



HUBUNGAN KARAKTERISTIK SIKLUS MENSTRUASI DENGAN DISMENORE DAN KEHIDUPAN SOSIAL REMAJA

THE RELATIONSHIP BETWEEN MENSTRUAL CYCLE CHARACTERISTICS WITH DYSMENORRHEA AND ADOLESCENTS SOCIAL LIFE

 Raissa Manika Purwaningtias¹, Dwiyantri Puspitasari², Ernawati³,

1. Program Studi Kebidanan, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya
2. Departemen Ilmu Kesehatan Anak, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya
3. Departemen Ilmu Obstetri Ginekologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Airlangga, Surabaya

Alamat korespondensi :

Jl. Kedung sroko No.46A, Tambaksari, Surabaya, Indonesia

Email : raissamanika@gmail.com

ABSTRAK

Latar belakang: Dismenore adalah masalah ginekologis umum yang berkaitan dengan siklus menstruasi. Faktor risiko dismenore diantaranya adalah usia menarche, panjang siklus, durasi dan volume menstruasi. Remaja yang mengalami dismenore melaporkan dampak negatif dismenore terhadap kehidupan sosial. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara karakteristik siklus menstruasi dengan dismenore dan kehidupan sosial remaja. **Metode:** Rancangan penelitian yang digunakan adalah Cross Sectional dengan analisis statistik uji Rank Spearman dan Chi Square dengan batas kemaknaan 5%. Populasi dalam penelitian ini adalah 449 siswi dengan kriteria inklusi siswi usia 14-16 tahun yang telah mengalami menstruasi dalam 3 bulan terakhir. Pengambilan data dilakukan dengan menggunakan data primer. Didapatkan besar sampel sebanyak 151 siswi dengan menggunakan teknik total sampling. **Hasil:** Persentase responden yang mengalami dismenore pada penelitian ini adalah sebanyak 90,7% dan 78,8% diantaranya menyatakan bahwa dismenore mengganggu kehidupan sosial mereka. Terdapat hubungan antara durasi ($p=0,006$) dan volume menstruasi ($p=0,004$) dengan dismenore. Terdapat juga hubungan antara volume menstruasi ($p=0,033$) dan dismenore ($p<0,001$) dengan kehidupan sosial remaja. **Kesimpulan:** Karakteristik siklus menstruasi yang berhubungan dengan dismenore adalah durasi dan volume menstruasi serta kehidupan sosial remaja secara signifikan dipengaruhi oleh dismenore.

Kata kunci: Dismenore, remaja, kehidupan sosial, dampak negatif

ABSTRACT

Background: Dysmenorrhea is a common gynecological problem related to the menstrual cycle. Risk factors for dysmenorrhea are age of menarche, length of menstrual cycle, duration and menstrual volume. Teenagers who experienced dysmenorrhea report the negative impact of dysmenorrhea on a social life. This study aimed to determine the relationship between menstrual cycle characteristics with dysmenorrhea and adolescent social life. **Method:** The study design used in this research was Cross Sectional with statistical analysis of Rank Spearman test and Chi Square and a significance limit of 5%. The population in this study were 449 students with the inclusion criteria of female students aged 14-16 who had menstruated in the last 3 months. Data was collected using primary data. Sample of 151 students were obtained using total sampling techniques. **Results:** The percentage of respondents who experienced dysmenorrhea in this study were 90.7% and 78.8% of them stated that dysmenorrhea disrupted their social life. There was a relationship between duration ($p=0.006$) and menstrual volume ($p=0.004$) with dysmenorrhea. The relationship also found between menstrual volume ($p=0.033$) and dysmenorrhea.

e-ISSN 2656-7806 © 2020



Published by Universitas Airlangga. This is an **Open Access (OA)** article distributed under the terms of the Creative Commons Attribution Share-Alike 4.0 International License (<https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/>).

DOI: 10.20473/imhsj.v4i3.2020.280-294

($p < 0.001$) with adolescent social life. **Conclusion:** The characteristics of the menstrual cycle that were associated with dysmenorrhea were duration and menstrual volume and the social life of adolescents were significantly correlated with dysmenorrhea.

Keywords: Dysmenorrhea, adolescents, social life, negative impacts

PENDAHULUAN

Remaja adalah kelompok usia 10 sampai 18 tahun (Permenkes Nomor 25 tahun 2014). Remaja didefinisikan sebagai masa transisi antara anak-anak dan dewasa, ditandai dengan perubahan fisik, psikologis dan sosial. Perubahan fisik yang dialami remaja wanita selama masa transisi dapat menyebabkan gangguan pada siklus menstruasi, diantaranya adalah dismenore (Dayalan *et al.*, 2017).

Dismenore adalah masalah ginekologis umum pada wanita usia reproduksi yang terjadi pada beberapa hari pertama siklus menstruasi (Sahin *et al.*, 2018). Parker dan Lindh melaporkan bahwa prevalensi tertinggi dismenore terjadi pada remaja (Bernardi *et al.*, 2018). Berdasarkan penelitian Hailemeskel, Demissie, dan Assefa (2016), prevalensi dismenore pada remaja adalah sebesar 85,4%.

