

DETERMINAN *DISMENOREADI* SMAN 2 BAGAN SINEMBAH KABUPATEN ROKAN HILIR

Juliana

Akademi Kebidanan Umi, Bagan Batu KM 1 No 99

Juliana.ningrat@gmail.com

Submitted :18-01-2017, Reviewed:28-02-2017, Accepted:04-08-2017

DOI: <http://doi.org/10.22216/jen.v3i1.1664>

ABSTRACT

Dysmenorrhea is one of gynecological disorder which commonly found in women. The preliminary survey at SMAN 2 Bagan Sinembah revealed that many female students were absent from school because of suffering from dysmenorrhea. The objective of the research was to identify the determinants of the factors which were correlated with dysmenorrhea at SMAN 2 Bagan Sinembah, Rokan Hilir Regency, in 2016. The research used cross sectional design and 141 of them were used as the samples. The research variables were anemia, the habit of doing sport, history of family, and nutritional status. The data were analyzed by using univariate analysis, bivariate analysis, and multivariate analysis with logistic regression test. The result of bivariate analysis showed the variables of anemia ($p < 0.000$), the habit of doing sport ($p < 0.000$), history of family ($p < 0.000$), and nutritional status ($p < 0.000$), while the result of multivariate analysis showed that nutritional status had $p\text{-value} = 0.000$ ($p < 0.05$), $OR = 5,508$ (95% CI; 2.842-23.824). The conclusion was that there was the correlation of anemia, the habit of doing sport, history of family, and nutritional status with dysmenorrhea. The factor which had the most dominant correlation was nutritional status. The respondents should improve their knowledge of determinants of dysmenorrhea, either from their eating pattern or from their habitual actions.

Keywords: *Determinants, Dysmenorrhea*

ABSTRAK

*Dismenorea atau nyeri haid merupakan salah satu keluhan ginekologi yang paling umum pada perempuan muda. Berdasarkan survey pendahuluan yang peneliti lakukan di SMAN 2 Bagan Sinembah banyak siswi yang izin tidak masuk sekolah, dan alasan yang didapat oleh peneliti mereka izin tidak masuk sekolah dikarenakan *dismenorea* yang mereka alami. Penelitian ini bertujuan untuk mengidentifikasi determinan faktor-faktor yang berhubungan dengan *dismenorea* di SMAN 2 Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Tahun 2016. Penelitian ini menggunakan desain *cross sectional* dengan jumlah sampel sebanyak 141 orang. Variabel dalam penelitian ini adalah, anemia, kebiasaan olahraga, riwayat keluarga dan status gizi. Analisis data digunakan secara bertahap mencakup analisis univariat, analisis bivariat, serta analisis multivariat dengan uji regresi logistik. Hasil analisis bivariat diperoleh variabel anemia ($p < 0,000$), kebiasaan olahraga ($p < 0,000$), riwayat keluarga ($p < 0,000$) dan status gizi ($p < 0,000$), sedangkan analisis multivariat menunjukkan status gizimemiliki nilai $p = 0,000$ ($p < 0,05$), $OR = 5,508$ (95% CI; 2,842-23,824). Kesimpulannya adanya hubungan anemia, kebiasaan olahraga, riwayat keluarga dan status gizi dengan *dismenorea*, serta faktor yang paling dominan adalah status gizi. Disarankan kepada responden untuk lebih menambah pengetahuannya tentang determinan *dismenorea* baik dari segi menjaga pola makanannya serta kebiasaan yang dilakukannya.*

Kata Kunci : *Determinan, Dismenorea*

PENDAHULUAN

Salah satu ciri yang menandai masa pubertas perempuan adalah *menstruasi*. *Menstruasi* pertama kali biasanya dialami

oleh perempuan sekitar usia 10 tahun, namun bisa juga lebih dini atau lebih lambat. Hal ini memang merupakan fitrah perempuan dan dini menandakan bahwa

perempuan tersebut sehat serta sistem reproduksinya bekerja dengan normal. Sehingga, terjadinya *menstruasi* sangatlah penting, khususnya bagi kesehatan organ reproduksi perempuan. Ini juga menandakan bahwa seorang perempuan sudah mampu untuk dapat menghasilkan keturunan, dan tentunya hal ini sangat diharapkan oleh semua perempuan (Laila, 2011).

