

Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X

Psiari Kusuma Wardani¹, Fitriana², Saras Cipta Casmi³

^{1,2,3}Program Studi Kebidanan Sarjana Terapan, Universitas Aisyah Pringsewu
e-mail: psiarikusumawardani@gmail.com

Abstract

Dysmenorrhea is a pain that occurs during menstruation, where it is caused by uterine contractions during menstrual bleeding which can last between 32-48 hours. The incidence of dysmenorrhea in the world is 1,769,425 if (90%) experience dysmenorrhea, 10-15% of them experience severe dysmenorrhea. In Indonesia the incidence of dysmenorrhea is 64.25%. While the data at Lampung province level in 2014 found 40% of women who experienced primary dysmenorrhea to the absence of these students in classroom learning activities. The purpose of this study was to determine the relationship of the menstrual cycle and age of menarche with primary dysmenorrhea in class X students at SMA Negeri 15 Bandar Lampung in 2020.

The design used in this study was an analytic survey with cross sectional approach. The population in this study were all class X students in SMA Negeri 15 Bandar Lampung in 2020, which amounted to 106 students. Sampling of this study used a total sampling method. How to collect data using questionnaires. Univariate analysis in the form of frequency distribution and bivariate analysis using chi square test.

The results obtained from 106 respondents obtained the proportion of primary dysmenorrhea of 67.9%, the proportion of abnormal menstrual cycles of 67.9% and the proportion of menarche age <12 years by 64.2%. The results of the analysis of the relationship of the menstrual cycle with primary dysmenorrhea obtained p-value = 0,000 while the relationship between menarche and primary dysmenorrhea obtained p-value = 0,000. The conclusion is that there is a relationship between the cycles of menstruation, age of menarche and primary dysmenorrhea in class X students at SMA Negeri 15 Bandar Lampung in 2020. Suggestions that can be given for SMA Negeri 15 Bandar Lampung students are to reduce menstrual pain (Dysmenorrhea), that is by implementing a healthy lifestyle, eating nutritious foods, not too heavy activities, light exercise and adequate rest.

Keywords: Menstrual Cycle, Menarche Age, Primary Dysmenorrhea

Abstrak

Dismenore merupakan rasa nyeri yang terjadi saat menstruasi, dimana hal ini disebabkan karena adanya kontraksi uterus sewaktu pengeluaran darah menstruasi yang dapat berlangsung antara 32-48 jam. Kejadian Dismenore di dunia didapatkan 1.769.425 jika (90%) yang mengalami dismenore, 10 – 15% diantaranya, mengalami dismenore berat. Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25%. Sedangkan data di tingkat provinsi Lampung tahun 2014 didapatkan 40% wanita yang mengalami dismenore primer sampai menyebabkan absennya siswi tersebut dalam kegiatan belajar di kelas. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan siklus menstruasi dan usia menarche dengan dismenore primer pada siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020.

Desain yang digunakan dalam penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020 yang berjumlah 106 siswi. Pengambilan sampel penelitian ini menggunakan metode total sampling. Cara pengumpulan data dengan menggunakan kuisioner. Analisis univariat berupa distribusi frekuensi dan analisis bivariat dengan menggunakan uji chi square.

Hasil penelitian diperoleh dari 106 responden diperoleh proporsi dismenore primer sebesar 67,9%, proporsi siklus menstruasi tidak normal sebesar 67,9% dan proporsi usia menarche < 12 tahun sebesar 64,2%. Hasil analisis hubungan siklus menstruasi dengan dismenore primer diperoleh p-value = 0,000 sedangkan hubungan menarche dengan dismenore primer diperoleh p-value = 0,000. Kesimpulannya yaitu ada hubungan antara siklus menstruasi, usia menarche dengan dismenore primer pada siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020. Saran yang dapat diberikan bagi siswi SMA Negeri 15 Bandar Lampung adalah untuk mengurangi nyeri haid (Dismenore) yaitu dengan cara menerapkan gaya hidup sehat, makan-makanan yang bergizi, beraktivitas jangan terlalu berat, olahraga ringan serta istirahat yang cukup.

Kata Kunci : Siklus Menstruasi, Usia Menarche, Dismenore Primer

1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari pubertas ke dewasa, yaitu pada umur 11-20 tahun. Pada masa peralihan tersebut individu matang secara fisiologik, psikologik, mental emosional dan sosial. Masa remaja ditandai dengan munculnya karakteristik seks primer, hal tersebut dipengaruhi oleh mulai bekerjanya kelenjar reproduksi. Kejadian yang muncul saat pubertas adalah pertumbuhan badan yang cepat, timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, *menarche* dan perubahan psikis. Pada wanita, pubertas ditandai dengan terjadinya haid atau menstruasi. Haid merupakan proses keluarnya darah dari rahim melalui vagina setiap bulan selama masa usia subur (Farid, 2016). Terjadinya menstruasi yang pertama kali dialami oleh seorang wanita biasanya terdapat gangguan kram, nyeri dan ketidaknyamanan yang dihubungkan dengan menstruasi disebut *dismenore*. Kebanyakan wanita mengalami tingkat kram yang bervariasi, pada beberapa wanita hal ini muncul dalam bentuk rasa tidak nyaman, sedangkan beberapa yang lain menderita rasa sakit yang mampu menghentikan aktivitas sehari-hari dan terganggunya siklus menstruasi (Nurwana, 2016).