Dismenore dipengaruhi oleh *usia menarche*, panjang siklus, durasi, serta volume menstruasi. Hal ini berkaitan dengan pelepasan faktor inflamasi dan kesiapan organ reproduksi dalam mengalami perubahan pada masa pubertas (Muluneh *et al.*, 2018). Sejalan dengan pernyataan tersebut, penelitian yang dilakukan oleh Hoppenbrouwers *et al.*, (2016) juga menemukan hubungan antara karakteristik siklus menstruasi dengan dismenore, selain itu ditemukan pula dampak negatif dismenore pada kehidupan sosial sehari-hari diantaranya adalah tidak dapat menghadiri perkuliahan, gangguan konsentrasi saat belajar, partisipasi dalam kegiatan olahraga berkurang, dan adanya keterbatasan untuk mengerjakan tugas sekolah serta bersosialisasi dengan teman.

Memahami prevalensi karakteristik dan gangguan menstruasi pada remaja memiliki implikasi penting bagi perencanaan pelayanan kesehatan dan epidemiologi faktor risiko (Omani *et al.*, 2018). Kurangnya investigasi faktor risiko dismenore pada remaja dapat menyebabkan keterlambatan diagnosis awal dan manajemen kesehatan yang tepat sehingga dapat menyebabkan terjadinya gangguan reproduksi dan penurunan produktivitas dikemudian hari (Dayalan *et al.*, 2017). Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan karakteristik siklus menstruasi dengan dismenore dan kehidupan sosial remaja.

METODE

Metode penelitian yang digunakan ialah analitik observasional dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi kelas X yang berjumlah 449. Sampel dalam penelitian ini adalah siswi kelas X yang hadir dan memenuhi kriteria inklusi, yaitu siswi berusia 14-16 tahun, telah mengalami menstruasi dalam 3 bulan terakhir, dan bersedia menjadi responden penelitian. Responden dikatakan *drop out* apabila tidak hadir pada saat pengambilan data berlangsung dan sedang/memiliki riwayat penyakit ginekologis.

Pengambilan sampel dilakukan dengan metode *total sampling* pada tanggal 27 September 2019 dengan jumlah total 151 responden. Pengambilan data menggunakan data primer dengan membagikan kuesioner terstruktur Parker Sneddon MDOT (*Menstrual Disorders of Teenager*) yang sebelumnya telah digunakan dalam penelitian Hoppenbrouwers *et al.*, (2016) dan *Numeric Pain Rating Scale* (NPRS). Dilakukan analisis bivariat dengan menggunakan *chi square* dan *spearman's rank test* dengan taraf kemaknaan 0,5% atau 0,05. Penelitian ini dinyatakan sudah lulus uji *ethical clearance*.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1 Distribusi frekuensi usia dan prevalensi dismenore responden

No	Jumlah (n)	Persentase (%)
1. Usia (tahun)		
14	5	3,3
15	144	95,4
16	2	1,3
2. Prevalensi Dismenore		
Ya	137	90,7
Tidak	14	9,3

Penelitian ini dilakukan pada siswi SMA dengan rentang usia 14-16 tahun. Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa sebanyak 90,7% responden mengalami dismenore. Prevalensi dismenore di seluruh dunia sangat bervariasi, berkisar antara 50% hingga 90% (Martinez, Zafra, dan Fernandez, 2018). Prevalensi dismenore yang tinggi pada remaja juga didapatkan pada penelitian Subasinghe *et al.*, (2016) yaitu sebesar 88%. Demikian pula pada penelitian Yesuf, Eshete, dan Sisay (2018) yang menunjukkan prevalensi dismenore sebesar 71,8%. Variasi prevalensi dismenore dapat terjadi karena penggunaan instrument diagnostik yang berbeda. Selain itu, penegakan diagnosis dismenore yang dilakukan melalui persepsi nyeri wanita memungkinkan adanya hambatan dalam melakukan pengukuran secara objektif.

Tabel 2 Distribusi frekuensi berdasarkan usia menarche dan onset dismenore

No		Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Usia Menarche		
	<12 tahun	38	25,2
	>12 tahun	113	74,8
2.	Onset Nyeri Menstruasi		
	Belum pernah	14	9,3
	Sejak menarche	73	48,3
	1 tahun setelah menarche	28	18,5
	2 tahun setelah menarche	24	15,9
	3 tahun setelah menarche	12	7,9

Menarche adalah menstruasi pertama dan merupakan salah satu tonggak paling signifikan dalam kehidupan seorang wanita. Pada penelitian ini, didapatkan hasil bahwa sebagian besar responden (74,8%) mengalami *menarche* pada usia >12 tahun. Menurut Dutta, Saikia, dan Prafulla (2018), usia rata-rata saat *menarche* adalah 12,3 tahun, sedangkan dalam penelitian Zhang *et al.*, (2017) *menarche* rata-rata terjadi pada remaja usia 13-14 tahun. Usia *menarche* menunjukkan banyak perbedaan sosial ekonomi, lingkungan, gizi dan geografis di masyarakat, hal inilah yang menyebabkan rata-rata usia *menarche* pada setiap penelitian berbeda (Dayalan *et al.*, 2017).