Dismenorea atau nyeri haid merupakan salah satu keluhan *ginekologi* yang paling umum pada perempuan muda. Hampir semua perempuan mengalami rasa tidak nyaman selama haid, seperti rasa tidak enak di perut bagian bawah dan biasanya juga disertai mual, pusing, bahkan pingsan. Keadaan ini juga membuat penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau aktivitas rutinnnya sehari-hari selama beberapa jam atau beberapa hari, dan terkadang memerlukan obat dan penenang khusus (Anurogo & Wulandari, 2011).

Data dari WHO pada tahun 2010 didapatkan kejadian besar 1.769.425 jiwa (90 %) wanita yang mengalami *dismenorea*, 10-15 % diantaranya mengalami *dismenorea* berat. Hal ini didukung oleh penelitian terdahulu yang telah dilakukan diberbagai negara, di Amerika dalam penelitian yang dilakukan oleh Begum dkk, pada tahun 2012 angka kejadian *dismenorea* sebanyak 72,9 %, sedangkan di Italia terdapat 84,1 % yang mengalami *dismenorea*, dan di Meksiko terdapat 62,4 % yang menderita *dismenorea* (Ismail, Kundre, & Lolong, 2015).

Di Amerika Serikat, prevalensi *dismenorea* pada tahun 2012 pada wanita usia 12 – 17 tahun adalah 59,7% dengan derajat kesakitan 49% *dismenorea* ringan, 37% *dismenorea* sedang, dan 12% *dismenorea* berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak masuk sekolah (Angel, Armini, & Pradanie, 2015)

Dalam studi epidemiologi pada populasi remaja berusia 12-17 tahun di Amerika Serikat, Klien dan Litt melaporkan prevalensi *dismenorea* 59,7%. Dari mereka yang mengeluh nyeri 12 % berat, 37% sedang, dan 49% ringan. Studi ini juga melaporkan bahwa *dismenorea* menyebabkan 14% remaja putri sering tidak masuk sekolah (Anurogo & Wulandari, 2011).

Pada tahun 2008, prevalensi *dismenorea* di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dismenorea* primer dan 9,36% *dismenorea* sekunder. Kondisi di Indonesia, lebih banyak perempuan yang mengalami *dismenorea* tidak melaporkan atau berkunjung ke dokter. Rasa malu ke dokter dan kecenderungan untuk meremehkan penyakit sering membuat data penderita penyakit tertentu di Indonesia tidak dapat dipastikan secara mutlak. Boleh dikatakan 90% perempuan Indonesia pernah mengalami *dismenorea* (Anurogo & Wulandari, 2011).

Penelitian yang dilakukan oleh (Cholifah & Handikasari, 2015) di Program Studi DIII Kebidanan FIK Universitas Muhammadiyah Sidoarjo juga mendapatkan hasil, bahwa terdapat hubungan anemia dengan *dismenorea* dengan nilai $p = 0,006$ ($p < 0,05$), terdapat hubungan status gizi dengan *dismenorea* dengan nilai $p = 0,023$ ($p < 0,05$).

Berdasarkan survei pendahuluan yang peneliti lakukan di SMAN 2 Bagan Sinembah banyak siswi yang izin tidak masuk sekolah, dan alasan yang didapat oleh peneliti mereka izin tidak masuk sekolah dikarenakan *dismenorea* yang mereka alami. Serta dari hasil wawancara yang peneliti lakukan pada 12 orang siswi di SMAN 2 Bagan Sinembah pada bulan Mei terdapat hasil bahwa dari ke 12 orang siswi tersebut mengalami *dismenorea* pada saat *menstruasi* dengan tingkat nyeri yang berbeda, dari ke 12 orang siswi tersebut 7 orang mengatakan sakit, 3 orang