Data WHO (*World Health Organization*) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami *dismenore*, 10-15% diantaranya mengalami *dismenore* berat. Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan diberbagai negara dengan hasil yang mencengangkan, dimana kejadian *dismenore* primer disetiap negara dilaporkan lebih dari 50%. Prevelensi *dismenore* primer di Amerika Serikat tahun 2012 pada wanita umur 12-17 tahun adalah 59,7% dengan derajat kesakitan 49% *dismenore* ringan, 37% *dismenore* sedang dan 12% *dismenore* berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak masuk sekolah. Penelitian yang dilakukan pada remaja putri Turki ditemukan 31,2 % mengalami ketidak teraturan siklus menstruasi dikarenakan *dismenore* primer (Nurwana, 2017).

Di Indonesia angka kejadian *dismenore* sebesar 64,25% yang terdiri dari *dismenore* primer sekitar 54,89% sedangkan sisanya penderita dengan *dismenore* sekunder (Info sehat, 2008 dalam Eka 2014). *Dismenore* terjadi pada remaja dengan prevelensi berkisar antara 43% hingga 93%, dimana sekitar 74-80% remaja mengalami *dismenore* ringan, sementara angka kejadian endometriosis pada remaja yang tidak memberikan respon positif terhadap penanganan untuk nyeri haid, endometriosis ditemukan pada 67% kasus. Kelainan terjadi pada 60-70% wanita di Indonesia dengan 15% diantaranya mengeluh bahwa aktivitas mereka menjadi terbatas akibat *dismenore* (Nurwana, 2017).

Berdasarkan penelitian di SMA Negeri 8 Kendari menunjukkan bahwa dari 72 responden (100%), terdapat 33 responden (45,8%) yang mengalami lama menstruasi resiko tinggi terhadap kejadian *dismenore* dan 39 responden (54,2%) yang mengalami lama menstruasi resiko rendah terhadap kejadian *dismenore*. Diperoleh hasil bahwa terdapat 90,3% remaja putri yang mengalami kejadian *dismenore* (Nurwana, 2016). Sedangkan penelitian yang dilakukan dewi (2011) di SMK Kota Surakarta, dari responden mengalami *dismenore* sebanyak 56,7%. Siswi yang mengalami penurunan kegiatan belajar di kelas pada saat *dismenore* sebanyak 61,7% sedangkan yang tidak mengalami penurunan kegiatan belajar pada saat *dismenore* sebanyak 38,3%. Hasil penelitian Sophia, *et al* (2013) yang dilakukan di SMK Negeri 10 Medan, menunjukkan bahwa hubungan antara usia *menarche* menstruasi dengan kejadian *dismenore* primer ($p=0,03/0,046$), responden yang mengalami *dismenore* paling banyak terjadi pada usia *menarche* ≤ 12 tahun sebanyak 83,7% .

Menurut data ditingkat Provinsi Lampung tahun 2014 presentase rata-rata remaja perempuan di Lampung mengalami haid sekitar 40% dari wanita-wanita usia yang produktif mengalami gejala-gejala *dismenore* yang cukup untuk mempengaruhi hidup mereka sehari-hari sampai taraf tertentu dan sebanyak 3% sampai 5% mengalami kelemahan cukup parah sampai mengganggu kehidupan mereka (Dinkes Lampung, 2014). Berdasarkan data dibuku register Rumah Sakit Graha Husada Bandar Lampung tahun 2018, ruangan poliklinik kebidanan terdapat kasus *dismenore* pada usia 14 - 40 tahun mengalami *dismenore* sebanyak 20 orang (10%) dari 200 pasien mengalami penyakit ginekologis, yang konsul ke dokter Spesialis *Obygine* dan ginekologi. Kebanyakan pasien konsul dengan keluhan nyeri saat menstruasi yang sangat hebat sampai mengganggu kegiatan sehari-hari dan sampai diberi pengobatan analgetik (Register Rumah Sakit Graha Husada, 2018).

Dismenore merupakan rasa nyeri yang terjadi saat menstruasi, dimana hal ini disebabkan karena adanya kontraksi otot uterus sewaktu pengeluaran darah menstruasi yang dapat berlangsung antara 32-48 jam. Kejadian ini dianggap normal dalam proses menstruasi, dengan derajat nyeri yang

yang berbeda-beda. Pada remaja, kejadian dismenore lebih banyak merupakan *dismenore* primer (nyeri menstruasi normal) dimana kejadian ini dapat berkurang intensitas nyerinya disaat seorang perempuan telah melahirkan / sejalan bertambahnya usia. Akan tetapi, pada beberapa kasus *dismenore* (*dismenore* sekunder) diakibatkan karena faktor penyakit yang berkaitan dengan organ reproduksi (Pintam, 2018). Ada beberapa faktor resiko penyebab terjadinya *dismenore* primer, antara lain riwayat keluarga, usia < 30tahun, usia menarce dini(< 12 tahun), siklus menstruasi yang lebih panjang, nulipara, indeks massa tubuh rendah, status sosial ekonomi yang rendah dan Aktivitas fisik (Nada, 2015). Sedangkan menurut Pintam (2018) Gangguan haid disebabkan berbagai faktor seperti berat badan, aktivitas fisik, stres, diet, paparan lingkungan, sinkronisasi proses menstruasi, gangguan endokrin, gangguan perdarahan dan siklus menstruasi.