Berdasarkan data pada tabel 2, dinyatakan bahwa sebanyak 48,3% responden mengatakan nyeri haid terjadi sejak *menarche*, dan 18,5% mengatakan nyeri terjadi 1 tahun setelah *menarche*. Berdasarkan hasil tinjauan teori, nyeri dismenore primer dapat terjadi saat awitan menstruasi, atau 6-12 bulan setelah *menarche* (Lacovides *et al.*, 2015; Bernardi *et al.*, 2018). Pernyataan mengenai onset nyeri menstruasi dapat membantu dalam menegakkan diagnosis dismenore, namun selain itu, masih banyak faktor lain yang berperan dalam penentuan diagnosis pasien.

Tabel 3 Tabulasi silang kategori hubungan usia *menarche* dengan dismenore

Derajat Dismenore	Usia <i>Menarche</i>				Jumlah		Nilai P
	<12 tahun		>12 tahun		f	n (%)	
	F	n (%)	f	n (%)			
Tidak Nyeri	4	28,6	10	71,4	14	100	0,716
Nyeri Ringan	11	22,4	38	77,6	49	100	
Nyeri Sedang	15	23,4	49	76,6	64	100	
Nyeri Berat	8	33,3	16	66,7	24	100	
Jumlah	38	25,2	113	74,8	151	100	

Setelah dilakukan uji statistik bivariat, tidak didapatkan hasil yang signifikan antara usia *menarche* dan dismenore ($p = 0,716$). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Akbarzadeh, Tayebi dan Abootalebi (2017) dimana penelitiannya juga menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia *menarche* dan dismenore. Tidak adanya hasil signifikan pada hasil presentase maupun hubungan antara kedua variabel

tersebut, dapat terjadi karena pada penelitian ini, sebanyak 74,8% responden memiliki usia *menarche* >12 tahun. Hal ini juga sesuai dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Hailemeskel, Demissie, dan Assefa (2016) dimana usia *menarche* tidak secara signifikan berkaitan dengan dismenore yang mungkin terjadi karena banyaknya responden yang memiliki usia *menarche* diatas 13 tahun (82,6%).

Tabel 4 Distribusi frekuensi karakteristik siklus menstruasi responden

No.		Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Siklus Menstruasi		
	<25 hari	58	38,3
	25 – 32 hari	76	50,3
	32 – 38 hari	14	9,3
	≥39 hari	3	2

Siklus menstruasi merupakan daur menstruasi yang terjadi setiap bulan pada wanita, dihitung mulai dari hari pertama menstruasi sampai hari pertama menstruasi di bulan berikutnya. Pada penelitian ini, sebanyak 50,3% responden memiliki panjang siklus menstruasi 25-32 hari. Menurut Harlow, panjang siklus menstruasi yang normal adalah 26-35 hari (Ansong *et al.*, 2019), sedangkan menurut Reed dan Carr (2018) panjang rata-rata siklus menstruasi adalah 28 hari dengan sebagian besar panjang siklus antara 25 hingga 30 hari. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar responden pada penelitian ini memiliki panjang siklus menstruasi normal.

Tabel 5 Tabulasi silang kategori hubungan siklus menstruasi dengan dismenore

Derajat Dismenore	Siklus Menstruasi								Jumlah		Nilai P
	<25 hari	25-32 hari	32-38 hari	>39 hari							
	f	n (%)	f	n (%)	f	n (%)	f	n (%)	f	n (%)	
Tidak nyeri	5	35,7	9	64,3	0	0	0	0	14	100	0,512
Nyeri ringan	16	32,7	26	53,1	6	12,2	1	2	49	100	
Nyeri sedang	26	40,6	32	50	4	6,3	2	3,1	64	100	
Nyeri berat	11	45,8	9	37,5	4	16,7	0	0	24	100	
Jumlah	58	38,4	76	50,3	14	9,3	3	2	151	100	

Menurut Martinez, Zafra, dan Fernandez (2018) salah satu faktor risiko yang terkait dengan dismenore adalah siklus menstruasi yang panjang. Pada penelitian ini dapat disimpulkan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan antara siklus menstruasi dengan dismenore, dengan nilai p = 0,512. Hal ini mungkin terjadi karena hanya sebagian kecil responden yang memiliki siklus menstruasi panjang, yaitu 9,3% pada panjang siklus menstruasi 32-38 hari dan 2% pada panjang siklus >39 hari. Hasil penelitian diatas sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hoppenbrouwers *et al.*, (2016) yang menggunakan skala klasifikasi siklus menstruasi yang sama dengan penelitian ini. Ia menyatakan bahwa prevalensi dismenore meningkat seiring dengan meningkatnya durasi (p<0,01) dan

jumlah kehilangan darah ($p < 0,001$), tetapi tidak dengan panjang siklus menstruasi serta adanya bekuan darah.

Kural *et al.*, (2015) dalam penelitiannya, juga menyatakan bahwa tidak ditemukan adanya hubungan antara siklus menstruasi dan dismenore karena sebagian besar responden (86,7%) memiliki panjang siklus menstruasi normal. Lebih lanjut lagi, ia menjelaskan bahwa hanya sebagian kecil responden yang memiliki siklus > 35 hari (1,5%) dan sisanya 11,8% memiliki panjang siklus antara 22 dan 27 hari, sehingga tidak ada signifikansi yang dapat ditegakkan dengan dismenore. Sebaliknya, penelitian Tavallae *et al.*, (2011), melaporkan hubungan yang signifikan antara dismenore dan interval periode menstruasi. Alasan ketidakkonsistenan ini dapat dijelaskan dengan penggunaan skala yang berbeda untuk klasifikasi intensitas dismenore