mengatakan agak sakit sehingga malas melakukan kegiatan sehari-hari dan 2 orang lagi yang mengatakan *dismenorea* yang ia rasakan saat *menstruasi* tersebut membuat dirinya tidak bisa melakukan aktivitas apapun. Dari ke 12 orang siswi tersebut tidak mengetahui kenapa *dismenorea* itu bisa terjadi, 10 orang siswi mengatakan kalau mereka enggan untuk berolahraga, mereka lebih memilih untuk bermain dari pada berolahraga. Dari ke 12 orang siswi tersebut juga tidak begitu memikirkan asupan gizinya, mereka suka jajan sembarangan (pola makan mereka tidak sehat). Serta 7 orang dari mereka mengatakan bahwa kakak perempuannya juga mengalami nyeri perut saat *menstruasi*. Melihat dari uraian di atas perlu dilakukan penelitian tentang “Determinan *Dismenorea*”.

METODE PENELITIAN

Jenis Desain Penelitian

Penelitian ini bersifat analitik, penelitian yang diarahkan untuk menjelaskan suatu keadaan atau situasi dengan pendekatan *cross sectional*. *Cross Sectional* adalah penelitian untuk mempelajari hubungan antara variabel *Independent* (anemia, kebiasaan olahraga, riwayat keluarga dan status gizi) dengan variabel *Dependent* (*dismenorea*), artinya setiap subyek hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran masing-masing variabel dilakukan pada waktu yang sama.

Lokasi Penelitian

Lokasi penelitian ini dilaksanakan di SMAN 2 Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Tahun 2016.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi yang *dismenorea* di SMAN 2 Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Tahun 2016 yang berjumlah 219 orang.

Sampel

Sampel dalam penelitian ini yaitu siswi yang berada di SMAN 2 Bagan Sinembah yang berjumlah 141 orang.

Teknik Sampling

Penentuan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik pengambilan sampel secara acak sederhana (*simple random sampling*) dimana setiap anggota mempunyai kesempatan yang sama untuk diseleksi sebagai sampel.

Pengumpulan Data

Jenis pengumpulan data dalam penelitian ini adalah data primer dan data sekunder yang didapatkan di SMAN 2 Bagan Sinembah.

Data primer yang dikumpulkan meliputi :

1. Untuk variabel anemia dilakukan pemeriksaan kadar hemoglobin dengan menggunakan *Easy Touch GCHb*.
2. Untuk variabel status gizi dilakukan dengan cara mengukur IMT (Indek Masa Tubuh).

Variabel Penelitian

Variabel penelitian adalah ukuran atau ciri yang dimiliki oleh anggota-anggota suatu kelompok yang berbeda dengan yang dimiliki oleh kelompok lain. Variabel pada penelitian ini antara lain:

1. Variabel Bebas (*Independent Variable*)
Variabel independen dalam penelitian ini adalah anemia, kebiasaan olahraga, riwayat keluarga dan status gizi.
2. Variabel Terikat (*Dependent Variable*)
Variabel dependen dalam penelitian ini adalah *dismenorea*.

Analisis Data

Data yang dihasilkan dalam penelitian ini adalah data kategori yang berskala ordinal. Sesuai dengan tujuan penelitian, maka pendekatan analisa yang digunakan adalah analisa statistik. Teknik analisa statistik yang digunakan adalah uji statistik univariat, bivariat dan multivariat.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Adapun hasil penelitian yang dilakukan di SMAN 2 Bagan Sinembah tentang Determinan *Dismenorea* adalah :

Analisis Univariat

Distribusi Frekuensi Dismenorea

<i>Dismenorea</i>	Frekuensi (n)	Persentase (%)
<i>Dismenorea</i> Ringan	56	39,7
<i>Dismenorea</i> Sedang	85	60,3
<i>Dismenorea</i> Berat	0	0
Jumlah	141	100

Distribusi Frekuensi Anemia

Anemia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Tidak Anemia Ringan	31	22,0
Anemia Ringan	47	33,3
Anemia Sedang	63	44,7
Jumlah	141	100