Siklus menstruasi adalah daur ulang atau perputaran menstruasi pada seorang wanita. Lebih jelasnya, siklus menstruasi adalah daur menstruasi yang terjadi setiap bulan pada wanita produktif, kecuali wanita tersebut hamil. Siklus menstruasi dihitung dari hari pertama menstruasi sampai tepat satu hari pertama menstruasi bulan berikutnya. Siklus menstruasi tersebut antara satu wanita dengan wanita lain tidak sama. Artinya, siklus itu bervariasi, yakni dari mulai 18 sampai 40 hari dan rata-rata 28 hari. Sementara itu, siklus menstruasi yang normal terjadi setiap 21-35 hari sekali, dengan lama hari menstruasi berkisar 3-7 hari. Menurut perhitungan para ahli, wanita akan mengalami 500 kali menstruasi selama hidupnya (Siti, 2015).

Menarce atau menstruasi pertama pada umumnya dialami remaja pada usia 13 – 14 tahun, namun pada beberapa kasus dapat terjadi pada usia \leq 12 tahun. Umur *menarce* yang terlalu muda (\leq 12 tahun) dimana organ – organ reproduksi belum berkembang secara maksimal dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit pada saat menstruasi. karena organ reproduksi wanita belum berfungsi secara maksimal (Sophiah, 2013). Usia *menarce* yang terlalu cepat pada sebagian remaja putri dapat menimbulkan keresahan karena secara mental mereka belum siap. Perkembangan terakhir menunjukkan bahwa resiko terjadinya kanker payudara lebih tinggi pada wanita yang mengalami *menarce* di bawah usia 12 tahun. *Dismenore* berkaitan dengan *menarce*, remaja yang *menarce* pada usia yang lebih muda memiliki risiko mengalami *dismenore* lebih tinggi dibandingkan dengan remaja yang *menarce* pada usia normal. Faktor risiko lain yang berpengaruh terhadap *dismenore* adalah siklus menstruasi dan lamanya menstruasi (Zaskiah, 2017).

Berdasarkan hasil *PreSurvey* yang dilakukan di SMA Negeri 15 Bandar Lampung, didapatkan hasil bahwa terdapat 20 siswi sebagai responden, 75% (15 siswi) mengalami *dismenore* primer dan kadang ada yang sampai meminta izin untuk pulang karena tidak tahan terhadap nyeri haid yang mereka alami dan sampai menyebabkan absennya siswi tersebut sehingga dapat mengganggu kegiatan belajar dikelas bahkan sampai meminta izin ke UKS dan izin pulang lebih dulu. Dari uraian diatas, maka penulis tertarik melakukan penelitian dengan judul “Hubungan siklus menstruasi dan usia *menarce* dengan *dismenore* primer pada siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020”.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan adalah survey analitik, yaitu penelitian dari analisis korelasi dapat diketahui seberapa jauh kontribusi faktor resiko tertentu terhadap adanya suatu kejadian tertentu (efek) (Notoadmodjo, 2012). Penelitian ini menggunakan desain penelitian survey analitik dengan pendekatan *cross sectional* untuk mempelajari hubungan siklus menstruasi dan usia *menarce* dengan *dismenore* primer. Dalam penelitian *cross sectional*, pengumpulan data untuk jenis penelitian ini, baik untuk variabel sebab (variabel independen) maupun variabel akibat (variabel dependent) pada objek penelitian diukur atau dikumpulkan secara simultan (dalam waktu yang bersamaan). Peneliti menggunakan rancangan *cross sectional* untuk mengetahui hubungan siklus menstruasi dan usia *menarce* dengan *dismenore* primer pada saat bersamaan.

Populasi penelitian adalah keseluruhan subjek penelitian atau objek yang diteliti (Notoadmodjo, 2012). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung yang berjumlah 106 siswi. Pada penelitian ini seluruh populasi dijadikan sampel, maka sampel dalam penelitian ini sebanyak 106 siswi. Teknik pengambilan sampel menggunakan metode total sampling.

Kriteria Inklusi dan Eksklusi dalam penelitian ini adalah :

a. Kriteria Inklusi

- 1) Siswi kelas X SMA Negeri 15 Bandar Lampung.
- 2) Siswi yang sudah mengalami menstruasi.
- 3) Siswi yang bersedia menjadi responden penelitian.

b. Kriteria Eksklusi

- 1) Siswi yang tidak hadir saat penelitian
- 2) Siswi yang mempunyai penyakit ginekologik yang dapat menyebabkan *dismenore* sekunder, seperti leiomioma, adenomiosis, polip atau endometriosis.
- 3) Siswi yang mengonsumsi obat anti nyeri yang lama dan obat hormonal.
- 4) Siswi yang menderita penyakit kronis yang dapat mengganggu status gizi (penyakit infeksi, penyakit hormon, keganasan).

Alat ukur yang digunakan untuk mengukur siklus menstruasi dan usia *menarche* dengan *dismenore* primer pada siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung adalah kuisioner. Kuisioner yaitu sejumlah pertanyaan tertulis yang digunakan untuk memperoleh informasi dari responden dalam arti laporan tentang pribadinya atau hal-hal yang ia ketahui. Untuk memperoleh informasi dari responden, peneliti menggunakan pengumpulan data berupa kuesioner yang disusun sendiri oleh peneliti dengan berpedoman pada konsep dan tinjauan pustaka.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

1) *Dismenore* Responden

Tabel 1

Distribusi Frekuensi *Dismenore* Primer pada Siswi Kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020

<i>Dismenore</i> Primer	Frekuensi	%
<i>Dismenore</i> Primer	72	67,9
Tidak <i>Dismenore</i> Primer	34	32,1
Jumlah	106	100

Berdasarkan tabel 1 Menunjukkan bahwa dari 106 siswi terdapat 67,9 % (72 siswi) yang mengalami *dismenore* primer.