Tabel 6 Distribusi frekuensi karakteristik durasi menstruasi responden

No.		Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Durasi Menstruasi		
	1-2 hari	2	1,3
	3-4 hari	13	8,6
	5-6 hari	94	62,3
	> 7 hari	42	27,8

Durasi menstruasi adalah jarak dari hari pertama menstruasi sampai perdarahan menstruasi berhenti. Pada penelitian ini, sebanyak 62,3% responden memiliki durasi menstruasi selama 5-6 hari. Menurut Zhang *et al.*, (2017) durasi perdarahan rata-rata adalah 4-5 hari. Kural *et al.*, (2015) menggambarkan bahwa responden dengan durasi perdarahan lebih dari 5 hari memiliki peluang 1,9 kali lebih tinggi untuk mengalami dismenore. Dalam penelitian Martinez, Zafra, dan Fernandez (2018) juga dinyatakan bahwa 86% responden dengan aliran menstruasi > 5 hari melaporkan nyeri haid dibandingkan dengan responden yang memiliki aliran menstruasi < 5 hari.

Tabel 7 Tabulasi silang kategori hubungan durasi menstruasi dengan dismenore

Derajat Dismenore	Durasi Menstruasi								Jumlah		Nilai P
	1-2 hari		3-4 hari		5-6 hari		≥ 7 hari		f	n	
	f	n (%)	f	n (%)	f	n (%)	f	n (%)	f	n (%)	
Tidak nyeri	0	0	1	7,1	11	78,6	2	14,3	14	100	0,006
Nyeri ringan	1	2	3	6,1	38	77,6	7	14,3	49	100	
Nyeri sedang	0	0	8	12,5	36	56,3	20	31,2	64	100	
Nyeri berat	1	4,2	1	4,2	9	37,5	13	54,1	24	100	
Jumlah	2	1,3	13	8,6	94	62,3	42	27,8	151	100	

Setelah dilakukan uji statistik, diketahui nilai p adalah sebesar 0,006 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara durasi menstruasi dengan dismenore. Hal ini

sejalan dengan penelitian Kural *et al.*, (2015). Pada penelitiannya dilaporkan bahwa dari 84% wanita yang mengalami dismenore, 20% nya memiliki durasi perdarahan >5 hari, dan ditemukan perbedaan signifikan antara durasi menstruasi dan dismenore. Masih pada penelitian Kural *et al.*, (2015), dilaporkan bahwa analisis regresi logistik lebih lanjut menggambarkan peserta dengan durasi perdarahan lebih dari 5 hari memiliki peluang 1,9 kali lebih tinggi untuk mengalami dismenore. Dalam penelitian Martinez, Zafra, dan Fernandez (2018) juga dinyatakan bahwa 86% responden dengan aliran menstruasi >5 hari melaporkan nyeri haid dibandingkan dengan responden yang memiliki aliran menstruasi <5 hari.

Secara teori, durasi menstruasi yang lebih panjang terjadi akibat ketidakstabilan pada lapisan endometrium yang timbul sebagai akibat dari produksi estrogen yang tidak terkendali sehingga menyebabkan kerusakan pada vasokonstriksi dan kontraktilitas miokard (Bayer dan DeCherney dalam Ansong *et al.*, 2019). Selama siklus ovulasi, produksi prostaglandin berlebih dianggap sebagai penyebab rasa sakit pada dismenore. Kehadiran prostaglandin menyebabkan kontraksi miometrium dan vasokonstriksi secara lokal. Peningkatan kadar vasopresin serum, oksida nitrat dan interleukin-6 juga dilaporkan berhubungan dengan dismenore primer (Ansong *et al.*, 2019).

Durasi menstruasi juga ditemukan berhubungan dengan peningkatan keparahan dismenore pada penelitian yang dilakukan oleh Yesuf, Eshete, dan Sisay (2018). Sebaliknya, pada penelitian yang dilakukan Hailemeskel, Demissie, dan Assefa (2016) dilaporkan bahwa durasi menstruasi tidak secara signifikan terkait dengan dismenore. Penjelasan yang mungkin dari hasil penelitian adalah karena mayoritas responden (68,2%) memiliki durasi menstruasi yang normal.

Tabel 8 Distribusi frekuensi karakteristik volume menstruasi responden

No.		Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Volume Menstruasi		
	Ringan	27	17,9
	Sedang	113	74,8
	Berat	11	7,3

Pada penelitian ini didapatkan hasil bahwa sebanyak 74,8% responden memiliki volume menstruasi sedang. Jumlah kehilangan darah saat menstruasi dikategorikan sebagai ringan (<20 mL), sedang (20-80mL), dan berat (>80 mL) (Dasharathy dalam Hui Xu, 2018). Hal ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Hallberg, ia menyatakan bahwa volume khas darah yang keluar selama menstruasi adalah sekitar 30 ml dan jumlah volume darah yang lebih besar dari 80 ml dianggap abnormal (Reed dan Carr, 2018).

Jumlah aliran darah menstruasi terkait dengan peningkatan prevalensi dismenore yang didasari oleh pemikiran bahwa dismenore disebabkan oleh pelepasan faktor inflamasi selama menstruasi, dimana semakin berat aliran menstruasi maka akan semakin banyak faktor inflamasi yang dilepaskan (Muluneh *et al.*, 2018).

