. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain analitik *crosssectional* yang menggunakan data primer. Sampel yang digunakan sebanyak 61 orang remaja putri yang diambil dengan menggunakan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling*. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan *uji chi-square*. Dari hasil analisis IMT diperoleh 62,3% remaja putri dengan indeks massa tubuh normal, 32,8% kurus dan 4,9% gemuk. Hasil analisis kejadian dismenore diperoleh 86,9% remaja putri mengalami kejadian dismenorea dan 13,1% tidak dismenorea. Hasil *uji chi square* menunjukkan tidak ada hubungan indeks massa tubuh dengan dismenorea. Kesimpulan yang diperoleh mayoritas responden memiliki IMT normal dan mayoritas mengalami dismenorea tetapi antara kedua variable tidak ada hubungan.

**Kata kunci :** Indeks Massa Tubuh, Dismenorea

## PENDAHULUAN

Remaja atau *adolescence* berasal dari bahasa latin *adolescere* yang berarti tumbuh atau tumbuh menjadi dewasa. Masa remaja adalah suatu tahapan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa. Istilah ini menunjukkan masa awal pubertas sampai tercapainya kematangan, biasanya mulai dari usia 14 tahun pada pria dan usia 12 tahun pada wanita. Salah satu tanda pubertas pada remaja wanita adalah menstruasi (Proverawati, 2009).

Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Periode ini akan mengubah perilaku dari beberapa aspek, misalnya psikologi dan lainnya. Pada wanita biasanya pertama kali mengalami menstruasi (*menarche*) pada umur 12-16 tahun. Siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi selama 2-7 hari (Kusminar, 2012).

Saat terjadinya menstruasi terutama pada fase luteal, remaja wanita perlu mempertahankan status gizi yang baik, dengan cara mengkonsumsi makanan seimbang karena pada masa ini akan terjadi peningkatan kebutuhan nutrisi. Apabila hal ini diabaikan maka dampaknya akan terjadi keluhan-keluhan yang menimbulkan rasa ketidak nyamanan selama siklus haid (Paath, 2004).

Salah satu keluhan yang muncul saat menstruasi adalah rasa nyeri. Sifat dan tingkat rasa nyeri bervariasi, mulai dari yang ringan hingga yang berat. Kondisi tersebut dinamakan dismenore, yaitu keadaan nyeri yang hebat dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Kusminar, 2012).

Nyeri siklus haid biasanya dibagi dalam 2 golongan, yaitu nyeri yang mulai timbul 1 atau 2 tahun setelah pubertas (dinamakan dismenorea primer) dan nyeri yang mulai timbul setelah bertahun-tahun mengalami nyeri haid tanpa rasa nyeri (dinamakan dismenorea sekunder) (Swastika, 2011).

Hasil penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat pada tahun 2012 untuk mengetahui kejadian dismenore primer pada wanita umur 12- 17 tahun adalah 59,7% dengan derajat kesakitan 49% dismenore ringan, 37% dismenore sedang, dan 12% dismenore berat (Utari, 2016).

Di Indonesia angka kejadian dismenore primer sekitar 54,89% sedangkan sisanya adalah tipe sekunder. Banyaknya remaja putri yang sering tidak hadir di sekolah dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari sekitar 14% disebabkan oleh dismenore (Utari, 2016).

Penelitian yang dilakukan oleh Mulastin (2011) dengan judul “Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan kejadian Dismenore Remaja Putri Kelas X di SMA Islam Al-Hikmah Jepara” menunjukkan hasil tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenore. Akan tetapi pada penelitian yang dilakukan oleh (Fauzi, 2013) dengan judul “Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Dismenore pada Siswi MTSN Pitalah Kab. Tanah Datar Tahun 2013” Menunjukkan hasil yang berbeda yaitu terdapat hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenore. Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti ingin melakukan penelitian dengan tujuan melihat adakah hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Dismenore pada Remaja Putri di SMP PGRI Pekanbaru.

## METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini ini bersifat kuantitatif menggunakan rancangan *Cross Sectional*, dimana penelitian ini melihat hubungan indeks massa tubuh dengan dismenore pada remaja putri di SMP PGRI Pekanbaru, pada bulan Agustus – Oktober 2017. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi putri SMP PGRI berjumlah 153 siswi dengan jumlah sampel dalam penelitian ini diambil secara sebanyak *Proportionate Stratified Random Sampling* sebanyak 61 siswi. Pengumpulan data untuk variabel indeks massa tubuh dilakukan dengan mengukur tinggi badan dan menimbang berat badan siswi dan hasil ukur

dikategorikan atas kurus, normal dan gemuk. Sedangkan variabel Dismenore dilakukan dengan mengisi kuesioner dan hasil ukur dikategorikan atas mengalami

dismenore dan tidak mengalami dismenore. Analisis data menggunakan analisis *Chi Square*