2) Siklus Menstruasi Responden

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Siklus Menstruasipada Siswi Kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020

Siklus Menstruasi	Frekuensi	%
Tidak Normal	72	67,9
Normal	34	32,1
Jumlah	106	100

Berdasarkan tabel 2 menunjukkan bahwa dari 106 siswi terdapat 67,9 % (72 siswi) yang mengalami siklus menstruasi tidak normal.

3) Usia *Menarche* Responden

Tabel 3

Distribusi Frekuensi Usia *Menarche* pada Siswi Kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020

Usia <i>Menarche</i>	Frekuensi	%
Usia < 12 Tahun	68	64,2
Usia > 12 Tahun	38	35,8
Jumlah	106	100

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan bahwa dari 106 siswi terdapat 64,2 % (68 siswi) yang mengalami usia *menarche* < 12 Tahun.

b. Analisis Bivariat

- 1) Hubungan Siklus Menstruasi dengan *Dismenore* Primer pada Siswi Kelas X Di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020.

Tabel 4
Hubungan Siklus Menstruasi dengan *Dismenore* Primer pada Siswi Kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020

Siklus Menstruasi	Dismenore Primer				Total		pvalue	OR/C1 (95%)
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Tidak normal	62	86,1	10	13,9	72	100	0,000	14,880 (5,501-
Normal	10	29,4	24	70,6	34	100		40,252)

Berdasarkan Tabel 4 menunjukkan bahwa dari 72 responden yang menstruasinya tidak teratur, sebanyak 62 responden (86,1%) mengalami *dismenore* primer dan 10 responden (13,9%) tidak mengalami *dismenore* primer. Sedangkan dari 34 responden yang menstruasinya teratur, sebanyak 24 responden (70,6%) tidak mengalami *dismenore* primer dan 10 responden (29,4%) mengalami *dismenore* primer. Hasil uji statistik *chi square* didapat nilai nilai *p-value* < α (0,000 < 0,05) yang berarti H_0 ditolak, sehingga disimpulkan ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara Siklus Menstruasi dengan Kejadian *Dismenore* Primer pada siswi di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020. Dari analisis keeratan hubungan menunjukkan nilai *Odd Ratio* (OR) 14,880 yang berarti bahwa responden yang siklus menstruasinya tidak teratur mempunyai peluang 14 kali lebih besar mengalami kejadian *dismenore* primer saat menstruasi dibandingkan dengan responden yang siklus menstruasinya teratur.

- 2) Hubungan Usia *Menarche* dengan *Dismenore* Primer Pada Siswi Kelas X Di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020

Tabel 5
Hubungan Usia *Menarche* dengan Kejadian *Dismenore* Primer pada Siswi di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020

Usia Menarche	Dismenore Primer				Total		pvalue	OR/C1 (95%)
	Ya		Tidak		n	%		
	n	%	n	%				
Usia < 12 tahun	62	91,2	6	8,8	68	100	0,000	28,933
Usia > 12 tahun	10	26,3	28	73,7	38	100		(9,572 – 87,456)

Berdasarkan Tabel 4.5 menunjukkan bahwa dari 68 responden yang usia *menarche* < 12 tahun, sebanyak 62 responden (91,2%) mengalami *dismenore* primer dan 6 responden (8,8%) tidak mengalami *dismenore* primer. Sedangkan dari 38 responden yang usia *menarche* > 12 tahun , sebanyak 28 responden (73,7%) tidak mengalami *dismenore* primer dan 10 responden (26,3%) mengalami *dismenore* primer. Hasil uji statistik *chi square* didapat nilai nilai *p-value* < α (0,000 < 0,05) yang berarti H_0 ditolak, sehingga disimpulkan ada hubungan yang bermakna (signifikan) antara Usia *Menarche* dengan Kejadian *Dismenore* Primer pada siswi di SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020. Dari analisis keeratan hubungan menunjukkan nilai *Odd Ratio* (OR) 28,933 yang berarti bahwa responden dengan usia *menarche* < 12 tahun mempunyai peluang 28 kali lebih besar mengalami kejadian *dismenore* primer saat menstruasi dibandingkan dengan responden yang usia *menarche* > 12 tahun.

Pembahasan

1) *Dismenore Primer pada Siswi Kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020.*

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 106 responden di kelas X SMA Negeri 15 Bandar Lampung menunjukkan bahwa terdapat 67,9% (72 siswi) mengalami *dismenore* primer dan 32,1% (34 siswi) yang tidak *dismenore* primer. Penelitian ini sesuai dengan teori Alaettin (2010) dalam Zaskia (2017) *dismenore* primer adalah nyeri menstruasi pada wanita dengan anatomi panggul normal, biasanya dimulai saat remaja. Sedangkan pernyataan dari Kusmiran (2011) *dismenore* merupakan keadaan dimana timbul nyeri yang hebat pada saat menstruasi.