Tabel 9 Tabulasi silang kategori hubungan volume menstruasi dengan dismenore

Derajat Dismenore	Volume Menstruasi						Jumlah		Nilai P
	Ringan		Sedang		Berat		f	n	
	f	n (%)	f	n (%)	F	n (%)	f	n (%)	
Tidak nyeri	3	21,4	10	71,4	1	7,2	14	100	0,004
Nyeri ringan	13	26,5	35	71,4	1	2,1	49	100	
Nyeri sedang	9	14,1	52	81,3	3	4,7	64	100	
Nyeri berat	2	8,2	16	66,7	6	25	24	100	
Jumlah	27	17,9	113	74,8	11	7,3	151	100	

Setelah dilakukan uji statistik, diketahui nilai p adalah sebesar 0,004 ($p < 0,05$) yang berarti terdapat hubungan antara volume menstruasi dengan dismenore. Jumlah aliran darah menstruasi terkait dengan peningkatan prevalensi dismenore. Hal ini didasari oleh pemikiran bahwa dismenore disebabkan oleh pelepasan faktor inflamasi selama menstruasi, dimana semakin berat aliran menstruasi maka akan semakin banyak faktor inflamasi yang dilepaskan (Muluneh *et al.*, 2018).

Hubungan yang signifikan secara statistik antara durasi menstruasi dengan kejadian dismenore ditemukan pada penelitian Muluneh *et al.*, (2018) yang menggunakan klasifikasi sama bagi pembagian kategori volume menstruasi (ringan, sedang, dan berat) serta memiliki usia rata-rata responden yang masih berada pada kategori remaja, yaitu 15-19 tahun. Penelitian Habibi *et al.*, (2016) serta Hailemeskel, Demissie, dan Assefa (2016), juga menyatakan bahwa volume perdarahan yang lebih tinggi dan berat memiliki hubungan yang signifikan dengan tingkat keparahan dismenore yang lebih tinggi.

Penjelasan yang paling banyak diterima untuk patogenesis dismenore adalah kelebihan produksi prostaglandin uterus. Peningkatan pelepasan prostaglandin, diduga terjadi akibat disintegrasi sel selama pengelupasan endometrium dan kemudian menyebabkan hiperkontraktilitas miometrium, yang selanjutnya mengakibatkan iskemia serta hipoksia otot uterus, dan pada akhirnya timbul rasa nyeri. Prostaglandin adalah zat intraseluler yang tersebar di berbagai bagian tubuh dan berasal dari asam lemak tak jenuh ganda rantai panjang, seperti asam arakidonat. Prostaglandin telah terbukti memiliki berbagai efek biologis pada berbagai proses fisiologis serta aktivitas patologis termasuk

rasa sakit, peradangan, suhu tubuh, dan pengaturan tidur (Lacovides, Avidon, dan Baker, 2015).

Tabel 10 Distribusi frekuensi derajat dismenore

Derajat Dismenore	Jumlah (n)	Persentase (%)
Tidak nyeri	14	9,3
Nyeri Ringan	49	32,5
Nyeri Sedang	64	42,4
Nyeri Berat	24	15,9
Jumlah	151	100

Dilakukan penilaian menggunakan *Numeric Pain Rating Scale* (NPRS) untuk mengklasifikasikan derajat dismenore dan didapatkan hasil yaitu 32,5% mengalami nyeri ringan, 42,4% nyeri sedang, dan 15,9% nyeri berat. Menurut Biberoglu dan Behrman dalam Bourdel *et al.*, (2015), nyeri dismenore sedang adalah nyeri yang menyebabkan wanita berbaring ditempat tidur, dan sesekali menyebabkan kehilangan efektifitas dalam melakukan kegiatan sehari-hari.

Tabel 11 Distribusi frekuensi kehidupan sosial remaja

No.		Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Terganggu atau Tidak		
	Terganggu	119	78,8
	Tidak Terganggu	32	21,2
2.	Hal yang Mengganggu		
	Tidak ada	32	21,2
	Nyeri perut	51	33,8
	Volume Menstruasi Berat	9	6
	Mual	7	4,6
	Mood Swing	47	31,1
	Tidak Nyaman	5	3,3
3.	Dampak Negatif Menstruasi		
	Ya	77	51
	Tidak	74	49
4.	Jenis Dampak Negatif Menstruasi		
	Tidak ada	74	49
	Tidak dapat hadir ke Sekolah	6	4
	Konsentrasi belajar menurun	41	27,2
	Tidak dapat berolahraga	19	12,7
	Tidak dapat bersosialisasi	11	7,3

Berdasarkan tabel diatas, sebanyak 78,8% responden mengatakan bahwa menstruasi mengganggu kehidupan sosial mereka. Sebanyak 33,8% dan 31,1% responden mengatakan bahwa nyeri perut dan mood swing adalah hal yang paling mengganggu. Sejalan dengan hal tersebut, sebanyak 51% responden merasakan dampak negatif menstruasi terhadap kehidupan sosial dan 27,2% diantaranya mengatakan bahwa dampak negatif dari menstruasi adalah membuat konsentrasi belajar menurun.

