

No. Ethical Clearance yaitu: 553/KEPK-PTKMKS/VII/2021

**TINGKAT STRES PADA REMAJA PUTRI DENGAN KEJADIAN DISMENOORE PRIMER  
DI SMA NEGERI 4 BANTIMURUNG***Stress level in adolescent women with the event of primary dysmenorrhea  
in SMA Negeri 4 Bantimurung***Afriani, Sitti Mukarramah, Fitri Rustam**

Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Makassar

[afriani@poltekkes-mks.ac.id](mailto:afriani@poltekkes-mks.ac.id)**ABSTRAK**

Menstruasi merupakan proses fisiologis yang terjadi pada wanita secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi yaitu estrogen dan progesteron. Masalah yang terjadi pada kesehatan reproduksi remaja saat menstruasi salah satunya adalah Dismenore atau nyeri saat menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat stress dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 4 Bantimurung tahun 2021. Jenis penelitian yang digunakan yaitu survey analitik dengan pendekatan cross sectional. Populasi yaitu seluruh remaja putri di SMA Negeri 4 Bantimurung berjumlah 487 adapun teknik penarikan sample dengan menggunakan teknik simple random sampling dan diperoleh sampel sebanyak 32 remaja putri dengan menggunakan instrumen penelitian berupa kuesioner intensitas nyeri dan tingkat stress. Hasil penelitian ini menunjukkan 32 remaja putri memiliki intensitas tingkat stress ringan (71,9 %), sedang (25 %), berat (3,1 %) dengan hasil uji chi-square  $p = 0,000 < 0,1$  sehingga dikatakan ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri. Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian dismenore primer. Di sarankan untuk petugas kesehatan agar melakukan upaya sosialisasi mengenai kesehatan reproduksi dari segi fisik dan psikologis kepada remaja, terkhusus mengenai dismenore dan kepada peneliti selanjutnya diharapkan mampu mengembangkan cara mengatasi permasalahan nyeri haid atau dismenore dengan mekanisme coping untuk mengatasi stress.

**Kata kunci** : Intensitas nyeri, tingkat stress, dismenore primer**ABSTRACT**

*Menstruation is a physiological process that occurs in women periodically and is influenced by reproductive hormones, namely estrogen and progesterone. One of the problems that occur in adolescent reproductive health during menstruation is dysmenorrhea or pain during menstruation. This study aims to determine the relationship between stress levels and the incidence of primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMA Negeri 4 Bantimurung in 2021. The type of research used is an analytical survey with a cross sectional approach. The population is all young women in SMA Negeri 4 Bantimurung totaling 487 while the sampling technique using simple random sampling technique and obtained a sample of 32 young women using research instruments in the form of a questionnaire of pain intensity and stress levels. The results of this study indicate that 32 adolescent girls have an intensity of light stress level (71.9 %), moderate (25 %), severe (3.1%) with the results of the chi-square test = 0.000 < 0.1 so that there is a relationship between stress levels with the incidence of primary dysmenorrhea in adolescent girls. So it is recommended for health workers to make efforts to socialize reproductive health in terms of physical and psychological to adolescents, especially regarding dysmenorrhea and further researchers are expected to be able to develop ways to overcome the problem of menstrual pain or dysmenorrhea with coping mechanisms to deal with stress.*

**Keywords** : Pain intensity, stress level, primary dysmenorrhea**PENDAHULUAN**

Menstruasi merupakan proses fisiologis yang terjadi pada wanita secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi yaitu estrogen dan progesteron. Masalah yang terjadi pada kesehatan reproduksi remaja saat menstruasi salah satunya adalah Dismenore atau nyeri saat menstruasi (Utari, 2016).

Dismenore dibedakan menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer adalah nyeri saat menstruasi tanpa adanya kelainan pada alat-alat genital. Nyeri akan dirasakan sebelum atau bersamaan dengan permulaan menstruasi dan berlangsung

untuk beberapa jam (Ismalia, 2017). Dismenore primer merupakan sebuah kondisi yang berhubungan dengan meningkatnya aktivitas uterus yang disebabkan karena meningkatnya produksi prostaglandin (Lowdermilk, 2012).