Dismenore primer disebabkan oleh zat kimia alami yang diproduksi oleh sel-sel lapisan dinding rahim yang disebut prostaglandin. Prostaglandin akan merangsang otot-otot halus dinding rahim berkontraksi. Makin tinggi kadar prostaglandin, kontraksi akan makin kuat, sehingga rasa nyeri yang dirasakan juga makin kuat (Ernawati *et al*, 2017). Angka kejadian *dismenore* di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72% sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri menstruasi (Gustina, 2015 dalam Indah *et al* 2019).

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan Indah *et al* (2019) pada remaja di SMA N 1 Manado didapati bahwa dari 92 responden yang termasuk dalam kriteria inklusi sebagian besar mengalami *dismenore* yaitu 74 orang (80,5%), sedangkan 18 lainnya tidak mengalami *dismenore* (19,4%) Hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden di SMA Negeri 1 Manado mengalami *dismenore*. Sedangkan penelitian yang dilakukan Putri Yanti Lubis tahun 2018 di SMA Dharma Sakti Medan didapat sampel sebanyak 42 responden yang mengalami *dismenore* primer sebanyak 26 responden (86,7%) sedangkan 4 responden (13,3%) tidak mengalami *dismenore* primer.

Peneliti berasumsi keterkaitan *dismenore* primer disebabkan prostaglandin yang merangsang otot-otot halus dinding rahim berkontraksi. Menurut Blake (2011) *Dismenore* primer terjadi akibat pelepasan prostaglandin dan leukotrien dari degenerasi endometrium setelah pengaruh progesteron dari korpus luteum menurun. Makin tinggi kadar prostaglandin, kontraksi pelepasan leukotrien ini menyebabkan meningkatnya tonus uterus dan meningkatnya frekuensi dan kontraksi uterus dsiritmik, menyebabkan sensitivitas saraf nyeri terhadap bradinin dan stimulasi fisik lainnya.

2) *Siklus Menstruasi pada Siswi Kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020.*

Hasil penelitian yang dilakukan di kelas X SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020 didapatkan bahwa terdapat 32,1% (34 siswi) dengan siklus menstruasi normal 67,9% (72 siswi) dengan siklus menstruasi tidak normal.

Penelitian ini sesuai dengan pernyataan Siti (2016), siklus menstruasi dihitung dari hari pertama menstruasi sampai tepat satu hari pertama menstruasi bulan berikutnya. Siklus menstruasi tersebut antara satu wanita dengan wanita lain tidak sama. Artinya, siklus itu bervariasi, yakni dari mulai 18 sampai 40 hari dan rata-rata 28 hari. Namun, hanya sekitar 10-15% saja wanita yang memiliki siklus 28 hari. Sementara itu, siklus menstruasi yang normal terjadi setiap 21-35 hari sekali, dengan lama hari menstruasi sekitar 3-7 hari. Menurut perhitungan para ahli, wanita akan mengalami 500 kali menstruasi selama hidupnya.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Indah *et al* (2019) di SMA Negeri 1 Manado tahun 2019, hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 92 responden, yang mengalami siklus haid normal sebanyak 35 orang dengan presentase 38,0%. yaitu sebanyak 35 responden memiliki siklus haid berkisar antara 21-35 hari. Angka ini termasuk kategori minoritas mengingat dari jumlah keseluruhan responden, hanya 35 orang yang mengalami siklus haid normal, hal ini menunjukkan bahwa mayoritas responden yang diteliti mengalami gangguan siklus haid yaitu sebanyak 57 orang (62,0%) yang terbagi baik siklus haid polimenore, maupun oligomenore.

Peneliti berasumsi siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari (ada pula setiap 21-35 hari) yaitu pada hari 1-14 terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormone FSH. Lamanya menstruasi dapat dipengaruhi oleh keadaan *dismenore* atau gejala lain seperti sindrom premenstruasi. Gangguan perdarahan menstruasi dapat menimbulkan resiko patologis apabila

dihubungkan dengan banyaknya kehilangan darah, mengganggu aktivitas sehari-hari, adanya indikasi inkompatibel ovarium pada saat konsepsi atau adanya tanda-tanda kanker (Kusmiran, 2014).

Konsep disfungsi menstruasi secara umum adalah terjadinya gangguan dari pola perdarahan menstruasi seperti *menorrhagia* (perdarahan yang banyak dan lama), *oligomenorrhoea* (menstruasi yang jarang), *polymenorrhoea* (menstruasi yang sering), *amenorrhoea* (tidak haid sama sekali). Disfungsi menstruasi ini berdasarkan fungsi dari ovarium yang berhubungan dengan anovulasi dan gangguan fase luteal. Disfungsi ovarium tersebut dapat menyebabkan gangguan pola menstruasi (Kusmiran, 2014).

3) Usia *Menarche* Pada Siswi Kelas X Di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020.

Hasil penelitian yang dilakukan di kelas X SMA Negeri 15 Bandar Lampung tahun 2020 didapatkan bahwa terdapat 35,8% (38 siswi) dengan usia *menarche* > 12 tahun dan 64,2% (68 siswi) dengan usia *menarche* < 12 tahun. Menurut Hinchliff (2003) dalam Zaskiah (2017) *menarche* merupakan adalah periode menstruasi yang pertama terjadi pada pubertas seorang wanita. Usia *menarche* yang ideal adalah 12 sampai dengan 14 tahun dan dikatakan *menarche* dini jika usia dibawah 12 tahun. Sedangkan menurut Manuaba (2009) *menarche* merupakan usia pertama kali seorang remaja putri mengalami menstruasi.