Distribusi Frekuensi Kebiasaan Olahraga

Kebiasaan Olahraga	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Teratur	54	38,3
Tidak Teratur	87	61,7
Jumlah	141	100

Distribusi Frekuensi Riwayat Keluarga

Riwayat Keluarga	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ya	90	63,8
Tidak	51	36,2
Jumlah	141	100

Distribusi Frekuensi Status Gizi

Status Gizi	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Normal	72	51,1
Kurus	31	22,0
Gemuk	38	27,0
Jumlah	141	100

Analisis Bivariat

No	Anemia	<i>Dismenorea</i>						p
		Ringan		Sedang		Total		
		n	%	n	%	n	%	
1	Tidak Anemia	24	77,4	7	22,6	31	100	0,000
2	Ringan	27	57,4	20	42,6	47	100	
3	Sedang	5	7,9	58	92,1	63	100	
Jumlah		56	39,7	85	60,3	141	100	
Kebiasaan Olahraga								
1	Teratur	37	68,5	17	31,5	54	100	0,000
2	Tidak Teratur	19	21,8	68	78,2	87	100	
Jumlah		56	39,7	85	60,3	141	100	
Riwayat Keluarga								
1	Ya	21	23,3	69	76,7	90	100	0,000
2	Tidak	35	68,6	16	31,4	51	100	
Jumlah		56	39,7	85	60,3	141	100	
Status Gizi								
1	Normal	48	66,7	24	33,3	72	100	0,000
2	Kurus	6	19,4	25	80,6	31	100	
3	Gemuk	2	5,3	36	17,7	38	100	
Jumlah		56	39,7	85	60,3	141	100	

Analisis Multivariat

Analisis Model Regresi Logistik Terhadap *Dismenorea*

Variabel Independen	B	Sig.	OR	95% C.I.for EXP (B)	
				Lower	Upper
Anemia		0,000			
Anemia (1)	0,753	0,033	2,124	0,462	9,761
Anemia (2)	3,913	0,000	5,070	8,740	28,826
Kebiasaan Olahraga	1,297	0,032	3,658	1,117	11,978
Status Gizi		0,000			
Status Gizi (1)	2,683	0,000	4,622	3,260	25,585
Status Gizi (2)	3,980	0,000	5,508	2,842	23,824
Constant	-3,369	0,000	0,034		

Tabel diatas menunjukkan bahwa variabel anemia, kebiasaan olahraga dan status gizi adalah signifikan terhadap *dismenorea* dengan nilai $p < 0,05$. Dari hasil analisis ini maka variabel yang dominan berhubungan dengan *dismenorea* adalah variabel status gizi dengan nilai $p = 0,000$; $OR = 5,508$ (95% CI; 2,842-23,824) yang artinya responden yang status gizinya gemuk mempunyai peluang *dismenorea* 5,508 kali dibanding mereka yang status gizinya normal.

PEMBAHASAN

Hubungan Anemia dengan *Dismenorea*

Berdasarkan hasil penelitian hubungan anemia dengan *dismenorea* dapat dilihat bahwa responden yang tidak anemia mengalami *dismenorea* ringan sebesar 77,4% lebih besar dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 22,6%, sedangkan responden yang anemia ringan mengalami *dismenorea* ringan sebesar 57,4% lebih besar dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 42,6%, serta responden yang anemia sedang mengalami *dismenorea* ringan sebesar 7,9% lebih sedikit dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 92,1%. Hasil uji Chi Square terlihat ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan *dismenorea*. Hal ini dibuktikan dari hasil perhitungan uji korelasi dapat diketahui bahwa nilai $p = < 0,000$ yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Menurut Widjanarka yang dikutip (Wahyuningsih & Sari, 2014),

faktor-faktor yang mempengaruhi kadar hemoglobin remaja putri adalah kehilangan darah akibat *menstruasi*, kurangnya zat besi dalam makanan yang dikonsumsi, penyakit yang kronis, pola hidup remaja yang berubah, ketidakseimbangan antara asupan gizi dan aktifitas yang dilakukan. Kurangnya kadar hemoglobin dapat menyebabkan pola

penurunan percepatan impuls saraf, mengacaukan system resptor dopamine.

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan (Wahyuningsih & Sari, 2014) yang berjudul “Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Kejadian *Dismenorea* Pada Siswi Kelas XI SMA Negeri 1 Wonosari Klaten” yang menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kadar hemoglobin dengan kejadian *dismenorea*, dimana nilai p value = 0,012. Oleh karena itu p value = 0,012 $< \alpha$ (0,05). Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan (Cholifah & Handikasari, 2015) yang berjudul “Hubungan Anemia, Status Gizi, Olahraga dan Pengetahuan dengan Kejadian *Dismenorea* pada Remaja Putri” yang menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara anemia dengan kejadian *dismenorea*, dimana nilai $p = 0,006$. Oleh karena itu p value = 0,006 $< \alpha$ (0,05).

Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan *Dismenorea*

Berdasarkan hasil penelitian hubungan kebiasaan olahraga dengan *dismenorea* dapat dilihat bahwa responden yang kebiasaan olahraga teratur mengalami *dismenorea* ringan sebesar 68,5% lebih besar dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 31,5%, serta responden yang kebiasaan olahraga tidak teratur mengalami *dismenorea* ringan sebesar 21,8% lebih sedikit dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 78,2%. Hasil uji Chi Square terlihat ada hubungan antara kebiasaan olahraga dengan *dismenorea*. Hal ini dibuktikan dari hasil perhitungan uji korelasi dapat diketahui bahwa nilai $p = < 0,000$ yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Olahraga adalah suatu bentuk aktivitas fisik yang terencana dan terstruktur yang melibatkan gerakan tubuh berulang-ulang dan ditujukan untuk meningkatkan kebugaran jasman (Angel et al., 2015).

Menurut Harry yang dikutip (Cholifah & Handikasari, 2015), olahraga terbukti

dapat meningkatkan kadar beta-endorphin empat sampai lima kali dalam darah. Sehingga, semakin banyak melakukan olahraga maka akan semakin tinggi pula kadar beta-endorphin. Ketika seseorang melakukan olahraga, maka beta-endorphin akan keluar dan ditangkap oleh reseptor di dalam hipotalamus dan sistem limbik yang berfungsi untuk mengatur emosi. Peningkatan beta-endorphin terbukti berhubungan erat dengan penurunan rasa nyeri, peningkatan daya ingat, memperbaiki nafsu makan, kemampuan seksual, tekanan darah dan pernafasan.

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan (Ramadani, 2014) yang berjudul "Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan Kejadian *Dismenorea* pada Siswi di SMP N 2 Demak" yang menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan olahraga dengan *dismenorea*, dimana nilai p value = 0,00001. Oleh karena itu nilai p value = 0,00001 < α (0,05). Sejalan juga dengan penelitian yang dilakukan (Cholifah & Handikasari, 2015) yang berjudul "Hubungan Anemia, Status Gizi, Olahraga dan Pengetahuan dengan Kejadian *Dismenorea* pada Remaja Putri" yang menyimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan keteraturan melakukan olahraga dengan kejadian *dismenorea*, dimana nilai p = 0,0001 Oleh karena itu p value = 0,0001 < α (0,05).

Hubungan Riwayat Keluarga dengan *Dismenorea*

Berdasarkan hasil penelitian hubungan riwayat keluarga dengan *dismenorea* dapat dilihat bahwa responden yang riwayat keluarga ya mengalami *dismenorea* ringan sebesar 23,3% lebih sedikit dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 76,7%, serta responden yang riwayat keluarga tidak mengalami *dismenorea* ringan sebesar 68,6% lebih besar dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 31,4%. Hal ini dibuktikan dari hasil perhitungan uji korelasi dapat diketahui

bahwa nilai $p = < 0,000$ yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Menurut Sophia, dkk yang dikutip (Putrie, 2014), riwayat keluarga (ibu atau saudara kandung) merupakan salah satu faktor risiko *dismenorea*. Hal ini disebabkan kondisi anatomi dan fisiologis dari seseorang pada umumnya hampir sama dengan orang tua dan saudara-saudaranya.

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan (Pejc'ic & Jankovic', 2016) yang dilaksanakan di lembaga publik pendidikan tinggi Fakultas Ilmu Kedokteran, Universitas Kragujevac Serbia menunjukkan ada hubungan riwayat keluarga dengan *dismenorea* (3.39; 95% CI = 1,74-6.63; $p = 0.000$).

Hubungan Status Gizi dengan *Dismenorea*

Berdasarkan hasil penelitian hubungan status gizi dengan *dismenorea* dapat dilihat bahwa responden yang status gizi normal mengalami *dismenorea* ringan sebesar 66,7% lebih besar dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 33,3%, serta responden yang status gizi kurus mengalami *dismenorea* ringan sebesar 19,4% lebih sedikit dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 80,6%, dan responden yang status gizi gemuk mengalami *dismenorea* ringan sebesar 5,3% lebih sedikit dibandingkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar 94,7%. Hal ini dibuktikan dari hasil perhitungan uji korelasi dapat diketahui bahwa nilai $p = < 0,000$ yang berarti lebih kecil dari $\alpha = 0,05$.

Menurut Novia dan Puspitasi yang dikutip (Angel et al., 2015), status gizi merupakan salah satu faktor risiko terjadinya *dismenorea*, dengan berat badan lebih terdapat jaringan lemak yang berlebih sehingga dapat mengakibatkan terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada sistem reproduksi wanita. Pembuluh darah yang terdesak membuat darah yang mengalir pada proses

menstruasi terganggu hingga timbul nyeri haid. Selain itu, menurut Jeffocoate wanita dengan indeks massa tubuh lebih dari normal memiliki kadar prostaglandin yang tinggi dapat memicu terjadinya *dismenorea*.

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan (Cholifah & Handikasari, 2015) yang berjudul “Hubungan Anemia, Status Gizi, Olahraga dan Pengetahuan dengan Kejadian *Dismenorea* pada Remaja Putri di Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo” yang menyimpulkan ada hubungan antara status gizi dengan *dismenorea* dimana nilai $p = 0,023$ ($p < 0,05$). Tetapi tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Angel et al., 2015) yang berjudul “Analisis Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian *Dismenorea* Primer pada Remaja Putri di MTS Negeri Surabaya II” yang menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea*, dimana nilai $p = 1,00 < \alpha$ (0,05).

Faktor Dominan Berhubungan dengan *Dismenorea*

Berdasarkan hasil analisis regresi logistik didapatkan model persamaan regresi logistik yang dapat menafsirkan variabel status gizi yang paling dominan berhubungan dengan *dismenorea* dengan nilai $p = 0,000$; OR = 5,508 yang artinya responden yang status gizinya gemuk peluang terjadinya *dismenorea* 5,508 kali dibanding mereka yang status gizinya normal. Faktor kedua yang paling dominan berhubungan dengan *dismenorea* adalah anemia ($p = 0,000$; OR = 5,070), diikuti faktor kebiasaan olahraga ($p = 0,032$; OR = 3,658).

Meskipun status gizi merupakan faktor yang paling dominan berhubungan dengan *dismenorea*, bukan berarti faktor lainnya seperti anemia dan kebiasaan olahraga tidak memiliki kontribusi sebagai faktor yang berhubungan dengan *dismenorea*.

Hanya saja faktor-faktor tersebut mempunyai peluang yang lebih kecil dibandingkan faktor status gizi dalam menyebabkan terjadinya *dismenorea*.

Status gizi merupakan keadaan kesehatan tubuh seseorang atau sekelompok orang yang diakibatkan oleh konsumsi, penyerapan (absorpsi), dan penggunaan zat gizi makanan dalam tubuh (Dieny, 2014). Menurut Paath yang dikutip (Ramadani, 2014), perempuan perlu memperhatikan status gizi yang baik, dengan cara mengonsumsi makanan seimbang karena sangat dibutuhkan pada saat haid. Pada saat haid fase luteal akan terjadi peningkatan kebutuhan nutrisi. Bila hal ini diabaikan maka dampaknya akan terjadi keluhan-keluhan yang menimbulkan rasa ketidaknyamanan selama siklus haid.

Penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan (Cholifah & Handikasari, 2015) yang berjudul “Hubungan Anemia, Status Gizi, Olahraga dan Pengetahuan dengan Kejadian *Dismenorea* pada Remaja Putri di Program Studi DIII Kebidanan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Sidoarjo” yang menyimpulkan ada hubungan antara status gizi dengan *dismenorea* dimana nilai $p = 0,023$ ($p < 0,05$). Tetapi tidak sejalan dengan penelitian yang dilakukan (Angel et al., 2015) yang berjudul “Analisis Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian *Dismenorea* Primer pada Remaja Putri di MTS Negeri Surabaya II” yang menyimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian *dismenorea*, dimana nilai $p = 1,00 < \alpha$ (0,05).

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMAN 2 Bagan Sinembah Kabupaten Rokan Hilir Tahun 2016, dengan jumlah responden 141 responden dapat disimpulkan bahwa responden yang mengalami *dismenorea* ringan sebesar 39,7%, sedangkan responden yang mengalami *dismenorea* sedang sebesar

60,3%. Hasil analisis bivariat terlihat bahwa ada hubungan anemia, kebiasaan olahraga, riwayat keluarga, dan status gizi dengan *dismenorea*. Hasil analisis multivariat maka variabel yang paling dominan berhubungan dengan *dismenorea* pada responden adalah variabel status gizi.

UCAPAN TERIMA KASIH

Puji syukur peneliti panjatkan pada Tuhan Yang Maha Esa, karena atas berkat dan rahmat-Nya, sehingga peneliti dapat menyelesaikan penyusunan penelitian ini. Tak lupa peneliti ucapkan banyak terima kasih kepada para pembimbing dari USMI yang telah bersedia meluangkan waktunya untuk membimbing peneliti dan keluarga besar Yayasan Akademi Kebidanan Umi Bagan Batu dan SMAN 2 Bagan Sinembah yang telah banyak membantu juga dalam kelancaran berjalannya penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

- Angel, S., Armini, A. K. N., & Pradanie, R. (2015). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorea Primer pada Remaja Putri di MTS Negeri Surabaya II. *Pedimaternial*, 3(2), 274–281.
- Anurogo, D., & Wulandari, A. (2011). Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid. Yogyakarta: C.V Andi Offset.
- Cholifah, & Handikasari, A. . (2015). Hubungan Anemia, Status Gizi, Olahraga dan Pengetahuan dengan Kejadian Dismenorea pada Remaja Putri. *Midwifery*, 1(1), 31–43.
- Dieny, F. . (2014). *Permasalahan Gizi pada Remaja Putri*. Yogyakarta: Graha Ilmu.
- Ismail, F. I., Kundre, R., & Lolong, J. (2015). Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenorea pada Mahasiswi Semester VIII Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam
- Ratulangi Manado. *Ejournal Keperawatan (E-Kp)*, 3(2), 3.
- Laila, N. N. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. (Desy Wijaya, Ed.). Jogjakarta: Buku Biru.
- Pejc'ic, A., & Jankovic', S. (2016). Risk Factors for Dysmenorrhea Among Young Adult Female University Students, 52(1), 98–103. <https://doi.org/10.4415/ANN>
- Putrie, C. M. (2014). *Hubungan Antara Tingkat Pengetahuan, Uisa Menarche, Lama Menstruasi dan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Dismenorea pada Siswa di SMP N 2 Kartasura Kabupaten Sukoharjo*.
- Ramadani, N. A. (2014). Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan Kejadian Dismenore pada Siswi di SMP N 2 Demak Tahun 2014, 1–12.
- Wahyuningsih, E., & Sari, L. P. (2014). Hubungan Kadar Hemoglobin dengan Kejadian Dismenore pada Siswi Kelas XI SMA Negeri 1 Wonosari Klaten. *Involusi Kebidanan*, 4(7), 67–68.