Angka kejadian nyeri haid atau dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan dari setiap negara mengalami nyeri haid. Prevalensi kejadian dismenore di Amerika sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian dismenore primer di Indonesia adalah

sekitar 54,89% sedangkan sisanya adalah tipe sekunder. Dismenore terjadi pada remaja putri dengan tingkat stress rendah sebesar 22%, dengan tingkat stress sedang sebesar 29% dan remaja putri dengan tingkat stress tinggi sebesar 44% (Mulastin, 2013).

Berdasarkan Penelitian yang dilakukan oleh Handayani (2013), mendapati bahwa prevalensi dismenore pada remaja putri di kota Surakarta sebesar 87%. Sedangkan, penelitian yang dilakukan Utami dkk (2013) pada remaja putri di sebuah SMA di Kabupaten Bone menunjukkan hasil 87,1% remaja putri mengalami dismenore. Penelitian serupa pernah dilakukan oleh Musakkar (2012) pada siswi kelas 1 SMA Karya Sahari Bulukumba mendapatkan hasil 45,53% siswi berpengetahuan baik tentang pengertian dismenore, 48,23% berpengetahuan baik tentang penyebab dismenore, 64,70% siswi berpengetahuan baik tentang pencegahan dismenore, dan 35,29% berpengetahuan baik tentang penanganan dismenore.

Berdasarkan hasil penelitian Fitriana (2013) mengatakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan dismenore primer adalah psikologis (stress), status gizi dan usia menarche. Faramarzi dan Salmalian (2014) menyatakan bahwa stress sebagai salah satu faktor psikologis yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada remaja putri. Pada penelitian tersebut ditemukan bahwa remaja putri yang memiliki gejala stress memiliki risiko dua kali mengalami dismenore daripada remaja putri yang tidak memiliki gejala stres.

Sekitar 70-90% kasus nyeri haid terjadi saat usia remaja yang dapat menimbulkan dampak konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan. Dari konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan akan mempengaruhi kecakapan dan keterampilannya. Kecakapan dan keterampilan yang dimaksud berarti luas, baik kecakapan personal yang mencakup: kecakapan mengenali diri sendiri dan kecakapan berpikir rasional, kecakapan sosial, kecakapan akademik, maupun kecakapan vokasional. (Lestari, 2013).

Berdasarkan data awal yang diperoleh di SMA Negeri 4 Bantimurung, jumlah siswi SMA Negeri 4 Bantimurung sebanyak 487 orang. Dari hasil wawancara, sekitar 40% mengalami stress pada saat

nyeri haid serta sekitar 80% siswi mengalami nyeri haid (*dismenore*) yang merupakan salah satu gejala yang dirasakan sebelum atau pada saat menstruasi (haid).

## METODE PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 4 Bantimurung Kabupaten Maros pada bulan Juni 2021. Desain penelitian menggunakan desain *cross sectional study*. Populasi dalam penelitian ini adalah semua Remaja Putri di SMA Negeri 4 Bantimurung sebanyak 487 remaja putri. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri SMA NEGERI 4 Bantimurung tahun 2021 dikelas XII MIPA 1 dan XII MIPA 2, dengan teknik *simple random sampling* yang berjumlah 52 orang dan telah memenuhi syarat kriteria inklusi sebagai berikut: remaja putri yang telah mengalami menstruasi di kelas XII MIPA 1 dan 2 di SMA Negeri 4 Bantimurung.

Sumber data penelitian adalah data primer yang diperoleh langsung dari siswi SMA 4 Bantimurung dengan ini menggunakan kuesioner NRS (*Numeric Rating Scale*) dan PSS (*Perceived Stress Scale*). Teknik analisis data yang digunakan adalah analisis univariat dan analisis bivariat dengan menggunakan uji *Chi-Square*.

## HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilaksanakan di Puskesmas Tamalate Makassar. Hasil analisis disajikan dalam bentuk tabel yang dilengkapi dengan penjelasan tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Menunjukkan bahwa rata-rata responden memiliki tingkat nyeri yang sedang dengan Frekuensi sebanyak 14 responden dengan persentase 43,8% dari jumlah sampel 32 orang. Kemudian disusul dengan tingkat nyeri ringan dengan frekuensi 13 orang dengan persentase 40,6%. Sementara tingkat nyeri berat hanya di rasakan sebanyak 4 responden dengan persentase 12,5% dan responden yang tidak pernah merasakan nyeri hanya terdapat 1 orang dengan persentase 3,1%.

Tabel 2. Menunjukkan bahwa rata-rata responden memiliki tingkat stress yang rendah yakni sebanyak 23 (71,9%) responden dan yang memiliki tingkat stress yang tinggi hanya di peroleh 1 responden dengan persentase 3,1%. Sementara

responden dengan tingkat stress sedang sebanyak 8 responden (25%).

Tabel 3. Menunjukkan bahwa responden dengan nyeri ringan yang stress ringan sebanyak 2 orang (6,3%). Sementara Responden yang nyeri sedang dengan stress ringan sebanyak 13 orang (40,6%), dan nyeri sedang dengan stress sedang terdapat 1 orang (3,1%). Selain itu responden yang memiliki tingkat nyeri berat dan stress sedang terdapat 3 orang (9,4%) dan yang nyeri berat dengan stress berat hanya ada 1 orang (3,1%). Hasil analisis statistik dengan uji *Chi Square* di peroleh nilai  $p=0,000$  yang menunjukkan ada hubungan antara tingkat stres dengan nyeri haid atau dismenore primer remaja putri di SMA Negeri 4 Bantimurung.

## PEMBAHASAN

*Dismenore* primer adalah nyeri haid yang dijumpai tanpa ada kelainan, sedangkan dismenore sekunder disebabkan oleh kelainan ginekologi (Prawirohardjo, 2011). kejadian dismenore primer pada remaja putri memiliki hubungan dengan tingkat stress yang dialami oleh remaja putri itu sendiri. Semakin tinggi skala nyeri atau dismenore primer remaja putri maka semakin tinggi pula tingkat stress yang akan dirasakan. Sebaliknya jika tingkat nyeri masih dalam kategori ringan memiliki indikator perasaan stress yang tidak terlalu parah.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan antara dismenore primer dengan tingkat stress di SMA Negeri 4 Bantimurung. Dari 32 (100%) responden terdapat responden dengan nyeri sedang dengan stress ringan sebanyak 13 orang (40,6%), dan nyeri sedang dengan stress sedang terdapat 1 orang (3,1%). Selain itu responden yang memiliki tingkat nyeri berat dan stress sedang terdapat 3 orang (9,4%) dan yang nyeri berat dengan stress berat hanya ada 1 orang (3,1%). Hasil analisis statistik uji *Chi Square* telah di peroleh nilai  $p = 0,000$ , dapat dikatakan bahwa ada hubungan antara kejadian dismenore primer dengan tingkat stres di SMA Negeri 4 Bantimurung.

Penelitian Diana Sari, Adnil Edwin Nurdin, Defrin (2015) menunjukan ada hubungan yang bermakna antara stres dengan kejadian dismenore primer dan uji statistik koefisien korelasi sederhana menunjukkan ada hubungan yang

bermakna dengan korelasi agak lemah antara tingkat stres dengan derajat dismenore primer.

Adilla HS, dkk (2017). Hubungan Usia Menarche, Kebiasaan Olah Raga dan Stress dengan Dismenore pada Siswi SMAN 1 Semarang, menunjukkan ada hubungan antara usia menars dan stres dengan kejadian dismenore pada wanita.

Penelitian Diana Aprilia (2018) tentang hubungan stres dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswa strata-1 fakultas kesehatan masyarakat Universitas Sriwijaya tahun 2018, menjelaskan bahwa terdapat dua variabel yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer yaitu stres ( $p\text{-value}=0,015$ ) dan olahraga ( $p\text{-value}=0,032$ ). Tidak ada hubungan status gizi ( $p\text{-value}=0,960$ ), usia menars ( $p\text{-value}=0,593$ ), lama menstruasi ( $p\text{-value}=0,274$ ), jumlah waktu tidur ( $p\text{-value}=0,504$ ) dan siklus menstruasi ( $p\text{-value}=0,323$ ) dengan kejadian dismenore primer. Stres berisiko 2,717 kali lebih tinggi untuk terjadi dismenore primer dibandingkan mahasiswa yang tidak mengalami stres dimana variabel olahraga dan lama menstruasi merupakan konfounding antara hubungan stres dengan kejadian dismenore primer.