Hasil penelitian ini juga sesuai dengan Sophia *et al* (2013) yang dilakukan di SMK Negeri 10 Medan tahun 2013. Didapatkan sampel sebanyak 171 siswi yang mengalami usia *menarche* <12 tahun berjumlah 86 siswi (50,3%) dan usia *menarche* >12 tahun 85 siswi (49,7%). Sedangkan penelitian yang dilakukan Sari *et al* (2014) pada siswi di SMK Swasta Istiqlal Kabupaten Deli Serdang, dari 130 siswi sebagai responden, didapatkan usia *menarche* <12 tahun 73 siswi (56,2%) dan usia *menarche* >12 tahun 57 siswi (43,8%). Peneliti berasumsi keterkaitan usia *menarche* yang terjadi < 12 tahun dipengaruhi oleh hormon gonadotropin diproduksi sebelum anak berumur 8 tahun. Hormon ini merangsang ovarium sehingga ciri-ciri kelamin sekunder, *menarche* dan kemampuan reproduksi terdapat sebelum waktunya (Sarwono, 2005).

Menarche dipengaruhi oleh beberapa faktor, salah satunya yaitu status sosial ekonomi keluarga yang mempunyai peranan penting dalam hal percepatan usia *menarche* saat ini. Tingkat sosial ekonomi keluarga akan mempengaruhi kemampuan keluarga di dalam hal kecukupan gizi terutama gizi anak perempuan. Nutrisi yang semakin baik menyebabkan *menarche* terjadi lebih awal. Selain itu, rangsangan audio visual juga memberikan pengaruh terhadap *menarche* (Sukarni dan Wahyu, 2013). Pada wanita terjadi pada usia 11-13 tahun. Pada permulaan, hanya estrogen saja yang dominan. Dominannya estrogen pada permulaan menstruasi sangat penting karena menyebabkan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan tanda seks sekunder itu sebabnya pada permulaan pendarahan sering tidak teratur karena bentuk menstruasinya anovulatoir (tanpa pelepasan telur) (Manuaba, 2010).

4) Hubungan Siklus Menstruasi dengan *Dismenore* Primer pada Siswi Kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020

Berdasarkan penelitian diatas tentang hubungan siklus menstruasi dengan *dismenore* primer pada siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung didapatkan dari 86,1 % (62 responden) yang menstruasinya tidak teratur dan menderita *dismenore* primer dengan p-value = 0,000 atau (p-value < α 0,05) yang berarti terdapat hubungan antara siklus menstruasi dengan *dismenore* primer. Nilai *odds ratio* sebesar 14,880 yang berarti bahwa siswi yang mempunyai siklus menstruasi tidak normal berisiko 14,880 kali untuk terjadi *dismenore* primer dibandingkan dengan siswi yang mempunyai siklus menstruasi normal.

Penelitian ini sesuai dengan teori Kusmiran (2014) yang menyatakan bahwa konsep disfungsi menstruasi secara umum adalah terjadinya gangguan dari pola perdarahan menstruasi seperti *menorrhagia* (perdarahan yang banyak dan lama), *oligomenorrhoea* (menstruasi yang jarang), *polymenorrhoea* (menstruasi yang sering), *amenorrhoea* (tidak haid sama sekali). Disfungsi menstruasi ini berdasarkan fungsi dari ovarium yang berhubungan dengan anovulasi dan gangguan fase luteal. Disfungsi ovarium tersebut dapat menyebabkan gangguan pola menstruasi. Lamanya menstruasi dapat dipengaruhi oleh keadaan *dismenore* atau gejala lain seperti sindrom premenstruasi.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Juliana *et al* (2019) di SMA Negeri 1 Manado, didapatkan sampel yang terdiri atas 92 siswi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa didapatkan nilai $p\text{-value} = 0,023$ $p < \alpha$ (0,05), hal ini menunjukkan bahwa adanya hubungan antara *dismenore* primer dengan gangguan siklus menstruasi. Peneliti berasumsi keterkaitan siklus menstruasi dengan *dismenore* disebabkan oleh serangkaian hormon yang diproduksi oleh tubuh yaitu Luteinizing hormon, Follicle hormon, Follicle stimulating hormon dan esteogen. Hormon LH (luteinizing hormon) surge yaitu kenaikan LH secara tiba-tiba akan mendorong sel telur keluar dari ovarium. Sel telur biasanya dilepaskan dalam waktu 16-32 jam setelah terjadi peningkatan LH. Hal inilah yang menyebabkan beberapa wanita merasakan nyeri *dismenore* primer pada bagian perut bawah pada saat hal ini terjadi (Kusmiran, 2014).

Prostaglandin juga berperan pada awal menstruasi. Pemberian prostaglandin pada wanita yang tidak hamil ternyata dapat menimbulkan menstruasi. Hal ini mungkin prostaglandin tersebut menyebabkan vasokonstriksi dari arteriol di dalam endometrium. Di dalam darah haid ditemukan banyak prostaglandin dan pemberian prostaglandin menyebabkan meningkatnya keluhan yang menyerupai *dismenore* primer, yang umumnya hal ini terjadi pada menstruasi ovulator normal, yang permulaannya disebabkan oleh penurunan kadar progesterone (Kusmiran, 2014). Untuk mencegah terjadinya masalah siklus menstruasi yang tidak normal sebaiknya pihak sekolah memberikan informasidan meningkatkan pengetahuan siswinya tentang *dismenore* serta lebih memperhatikan gaya hidup yang sehat terhadap siswi-siswinya seperti makan-makanan bergizi seimbang, berolahraga ringan, menjaga kondisi kejiwaan agar tidak stress dan menjaga berat badan normal, serta istirahat yang cukup.