Tabel 12 Tabulasi silang kategori hubungan dismenore dengan kehidupan sosial remaja

Derajat Dismenore	Kehidupan Sosial Remaja				Jumlah		Nilai P
	Terganggu		Tidak Terganggu		f	n (%)	
	F	n (%)	f	n (%)			
Tidak Nyeri	6	42,9	8	57,1	14	100	<0,001
Nyeri Ringan	33	67,3	16	32,7	49	100	
Nyeri Sedang	56	87,5	8	12,5	64	100	
Nyeri Berat	24	100	0	0	24	100	
Jumlah	119	78,8	32	21,2	151	100	

Berdasarkan uji statistik bivariat ditemukan hubungan yang signifikan antara dismenore dan kehidupan sosial remaja, dengan nilai p sebesar <0,001. Hasil uji *contingency coefficient* menunjukkan hasil sebesar 0,317 yang berarti hubungan antara volume menstruasi dan dismenore cukup. Hubungan yang signifikan juga ditemukan pada penelitian Hoppenbrouwers *et al.*, (2016) dimana ia menyatakan bahwa, *menstrual symptoms* yang secara signifikan paling mempengaruhi kehidupan sosial remaja adalah dismenore.

Muluneh *et al.*, (2018) menyatakan bahwa dismenore dapat menghasilkan disfungsi pada kehidupan sosial terutama pada remaja dan wanita muda akibat rasa nyeri yang berlebihan. Patofisiologi dismenore primer didasarkan pada ekspresi prostaglandin F2-alpha dan siklooksigenase (COX), dua metabolit asam arakidonat yang disekresikan sebagai respons terhadap peradangan, menyebabkan vasokonstriksi dan kontraksi miometrium, serta menghasilkan iskemia dan nyeri haid (Alvin dalam Tekin, 2015).

Pada tabel 11, dapat dilihat bahwa dari 90,7% responden yang mengalami dismenore, 78,8% diantaranya menyatakan bahwa rasa sakit yang ditimbulkan dari menstruasi mengganggu kehidupan sosial mereka. Berdasarkan hasil tabulasi silang, didapatkan hasil yang signifikan. Responden dengan nyeri ringan dan sedang, sebagian besarnya (67,3% dan 87,5%) merasakan gangguan akibat nyeri menstruasi dan seluruh (100%) responden dengan nyeri berat melaporkan bahwa dismenore mengganggu kehidupan sosial sehari-hari.

Dalam penelitian Aktas (2015) sebanyak 69,7% siswa melaporkan dismenore memiliki efek negatif pada kehidupan sosial sehari-hari. Rasa sakit yang timbul dari dismenore menunjukkan dampak negatif bagi fungsi dan kesejahteraan siswa, diantaranya mengganggu konsentrasi belajar dikelas, presensi sekolah, kegiatan olahraga, dan sosialisasi. Pada penelitian ini, seluruh responden dengan nyeri menstruasi berat melaporkan gangguan kehidupan sosial yang lebih tinggi dibandingkan dengan



responden dengan nyeri menstruasi ringan dan sedang. Hal ini sejalan dengan penelitian Vlachou *et al.*, (2019) yang menyatakan bahwa responden dengan nyeri menstruasi berat secara signifikan melaporkan gangguan kehidupan sosial yang lebih negatif daripada mereka dengan nyeri sedang atau ringan.

Berdasarkan penelitian ini, responden menyatakan bahwa hal yang paling mengganggu dari menstruasi secara berturut-turut adalah nyeri perut (33,8%), *mood swing* (31,1%), volume menstruasi berat (6%), mual (4,6%), dan rasa tidak nyaman (3,3%). Sejalan dengan hal tersebut, sebanyak 51% responden melaporkan bahwa gangguan yang dialami tersebut memberikan dampak negatif pada kehidupan sosial sehari-hari, diantaranya adalah konsentrasi belajar menurun (27,2%), tidak dapat berolahraga (12,7%), tidak dapat bersosialisasi dengan teman (7,3%), dan tidak dapat hadir ke sekolah (4%).

Persentase lebih besar didapatkan pada penelitian Hailemeskel, Demissie, dan Assefa (2016) dimana sebanyak 88,3% responden dengan dismenore melaporkan bahwa dismenore mengganggu kinerja akademik mereka. Dampak negatif dismenore yang paling umum dilaporkan pada penelitian Hailemeskel, Demissie, dan Assefa (2016) adalah; ketidakhadiran di sekolah (80%), kehilangan konsentrasi di kelas (66,8%), berkurangnya partisipasi pada kegiatan kelas (47,4%), partisipasi olahraga terbatas (37,8%), dan terbatasnya kegiatan sosialisasi dengan teman (31,7%). Perbedaan persentase gangguan di antara studi ini dapat disebabkan oleh perbedaan dalam kelompok responden yang dipilih, variasi usia, dan tidak adanya metode yang diterima secara universal untuk mendefinisikan dismenore karena banyak penelitian yang menggunakan definisi dismenore secara berbeda.

Berdasarkan hasil beberapa penelitian diatas, dapat dikatakan bahwa dismenore mempengaruhi kehidupan pribadi remaja dan membatasi kinerja sosial dan akademik mereka. Sebagian besar ketidakhadiran di sekolah telah dikaitkan dengan gangguan menstruasi pada wanita. Gangguan-gangguan ini terkadang sangat mempengaruhi kegiatan sehari-hari remaja wanita di sekolah. Martinez, Zafra, dan Fernandez (2018) juga menyatakan bahwa sebanyak 75,6% responden penelitiannya menyatakan dismenore mempengaruhi kegiatan sehari-hari mereka.