Hasil penelitian Vira Sandayanti, dkk (2019) tentang hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenorea pada mahasiswa kedokteran di universitas malahayati bandar lampung menunjukkan bahwa ada hubungan antara stres dengan kejadian dismenorea  $p=0,029$  ( $p<0,05$ ) dengan  $r=0,704$ .

Anindita, P., & Darwin, E. (2013) tentang hubungan aktivitas fisik harian dengan gangguan menstruasi pada mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. Hasil penelitian mendapatkan gangguan menstruasi terjadi pada 73,3% mahasiswa dengan gangguan yang paling sering terjadi yaitu dysmenorrhea sebanyak 63,3%. Sebagian besar mahasiswa tersebut memiliki aktivitas fisik harian yang cukup menurut rekomendasi WHO yaitu sebanyak 60%. Berdasarkan uji *chi-square*, tidak ditemukan adanya hubungan antara aktivitas fisik harian dan gangguan menstruasi ( $p=0,846$ ).

Hasil penelitian ini didukung dengan teori yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenorea, Saat seseorang mengalami stres terjadi respon

neuroendokrin, sehingga menyebabkan Corticotrophin Releasing Hormone (CRH) yang merupakan regulator hipotalamus utama menstimulasi sekresi Adrenocorticotrophic Hormone (ACTH). ACTH akan meningkatkan sekresi kortisol adrenal. Hormon-hormon tersebut menyebabkan sekresi Follicle Stimulating Hormone (FSH) dan Luteinizing Hormone (LH) terhambat sehingga perkembangan folikel terganggu. Hal ini menyebabkan sintesis dan pelepasan progesteron terganggu. Kadar progesteron yang rendah meningkatkan sintesis prostaglandin F<sub>2</sub>α dan E<sub>2</sub>. Ketidakseimbangan antara prostaglandin F<sub>2</sub>α dan E<sub>2</sub> dengan prostasiklin (PGI<sub>2</sub>) menyebabkan peningkatan aktivasi PGF<sub>2</sub>α. Peningkatan aktivasi menyebabkan iskemia pada sel-sel miometrium dan peningkatan kontraksi uterus. Peningkatan kontraksi yang berlebihan menyebabkan dismenorea (Wulandari, Hadisaputro & Runjati, 2016; Lestari, 2013).

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian di atas maka peneliti dapat menyimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian dismenore primer

## SARAN

Institusi pendidikan dalam hal ini SMA Negeri 4 Bantimurung diharapkan dapat melakukan pembinaan agar mahasiswi dapat mengatasi stres yang timbul sehingga dapat mengurangi munculnya kejadian dismenorea. Lebih lanjut peneliti selanjutnya, diharapkan agar memperhatikan variabel lain sebagai variabel pengganggu karena kekuatan korelasi yang didapatkan sangat signifikan dan pada penelitian ini hanya dilakukan analisis bivariate yang menemukan hubungan tidak murni, agar didapatkan hubungan yang murni maka dapat dilakukan analisis multivariate di penelitian selanjutnya

## DAFTAR PUSTAKA

- Adilla HS, dkk. (2017). *Hubungan Usia Menarche, Kebiasaan Olah Raga dan Stress dengan Dismenore pada Siswi SMAN 1 Semarang*. Repository Unimus.
- Anindita, P., & Darwin, E. (2013). Hubungan Aktivitas Fisik Harian dengan Gangguan Menstruasi pada Mahasiwa Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5 (3), 522-527.
- Fitriana, W & Rahmayani. 2013. *Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore pada Mahasiswi di Akademi Kebidanan Meuligo Meulaboh Tahun 2013*. (Skripsi) Diploma IV Kebidanan Stikes U'Budiyah, Banda Aceh.
- Handayani D, Julia M. *Dismenore dan Kecemasan pada Remaja* (tesis). Yogyakarta: Universitas Gadjah Mada.
- Lestari Dewi, S.M.N. 2013. *Pengaruh Dismenore Pada Remaja*. Bali: Universitas Pendidikan Ganesha. Skripsi.
- Mulastin. 2013. *Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Dismenore Remaja Putri Di SMA Islam Al-Hikmah Jepara*. Jepara: Akbid Islam Al-Hikmah. KTI
- Musakkar, Fatmawati. 2012. *Gambaran Pengetahuan Siswi Kelas I Tentang Dismenorea di SMA Karya Sahari Bulukumba*. Bulukumba. Akademi Kebidanan Tahirah Al-Baeti Bulukumba. KTI
- Noor, Hasnah & Marhaeni. 2019. *Metode Penelitian*. Makassar: Unit Penelitian Poltekkes Makassar.
- Novak B. *Berek & Novak's Gynecology*. 15th ed. Deborah L. Berek M, editor. United States of America; 2012. 866 p.
- Nurjanah S. *Analisa determinan pengetahuan dan sikap remaja putri tentang dismenorhea*. J SMART Kebidanan. 2018;5(1):83.
- Prawirohardjo, Sarwono. 2013. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan PT Bina Pustaka Sarwono.
- Priyanti, S & Mustika Sari, D.A. 2014. *Hubungan Tingkat Stress terhadap Dismenore pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Mamba'ul Ulum Awang-awang Mojosari Mojokerto*. *Hospital Majapahit*, 6(2)
- Rohmatunidha. *Tingkat kecemasan remaja putri terhadap dismenorhea pada siswi kelas XI di SMAN 1 Driyorejo Kabupaten Gresik*. ADLN Perpus Univ Airlangga. 2016.
- Santrock. (2011). *Life-Span Development: Perkembangan Masa-Hidup*. Edisi 13. Jilid 1. Alih Bahasa: Widiasinta Benedictine. Jakarta: Erlangga.

- Sherwood, Lauralee. 2014. *Kelenjar Endokrin Perifer. Dalam: Fisiologi Manusia dari Sel ke Sistem*. Edisi ke-7. Jakarta: EGC. Hal 773-6.
- Teguh Wangsa, GH. W. (2013). *Menghadapi stress dan depresi, seni menikmati hidup agar selalu bahagia*. Jakarta: Tugu Publisher.
- Utami, R.N.A. 2013. *Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMAN 1 Kahu Kabupaten Bone*.
- Utari, N. (2016) *Hubungan Antara Status Gizi dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi yang Sedang Mengerjakan Skripsi di Universitas Muhammadiyah Surakarta*.
- Vina Sandayanti, dkk. (2019). *Hubungan tingkat stres dengan kejadian disminorea pada mahasiswi kedokteran di Universitas malahayati bandar lampung. Jurnal Psikologi Malahayati FK Universitas Malahayati Bandar Lampung*.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi menurut Intensitas Nyeri Haid remaja putri di SMA Negeri 4 Bantimurung Tahun 2021.

Intensitas Nyeri	F	%
Tidak Nyeri	1	3,1
Nyeri Ringan	13	40,6
Nyeri Sedang	14	43,8
Nyeri Berat	4	12,5
Total	32	100

Tabel 2. Distribusi Frekuensi responden menurut tingkat stress remaja putri di SMA Negeri 4 Bantimurung Tahun 2021.

Tingkat Stress	F	%
Rendah	23	71,9
Sedang	8	25
Tinggi	1	3,1
Total	32	100

Tabel 3. Hubungan Intensitas nyeri dengan tingkat stress remaja putri di SMA Negeri 4 Bantimurung Tahun 2021.

Intensitas Nyeri	Stres						Nilai $\rho$	Nilai phi ( $\mu$ )
	Rendah		Sedang		Tinggi			
	N	%	N	%	N	%		
Tidak Nyeri	0	0	1	100	0	0	0,000	0,782
Nyeri Ringan	5	38,5	6	46,2	2	15,4		
Nyeri Sedang	0	0	13	92,9	1	7,1		
Nyeri Berat	0	0	3	75	1	25		
Total	5	15,6	23	71,9	4	12,5		