5) Hubungan Usia Menarche dengan *Dismenore* Primer pada Siswi Kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung Tahun 2020

Berdasarkan penelitian diatas tentang hubungan usia *menarche* dengan *dismenore* primer pada siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung didapatkan dari 91,2 % (62 responden) yang memiliki usia *menarche* < 12 tahun dan menderita *dismenore* primer dengan $p\text{-value} = 0,000$ atau $p\text{-value} < \alpha$ (0,05) yang berarti terdapat hubungan antara usia *menarche* < 12 tahun dengan *dismenore* primer. Nilai *odds ratio* sebesar 28,933 yang berarti bahwa siswi yang mempunyai usia *menarche* < 12 tahun beresiko 28,933 kali untuk terjadi *dismenore* primer dibandingkan dengan siswi yang mempunyai usia *menarche* > 12 tahun.

Penelitian ini sesuai dengan teori Manuaba (2010), *menarche* merupakan usia pertama kali seseorang remaja putri mengalami menstruasi. Setiap orang berbeda-beda dalam mengalami *menarche*. Usia *menarche* dapat terjadi dini yakni pada usia <11 tahun (*precock*) dan dapat terjadi keterlambatan >13 tahun (*tarda*). Sedangkan usia *menarche* normal rata-rata terjadi pada rentang usia 11-13 tahun. Hal ini sejalan dengan hasil penelitian Rosanti (2017) dalam Aditiara (2018) pada siswi kelas VIII SMP Negeri 1 Ungaran dengan hasil ada hubungan antara usia *menarche* dengan *dismenore* ($p=0,029$). Pada usia *menarche* 11-16 tahun sebanyak 65,6% dan yang mengalami *dismenore* primer sebanyak 56,3%. Dapat disimpulkan bahwa adanya hubungan bermakna antara usia *menarche* dengan *dismenore* primer.

Peneliti berasumsi keterkaitan usia *menarche* < 12 tahun dengan *dismenore* primer terhadap wanita yang mengalami menstruasi pertama sering dibuat gelisah karena mental yang kurang siap dan perubahan hormonal. Hal tersebut salah satunya dipengaruhi usia. *Menarche* dapat menimbulkan berbagai masalah salah satunya yaitu keluhan nyeri saat menstruasi atau yang biasa disebut *dismenore*. Umumnya wanita merasakan *dismenore* primer. Sebanyak 90% wanita di dunia yang mengalami *dismenore*, lebih dari 50% diantaranya mengalami ketidaknyamanan saat menstruasi dan 10- 20% mengalami ketidaknyamanan yang parah (Berkley, 2013 dalam Aditiara 2018).

Usia *menarche* dini atau biasanya < 12 tahun menyebabkan masalah pada remaja dan ketidaksiapan karena pematangan organ reproduksi yang kemudian mengakibatkan *dismenore*. Kejadian *dismenore* dikarenakan belum mencapai kematangan biologis. *Dismenore* primer dipengaruhi oleh usia wanita itu sendiri. Pada usia 20-22 tahun, usia ini kemungkinan banyak terjadinya *dismenore* primer karena statusnya yang belum menikah dan juga belum melakukan hubungan seksual. Semakin bertambahnya usia maka semakin melebar leher rahim sehingga sekresi

hormon prostaglandin akan berkurang. Menurunnya fungsi saraf rahim karena penuaan akan menghilangkan dismenore primer nantinya