Tabel 13 Kecukupan informasi responden mengenai menstruasi

No.		Jumlah (n)	Persentase (%)
1.	Konsultasi dengan Nakes		
	Ya	15	9,9
	Tidak	136	90,1
2.	Informasi di Sekolah		
	Cukup	67	44,4
	Tidak cukup	84	55,6

Pada tabel 5 diperlihatkan bahwa sebanyak 90,1% responden tidak pernah berkonsultasi dengan tenaga kesehatan mengenai gangguan menstruasi yang dialami. Pada penelitian Subasinghe *et al.*, (2016), dari keseluruhan responden yang mengalami dismenore, hanya 34% diantaranya yang pernah berkonsultasi dengan tenaga kesehatan mengenai gangguan menstruasi termasuk dismenore. Rendahnya persentase ini dapat terjadi karena dismenore dianggap sebagai aspek normal dari siklus menstruasi, sehingga wanita tidak berkonsultasi dan mencari perawatan medis (Subasinghe *et al.*, 2016).

Pada penelitian ini sebanyak 55,6% responden mengatakan bahwa informasi kesehatan reproduksi yang diberikan oleh pihak sekolah tidak cukup memenuhi kebutuhan informasi mengenai menstruasi. Menurut Alsaleem (2018), kurangnya informasi yang diberikan oleh pihak sekolah dapat menjadi salah satu faktor yang menyebabkan remaja tidak berkonsultasi dengan guru mengenai masalah seputar siklus menstruasi. Secara khusus, sikap sosial negatif tentang menstruasi seperti keengganan untuk membahas ketidaknyamanan, informasi yang salah tentang menstruasi, serta kurangnya pendidikan menstruasi dapat mempengaruhi perkembangan dismenore. Penelitian Aktas (2015) menemukan hubungan yang signifikan antara pendidikan yang diterima tentang menstruasi dengan kejadian dismenore. Hasil ini menunjukkan bahwa pendidikan yang cukup mengenai menstruasi dapat membantu mencegah terjadinya nyeri dismenore yang parah.

KESIMPULAN DAN SARAN

Didapatkan prevalensi dismenore yang tinggi pada penelitian ini. Sebagian besar responden memiliki usia *menarche*, panjang siklus, durasi dan volume menstruasi normal. Sebagian besar responden memiliki nyeri dismenore sedang. Karakteristik siklus menstruasi yang berhubungan dengan dismenore adalah durasi dan volume menstruasi serta kehidupan sosial remaja secara signifikan dipengaruhi oleh dismenore. Hasil penelitian ini diharapkan menjadi dasar bagi penelitian selanjutnya tentang faktor risiko



dan dampak dismenore. Tenaga kesehatan dan pihak sekolah diharapkan mampu untuk memberikan informasi yang cukup tentang menstruasi guna meningkatkan kualitas hidup remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Akbarzadeh M, Tayebi N, Abootalebi M. (207). The Relationship between Age at Menarche and Primary Dysmenorrhea in Female Students of Shiraz Schools, *Shiraz E-Med J*, 18(9):e14520. doi: 10.5812/semj.14520
- Aktas, D. (2015). Prevalence and Factors Affecting Dysmenorrhea in Female University Students: Effect on General Comfort Level. *Pain Management Nursing*, 16(4), 534–543. doi:10.1016/j.pmn.2014.10.004
- Alsalem MA. (2018). Dysmenorrhea, associated symptoms, and management among students at King Khalid University, Saudi Arabia: An exploratory study. *J Family Med Prim Care* 7(4): 769–774. doi: 10.4103/jfmpe.jfmpe_113_18 PMID: PMC6131986
- Ansong E, et al. (2019). *Menstrual Characteristics, Disorders and Associated Risk Factors among Female International Students in Zhejiang Province, China: a Cross-sectional Survey*. *BMC Women's Health* 19:35 <https://doi.org/10.1186/s12905-019-0730-5>
- Bernardi M, Lazzeri L, Perelli F, Reis FM, Petraglia F. (2017). Dysmenorrhea and related disorders. *F1000Res*. 5;6:1645. doi: 10.12688/f1000research.11682.1. PMID: 28944048; PMID: PMC5585876.
- Bourdel N, et al. (2015). Systematic Review of Endometriosis Pain Assessment: How To Choose a Scale?. *Human Reproduction Update*, Vol.21, No.1 pp. 136–152, doi:10.1093/humupd/dmu046
- Dayalan V, Rajavelu S, Kumari S, et al. (2017). A study on Menstrual Health in School Going Adolescent Girls from South India. *J. Evid. Based Med. Healthc* 4(77), 4559-4562. DOI: 10.18410/jebmh/2017/910
- Dutta BK, Saikia T, Prafulla M. (2018). Study of Menstrual Cycle Disorders in Adolescent Girls in Relation to BMI. *J. Evid. Based Med. Healthc* 5(47), 3239-3244. DOI: 10.18410/jebmh/2018/659
- Habibi N, Huang MSL, Gan WY, Zulida R, Safavi SM. (2015). Prevalence of Primary Dysmenorrhea and Factors Associated with Its Intensity Among Undergraduate Students: A Cross-Sectional Study. *Pain Manag Nurs*. 2015; 16: 855±861. <https://doi.org/10.1016/j.pmn.2015.07.001> PMID: 26328887
- Hailemeskel S, Demissie A, Assefa N. (2016). Primary Dysmenorrhea Magnitude, Associated Risk Factors, and Its Effect on Academic Performance: Evidence from Female University Students in Ethiopia. *International Journal of Women's Health* 2016;8 489–496 <https://dx.doi.org/10.2147/IJWH.S112768>
- Hoppenbrouwers K, Roelants M, Meuleman C, Rijkers A, Leeuwen KV, Desoete A, D'Hooghe T. (2016). Characteristics of The Menstrual Cycle in 13-year-old Flemish Girls and The Impact of Menstrual Symptoms on Social Life. *Eur J Pediatr* 175:623–630 DOI 10.1007/s00431-015-2681-7

- Hui Xu, et al. (2018). Obesity as an Effect Modifier of The Association between Menstrual Abnormalities and Hypertension in Young Adult Women: Results from Project ELEFANT. *PLoS One* <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0207929>
- Kural M, Noor NN, Pandit D, Joshi T, Patil A. (2015). Menstrual characteristics and prevalence of dysmenorrhea in college going girls. *J Family Med Prim Care* [serial online] 2015 [cited 2019 Dec 12];4:426-31. Available from: <http://www.jfmipc.com/text.asp?2015/4/3/426/161345>
- Lacovides S, Avidon I, Baker FC: (2015). What we know about primary dysmenorrhea today: a critical review. *Hum Reprod Update* 21(6):762-78. doi: 10.1093/humupd/dmv039. Epub 2015 Sep 7. PMID: 26346058.
- Martinez EF, Zafra MDO, Fernandez MLP. (2018). Lifestyle and Prevalence of Dysmenorrhea among Spanish Female University Students. Department of Nursing University of Castilla-La Mancha, Ciudad Real, Spain. *PLoS ONE* 13(8): e0201894 <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0201894>
- Muluneh AA, Nigussie TS, Gebreslasie KZ, Anteneh KT, Kassa ZY. (2018). Prevalence and Associated Factors of Dysmenorrhea among Secondary and Preparatory School Students in Debremarkos Town, North-West Ethiopia. *BMC Women's Health* 18:57 <https://doi.org/10.1186/s12905-018-0552-x>
- Omani Samani, R., Almasi Hashiani, A., Razavi, M., Vesali, S., Rezaeinejad, M., Maroufizadeh, S., & Sepidarkish, M. (2018). The prevalence of menstrual disorders in Iran: A systematic review and meta-analysis. *International journal of reproductive biomedicine*, 16(11), 665–678.
- Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 25 Tahun 2014 tentang Upaya Kesehatan Anak
- Reed BG, Carr BR. The Normal Menstrual Cycle and the Control of Ovulation. (Updated 2018 Aug 5). In: Feingold KR, Anawalt B, Boyce A, et al., editors. Endotext [Internet]. South Dartmouth (MA): MDText.com, Inc.; 2000-. Available from: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/books/NBK279054/>
- Sahin N, Kasap B, Kirli U, Yeniceri N, Topal Y . (2018). Assessment of Anxiety-Depression Levels and Perceptions of Quality of Life in Adolescents with Dysmenorrhea. *Reproductive Health* 15:13 DOI 10.1186/s12978-018-0453-3
- Subasinghe AK, Happo L, Jayasinghe YL, Garland SM, Gorelik A, Wark JD. (2016). Prevalence and severity of dysmenorrhoea, and management options reported by young Australian women. *Aust Fam Physician* 45: 829±834. Available: <http://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/27806454> PMID: 27806454
- Tavallae, M., Joffres, M. R., Corber, S. J., Bayanzadeh, M., & Rad, M. M. (2011). The prevalence of menstrual pain and associated risk factors among Iranian women. *Journal of Obstetrics and Gynaecology Research*, 37(5), 442–451. doi:10.1111/j.1447-0756.2010.01362.x
- Tekin, Y. B., Güvendağ Güven, E. S., Kirbas, A., Üstüner, I., Doğan, O. D., Balik, G., & Şahin, F. K. (2015). The Role of Hypoxia at Primary Dysmenorrhea, Utilizing a Novel Hypoxia Marker—Scube1. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 28(1), 63–65. doi:10.1016/j.jpag.2014.05.001
- Vlachou E, et al. (2019). Prevalence, Wellbeing, and Symptoms of Dysmenorrhea among University Nursing Students in Greece. *Diseases* 2019, 7, 5; doi:10.3390/diseases7010005
- Yesuf TA, Eshete NA, Sisay EA. (2018). Dysmenorrhea among University Health Science Students, Northern Ethiopia: Impact and Associated Factors. *International*



Journal of Reproductive Medicine Volume, Article ID 9730328,
<https://doi.org/10.1155/2018/9730328>

Zhang Q, Wang YY, Zhang Y, Zhang HG, Yang Y, He Y, Xu JH, Zhao J, Peng ZQ, Ma X. (2017). The influence of age at menarche, menstrual cycle length and bleeding duration on time to pregnancy: a large prospective cohort study among rural Chinese women. *BJOG* 124(11):1654-1662. doi: 10.1111/1471-0528.14469. Epub 2017 Jan 27. PMID: 28128508