**HASIL DAN PEMBAHASAN**

**Status Gizi Responden**

**Tabel. 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi Pada Remaja Putri di SMP PGRI Pekanbaru Tahun 2017**

NO	Status Gizi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Kurus	20	32,8
2	Normal	38	62,3
3	Gemuk	3	4,9
<b>Jumlah</b>		<b>61</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel 4.3 dari 61 remaja putri di SMP PGRI Pekanbaru di dapat bahwa mayoritas status gizi normal sebanyak 62,3% (38 orang) dan minoritas status gizi gemuk 4,9% (3 orang).

Status gizi normal dapat diperoleh dengan cara asupan makanan yang baik, pola makan yang teratur dan aktifitas yang tinggi (kegiatan ekstrakurikuler). Keadaan ini perlu mendapat perhatian dari orang tua bahwa perlu asupan gizi yang baik kepada remaja (Mulastin, 2011)

Pada remaja wanita perlu mempertahankan status gizi yang baik, karena pada masa ini akan terjadi peningkatan kebutuhan nutrisi dan

berpengaruh pada organ reproduksi. Apabila hal ini diabaikan maka dampaknya akan terjadi keluhan-keluhan yang menimbulkan rasa ketidak nyamanan selama siklus haid (Paath, 2004).

Hasil penelitian yang telah dilakukan oleh peneliti di SMP PGRI Pekanbaru Tahun 2017 diperoleh mayoritas status gizi normal sebanyak 62,3% (38 orang).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian (Utari, 2016) di Universitas Muhammadiyah Surakarta, dimana hasil penelitiannya diperoleh dari 46 responden memiliki status gizi normal sebanyak 78,3% (36 Responden).

**Dismenorea Responden**

**Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMP PGRI Pekanbaru Tahun 2017**

NO	Dismenorea	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1	Ya	53	86,9
2	Tidak	8	13,1
<b>Jumlah</b>		<b>61</b>	<b>100 %</b>

Berdasarkan tabel 4.2 dari 61 remaja putri di SMP PGRI Pekanbaru mayoritas mengalami dismenorea sebanyak 86,9% (53 orang).

Dismenore adalah nyeri didaerah panggul akibat menstruasi dan produksi zat prostaglandin. Seringkali dimulai segera

setelah mengalami menstruasi pertama (menarche). Nyeri berkurang setelah menstruasi, namun pada beberapa wanita nyeri bisa terus dialami selama periode menstruasi (Proverawati, 2009).

Apabila kadar prostaglandin berlebihan memasuki peredaran darah

maka selain dismenore dapat juga dijumpai efek lainnya seperti mual, muntah, dan diare (Anurogo dan Wulandari, 2011).

Hasil penelitian yang peneliti lakukan dari 61 responden diperoleh 86,9 % mengalami dismenorea. Hasil penelitian ini

sesuai dengan penelitian Manorek dkk (2014) di SMAN 1 Kawangkoan, dimana hasil penelitian diperoleh dari 95 responden yang mengalami dismenorea sebanyak 72 orang (75,8%).

**Tabel 3. Hubungan Status Gizi Terhadap Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMP PGRI Pekanbaru Tahun 2017**

IMT	Dismenorea				Total		P Value
	Ya		Tidak		N	%	
	n	%	n	%			
Kurus	16	80 %	4	20 %	20	100 %	0,47 %
Normal	34	89,5 %	4	10,5%	38	100 %	
Gemuk	3	100 %	0	0 %	3	100 %	
<b>Jumlah</b>	<b>53</b>	<b>86,9 %</b>	<b>8</b>	<b>13,1 %</b>	<b>61</b>	<b>100 %</b>	

Dari tabel uji chi square didapatkan responden yang mengalami dismenorea 100 % pada responden dengan IMT gemuk namun hasil uji menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara IMT terhadap kejadian dismenorea pada remaja putri di SMP PGRI Pekanbaru Tahun 2017.

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan (Sofia, 2013) yang menyatakan bahwa remaja dengan status gizi tidak normal memiliki kemungkinan resiko lebih besar mengalami dismenorea.

Status gizi yang rendah (*underweight*) dapat diakibatkan karena asupan makanan yang kurang, termasuk zat besi. Sedangkan status gizi lebih (*overweight*) dapat juga mengakibatkan dismenorea karena terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasi pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita, sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan mengakibatkan nyeri pada saat menstruasi. Sehingga status gizi tidak normal memiliki kemungkinan untuk dismenorea. Hal ini

dapat terjadi kemungkinan karena faktor penyebab yang lain (Sofia, 2013).

Menurut asumsi peneliti selain faktor status gizi juga terdapat faktor lain seperti pola makan yang teratur. Selain status gizi, ada beberapa faktor lain yang berpengaruh terhadap kejadian dismenorea, yaitu usia menarche yang kurang dari 12 tahun, riwayat keluarga yang mengalami dismenorea dan obesitas.

Usia menarche yang kurang dari 12 tahun dapat berisiko terjadinya dismenorea karena alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap untuk mengalami perubahan-perubahan serta akan terjadi penyempitan pada leher rahim sehingga timbul nyeri ketika menstruasi (Sulistiyawati, 2003).

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan mayoritas tidak mengalami usia menarche < 12 tahun sebanyak 59% (36 orang). Menurut asumsi peneliti, Berdasarkan dari hasil tersebut dapat dijelaskan bahwa faktor dari usia menarche < 12 tahun tidak berpengaruh terhadap kejadian dismenorea. Selain faktor usia menarche < 12 tahun ada beberapa

faktor lain seperti riwayat keluarga yang mengalami dismenorea dan obesitas.

Riwayat keluarga yang mengalami dismenorea dapat berisiko terhadap terjadinya dismenorea dikarenakan faktor genetik dari ibu yang pernah mengalami dismenorea sebelumnya sehingga dapat mempengaruhi anak perempuannya. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan didapatkan bahwa mayoritas memiliki riwayat keluarga yang mengalami dismenorea sebanyak 54% (33 orang). Berdasarkan hasil penelitian tersebut dapat dijelaskan bahwa faktor riwayat keluarga sangat mempengaruhi terhadap kejadian dismenorea.

Obesitas dapat berisiko terjadinya dismenorea dikarenakan akibat kelebihan berat badan maka akan meningkatkan kadar prostaglandin dalam tubuh sehingga memicu terjadinya nyeri pada saat haid. Selain itu akibat dari berat badan yang berlebih tersebut membuat aliran darah ke pembuluh darah terdesak oleh jaringan lemak sehingga seharusnya darah mengalir lancar pada saat menstruasi akan menjadi terganggu sehingga menimbulkan dismenorea.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Trimayasari dan Kuswandi (2013) dengan judul hubungan usia menarche dan status gizi siswi SMP kelas 2 dengan kejadian dismenorea. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil yang menunjukkan tidak ada hubungan antara usia menarche dan status gizi dengan kejadian dismenorea. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang peneliti lakukan.

## SIMPULAN

Dari penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Dismenore pada Remaja Putri di SMP PGRI Pekanbaru

## UCAPAN TERIMAKASIH

Terimakasih kepada Kepala Sekolah SMP PGRI Pekanbaru serta seluruh pihak

yang terkait atas kerjasama sehingga penelitian ini selesai pada waktunya.

## DAFTAR PUSTAKA

- Fauzi (2013) 'Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Dismenore pada Siswi MTSN Pitalah Kab. Tanah Datar', *Stikes Prima Nusantara*. Available at: <http://ejurnal.stikesprimanusantara.ac.id/index.php/index/index>.
- Kusminar, E. (2012) 'Kesehatan reproduksi remaja dan wanita', in *Kesehatan reproduksi remaja dan wanita*. Jakarta selatan: Salemba Medika.
- Mulastin (2011) 'Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenorea Remaja Putri di SMA Islam Al-Hikmah Jepara', *Akbid Islam Al Hikmah*. Available at: <http://jurnal.akbidalhikmah.ac.id/index.php/jkb/article/download/74/72>.
- Paath, D. (2004) *Gizi dalam kesehatan reproduksi*. EGC.
- Proverawati, M. (2009) *Menarche menstruasi pertama penuh makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Sofia, D. (2013) 'Faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore pada Siswi SMK Negeri 10 Medan', *Universitas Sumatera Utara*. Available at: <http://jurnal.usu.ac.id/index.php/gkre/article/view/4060>.
- Sulistyawati (2003) *Rahasia Sehat dan Cantik Sampai Usia*. Yogyakarta: C.V. ANDI Sudiana.
- Swastika, S. (2011) 'Hubungan Status Gizi Dengan Tingkat Dismenorea Pada Siswi SMP N 2 Pundong Bantul', *Stikes Aisyiyah*. Available at:

<http://opac.unisayogya.ac.id/1213/1/naskah publikasi.pdf>.

Utari, N. (2016) 'Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi yang sedang

mengerjakan Skripsi di Universitas Muhammadiyah Surakarta', *Universitas Muhammadiyah*.

Available at:

<http://eprints.ums.ac.id/44895/12/NASKAH PUBLIKASI REV.pdf>.