4. KESIMPULAN

- a. Siswi yang mengalami *dismenore* primer di kelas X SMA Negeri 15 Bandar Lampung sebesar 67,9%.
- b. Siswi yang memiliki siklus menstruasi tidak normal di kelas X SMA Negeri 15 Bandar Lampung sebesar 67,9%.
- c. Siswi yang memiliki usia *menarche* < 12 tahun di kelas X SMA Negeri 15 Bandar Lampung sebesar 64,2%.
- d. Terdapat hubungan antara siklus menstruasi dengan *dismenore* primer pada siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung dengan p-value sebesar 0,000.
- e. Terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan dismenore primer pada siswi kelas X di SMA Negeri 15 Bandar Lampung dengan p-value sebesar 0,000.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Agustin, K., & Cahyaningtyas, A. Y. (2017). Hubungan usia menarche dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMP Negeri 17 Surakarta. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 2(1). PDF. Diakses tanggal 1 Desember 2019.
- Arum, Puspita Sari. (2014). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Siswi SMK Swasta Istiqlal Kabupaten Deli Serdang. *Jurnal*. PDF. Diakses tanggal 12 februari 2020.
- Bianca, Elvira Aditiara. (2018). Hubungan Antara Usia Menarche dengan Dismenore Primer pada Mahasiswa Keperawatan S1 Di Universitas Muhammadiyah Surakarta. Skripsi. Diakses tanggal 10 Februari 2020.
- Blake K, Davis V. (2011). *Kesehatan Remaja Dalam Marcadante KJ, Kliegman RM, Jenu HB, Behirman RE, Nelson*. Ilmu Kesehatan Anak Esensial. Ed.G. Saunders. 2011 : Hal 301-304.
- Cholifa, dkk.(2015). Hubungan Anemia, Status Gizi, Olahraga dan Pengetahuan dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri . KTI Universitas Muhammadiyah Sidoarjo. PDF. Diakses tanggal 1 Desember 2019.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung. (2014). RI Profil kesehatan 2014.
- Eka, dkk. (2014). Faktor-faktor yang berhubungan dengan nyeri menstruasi (dismenore) pada remaja putri. Dosen prodi D III kebidanan Universitas Pasir Pengairan. PDF. Diakses tanggal 1 Desember 2019.
- Ernawati Sinaga dkk. (2017). *Buku Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta : Global One
- Frenita Sophia, Sari muda, Jenadi. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore pada siswi di SMA N 10 Medan tahun 2013. Skripsi Departemen Epidemiologi FKM USU. Diakses tanggal 2 Februari 2020.
- Gustina, Tina. (2015). Hubungan antara usia menarche dan lama menstruasi dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMK Negeri 4 Surakarta. 2015. PhD Thesis.Universitas Muhammadiyah Surakarta. PDF. Diakses tanggal 2 Desember 2019.
- Hastono, Sutanto Priyo. (2006). *Analisis Data*. Jakarta : Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Indonesia.
- Hatmanti, Nety Mawarda. (2015). *Tingkat Stres dengan Siklus Menstruasi pada Mahasiswa*. *Journal of Health Sciences* 8.1. PDF. Diakses tanggal 15 Oktober 2019.
- Ismalia, Nada. (2015). Hubungan Gaya Hidup dengan Dismenore Primer pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Lampung angkatan 2015. Skripsi Fakultas Kedokteran Universitas Lampung 2015.
- Juliana, Indah, Sefti Rompas, and Franly Onibala. (2019). Hubungan dismenore dengan gangguan siklus haid pada remaja di Sma N 1 Manado. *Jurnal keperawatan* 7.1. PDF. Diakses tanggal 22 Oktober 2019.

- Kita, Else Karina Sabar, Nuryanto Nuryanto, dan Aryu Candra Kusumastuti. (2017). *Hubungan Obesitas Sentral dengan Siklus Menstruasi dan Dysmenorrhea Primer pada Remaja*. Diss. Diponegoro University, 2017. PDF. 26 November 2019.
- Kusmiran, E. (2013). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika. Hal. 19,112-113.
- Kusmiran, Eny. (2011). *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.
- Lail, N. H. (2019). Hubungan Status Gizi, Usia Menarche dengan Dismenorea pada Remaja Putri Di SMK K Tahun 2017. *Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia*, 9(02), 88-95. PDF. Diakses tanggal 1 Desember 2019.
- Larasati, TA dkk. (2016). *Dismenore primer dan faktor resiko dismenore primer pada remaja. Majority 2016*. PDF. Diakses tanggal 2 Desember 2019.
- Lorenza, Adinda. (2016). Hubungan Antara Intensitas Aktivitas Fisik dengan Derajat Dismenore. Skripsi. PDF. Diakses tanggal 28 November 2019.
- Lubis, Putri Yanti. (2018). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja siswi Sma Dharma Sakti Medan tahun 2018. PDF. Diakses tanggal 18 Desember 2019.
- Manuaba, I. B. C., Manuaba, I. B. G. F., & Manuaba, I. B. (2010). *Buku Ajar Penuntun Kuliah Ginekologi*. Jakarta: Penerbit CV. Trans Ino Media.
- Ningsih, Rarna dkk. (2013). Efektivitas paket pereda nyeri pada remaja dengan dismenore. *Jurnal keperawatan Indonesia*. PDF. Diakses tanggal 2 Desember 2019.
- Notoadmodjo, Soekidjo. (2012). *Metodelogi Penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka Cipta.
- Pintam, dkk. (2018). Aktivitas fisik remaja dalam mengatasi dismenore. *Jurnal kesehatan Ibu dan Anak Akademi Kebidanan An-nur* 2018. PDF. Diakses tanggal 2 Desember 2019.
- Pratiwi, A.,Zaskiah. (2017). Hubungan antara Usia Menarche dengan lama Siklus Menstruasi dan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Makassar. Skripsi Universitas Hasnuddin Makassar.PDF.Diakses tanggal 2 Desember 2019.
- Prawirohardjo, Sarwono. (2005). *Ilmu Kandungan*. Jakarta. Yayasan Bina Pustaka
- Purba, F. S., & Sarumpaet, S. M. (2013). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dismenore pada Siswi SMK Negeri 10 Medan Tahun 2013. *Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*, 2(5). PDF.Diakses tanggal 2 Desember 2019
- Rumah Sakit Graha Husada. (2018). *Buku Register Ruang Poli Kebidanan*. Rumah Sakit Graha Husada. Bandar Lampung.
- Sari, A. P., & Siregar, F. (2013). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenorea pada siswi smk swasta istiqlal kabupaten deli serdang. *Gizi, Kesehatan Reproduksi dan Epidemiologi*, 1(2).PDF. Diakses tanggal 2 Desember 2019.
- Sugiyono. (2011). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif dan R&D*. Bandung : Remaja Rosdakarya
- Winkjosastro, Hanifa. (2009). *Ilmu Kandungan*. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo