

Hubungan Usia Menarche Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Disminore Pada Siswi Smp Kelas 2 Di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara

The Effect of the Age of Menarche and Nutritional Status on Disminore Events on Junior High School Grade 1 Students at SMPN 57, Pinang Raya District, North Bengkulu Regency

Yulita Elvira Silviani¹, Ersaprawitasari MS¹, Buyung Keraman¹

¹)Program Studi D IV Kebidanan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan

Tri Mandiri Sakti Bengkulu

_vivielvira92@gmail.com, ersaprawitasari@gmail.com, buyungkeraman@gmail.com

ABSTRAK

Sebagian wanita mendapatkan menstruasi tanpa keluhan, namun tidak sedikit dari mereka yang mendapatkan menstruasi disertai keluhan sehingga mengakibatkan rasa ketidaknyamanan berupa dismenore. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan Usia Menarche Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Disminore Pada Siswi Smp Kelas 2 Di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara. Penelitian ini telah dilaksanakan pada tanggal 16-30 Juli 2018 di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara. Desain penelitian yang digunakan pada penelitian ini adalah survey analitik dengan pendekatan *Cross Sectional*. Pengambilan sampel dengan cara *Total Sampling*, total seluruh populasi 37 orang. Teknik pengambilan data adalah data primer dengan menggunakan kuesioner dan data sekunder. Teknik analisis data adalah data Analisis Univarian dan Analisis Bivariat. Hasil penelitian dari 37 responden terdapat 14 orang (37,8%) dengan usia menarche < 11 tahun dan 23 orang (62,2%) dengan usia menarche 11-14 tahun. Dari 37 responden terdapat 23 orang (62,2%) dengan status gizi kurus. Dari 37 responden 16 orang (43,2%) nyeri ringan saat menstruasi. Tidak ada hubungan usia menarche dengan kejadian dismenore pada Siswi SMP Kelas 2 Di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara. Ada hubungan status gizi dengan kejadian disminore pada Siswi Smp Kelas 2 Di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara. Diharapkan untuk STIKER Tri Mandiri Sakti dapat dijadikan sebagai salah satu bahan referensi pustaka dan sebagai salah satu literature mahasiswa dalam melakukan penelitian selanjutnya.

Kata Kunci : Usia Menarche, Status Gizi, Disminore

ABSTRACT

Some women get menstruation without complaints, but not a few of them get menstruation accompanied by complaints resulting in a feeling of discomfort in the form of dysmenorrhea. This study aims to determine the relationship of age of menarche and nutritional status to dismenore events in junior high school students in grade 2 at SMPN 57 Pinang Raya subdistrict, Bengkulu Utara Regency. This research was conducted on 16-30 July 2018 at SMPN 57 Pinang Raya District, Bengkulu Utara Regency. The research design used in this study is an analytical survey with a Cross Sectional approach. Sampling by Total Sampling, the total population of 37 people. Data collection techniques are primary data using questionnaires and secondary data. Data analysis techniques are Univariate Analysis and Bivariate Analysis data. The results of the study of 37 respondents there were 14 people (37.8%) with menarche age <11 years and 23 people (62.2%) with

menarche age 11-14 years. Of the 37 respondents there were 23 people (62.2%) with underweight nutritional status. Of the 37 respondents 16 people (43.2%) had mild pain during menstruation. There is no relationship between the age of menarche and the occurrence of dismonire the High School Students of Class 2 in the 57th Public High School in the District of Pinang Raya, Bengkulu Utara Regency. There is a correlation between nutritional status and the incidence of disminore in High School Students in Grade 2 at SMPN 57, Pinang Raya District, Bengkulu Utara Regency. It is expected that Tri Mandiri Sakti STIKER can be used as one of the reference references and as one of the student literature in conducting further research.

Keywords: Age of Menarche, Nutritional Status, Disminorhoe

1. PENDAHULUAN

Setiap wanita memiliki pengalaman menstruasi yang berbeda-beda. Berbagai masalah yang timbul pada menstruasi merupakan masalah ginekologi yang sering dikeluhkan oleh remaja, seperti ketidakaturan menstruasi, menoragia, dismenoreia, dan gejala lain yang berhubungan. Setiap bulan wanita yang berusia 12-49 tahun tidak sedang hamil dan belum menikah mengalami masalah yang dialami banyak wanita yaitu rasa tidak nyaman atau rasa nyeri yang hebat menstruasi. Hal ini bisa disebut disminore.

Di Turki menemukan bahwa dismenoreia merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi terbesar (89,5%) diikuti ketidakaturan menstruasi (31,2%), serta perpanjangan durasi menstruasi (5,3%). Berdasarkan studi epidemiologi pada populasi remaja (berusia 12 - 17 tahun) di Amerika Serikat, Klein dan Litt melaporkan prevalensi dismenoreia mencapai 59,7%. Studi ini juga melaporkan bahwa dismenoreia menyebabkan 14% remaja sering tidak masuk sekolah (Bonde dkk, 2014).

Menurut data WHO (2012), didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenoreia dengan 10 - 15%

mengalami dismenoreia berat. Di Malaysia prevalensi dismenoreia pada remaja sebanyak 62,3% (Ningsih, 2012). Sedangkan Di Indonesia angka kejadian dismenoreia terdiri dari 54,89% dismenoreia primer dan 9,36% dismenoreia sekunder (Purnamasari, 2013).

Menurut Dewi, Nilda Syntia (2012), disminore adalah nyeri sewaktu haid yaitu terdiri dari gejala yang kompleks berupa kram perut bagian bawah yang menjalar ke punggung atau kaki dan biasanya disertai gejala gastrointestinal dan gejala neurologis seperti kelemahan umum. Purnamasari, (2013) dalam Savitri (2015) mengatakan keluhan nyeri haid dapat terjadi bervariasi mulai dari yang ringan sampai berat. Keparahan dismenoreia berhubungan langsung dengan lama dan jumlah darah haid. Biasanya nyeri muncul sebelum keluarnya haid dan meningkat pada hari pertama dan kedua. Dan biasanya gejala dismenoreia primer terjadi pada wanita usia produktif 3 - 5 tahun setelah mengalami haid pertama dan wanita yang belum pernah hamil.

Sebagian wanita mendapatkan menstruasi tanpa keluhan, namun tidak sedikit dari mereka yang mendapatkan menstruasi

disertai keluhan sehingga mengakibatkan rasa ketidaknyamanan berupa dismenore. Selanjutnya proses menstruasi ini berlangsung secara rutin setiap bulan pada setiap perempuan normal yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi. Namun banyak diantaranya dalam periode menstruasi ini mengalami masalah, khususnya pada masa remaja sering mengalami nyeri haid (Dismenorea) (Sukarni& Wahyu, 2013).

Diantara keluhan tersebut, kejang-kejang menstruasi dari beberapa derajat mempengaruhi lebih banyak dari suatu perkiraan 50% akan menggambarkan kejang-kejang menstruasi sebagai berat. Survei-survei dari gadis-gadis remaja menunjukkan bahwa lebih dari 90% dari gadis-gadis melaporkan mempunyai kejang-kejang menstruasi (Sukarni dan Margareth, 2013).

Menarche adalah haid yang pertama kali. Menstruasi merupakan perdarahan yang teratur dari uterus sebagai tanda bahwa organ kandungan telah berfungsi matang. Umumnya remaja yang mengalami menarche adaah pada usia 12-16 tahun. Periode ini akan mengubah perilaku dari berbagai aspek, misalnya osikologi dan lainnya. Pada wanita siklus menstruasi normal terjadi setiap 22-35 hari, dengan lamanya menstruasi 207 hari (Kusmiran, 2012)

Status gizi mempunyai peran penting dalam kesehatan reproduksi. Gizi kurang atau terbatas selain akan menyebabkan terpengaruhnya pertumbuhan, fungsi organ tubuh, juga akan menyebabkan terganggunya

fungsi reproduksi. Hal ini berdampak pada gangguan haid, tetapi akan membaik jika asupan nutrisinya baik. Asupan energy bervariasi sepanjang siklus haid, terjadi peningkatan asupan energy pada fase luteal dibandingkan dengan fase folikuler. Sehingga estrogen mengakibatkan efek penekann atau penurunan terhadap nafsu makan (Marmi, 2013)

Menurut penelitian Handayani (2014), mengatakan bahwa faktor-faktor yang menyebabkan disminore adalah Usia menarche, olah raga tidak teratur, riwayat keluarga, dan usia menarce lebih awal. Penelitian yang dilakukan Alatas (2016) ditemukan bahwa bentuk disminore primer yang banyak dialami oleh remaja adalah kekauan atau kejang dibagian bawah perut. Rasanya sangat tidak nyaman sehingga menyebabkan mudah marah, gampang tersinggung, mual, muntah, kenaikan berat badan, perut gembung, punggung terasa nyeri, sakit kepala, tegang, lesu dan depresi.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan peneliti yang dilakukan di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Bengkulu Utara pada tahun 2018 jumlah data siswwi yaitu sebanyak 47 orang. Dari survey awal yang dilakukan pada tanggal 25 Februari 2018 dilakukan wawancara pada 5 orang siswi SMP di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya didapatkan 1 orang tidak mengalami disminore dengan status gizi baik (normal) dan umur menarche 12 tahun sedangkan 4 orang mengalami dismonore dengan

pembagian 3 orang padastatu gizi baik (normal) denga usia menarche 12 tahun dan 1 orang dengan status gizi kurus (kurang BB tingkat ringan) dengan umur menarche 12 tahun. Pengukuran status gizi dengan menggunakan BMT.

Dari Uraian diatas , maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Usia menarche dan Status Gizi Terhadap Kejadian Disminore pada Siswi SMP Kelas 2 Di SMPN 57 Kecmatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara”.Tujuan dilakukannya penelitian ini adalah untuk mengetahui ada atau tdaknya hubungan antara uia menarche dan status gizi dengan kejadian disminore pada siswi SMP kelas 2 di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode survey analitikdengan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi kelas 1 yang sudah mengalami menstruasi di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara pada tahun 2017 berjumlah 43 orang. Teknik Pengambilan sampel dalam penelitian ini dilakukan dengan teknik *total Sampling*.TeknikPengumpulan menggunakan Data Primer dan Data Sekuder. Teknik Analisis Data menggunakan Uji Normalitas Data, Analisa Univariat dan Analisa Bivariat. Analisa bivariat merupakan hasil dari variabel

yang diduga mempunyai hubungan dengan variabel terikat.Analisa yang digunakan adalah tabulasi silang.Untuk menguji hipotesa dilakukan analisa statistik dengan menggunakan Kendall Tau (τ).

3. HASIL PENELITIAN

Analisis Univariat

Tabel.1. Distribusi Frekuensi Usia Menarche di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara

No	Usia Menarche	Frekuensi	Persentase
1	<12 tahun	14	37.8
2	12-14 tahun	23	62.2
	Jumlah	37	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 37 responden, 14 orang (37,8%) usia menarche <12 tahun, 23 orang (62,2%) usia menarche 12-14 tahun, (0%) usia menarche >14 tahun.

Tabel.2. Distribusi Frekuensi Status Gizi di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara

No	Status Gizi	Frekuensi	Persentase
1	Kurus	23	62.2
2	Normal	8	21.6
3	Gemuk	5	13.5
4	Obesitas	1	2.7
	Jumlah	37	100.0

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa dari 37 responden, 23 orang (62,2%) dengan status gizi kurus, 8 orang (21,6%) dengan status gizi normal, 5 orang (13,5%) dengan status gizi gemuk dan 1 orang (2,7%) dengan status gizi obesitas.

Tabel.3. Distribusi Frekuensi Disminore di SMPN 57 Kecamatan

Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara

No	Disimore	Frekuensi	Presentasi
1	Tidak Nyeri	11	29.7
2	Nyeri Ringan	16	43.2
3	Nyeri Sedang	10	27.0
	Jumlah	37	100.0

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa dari 37 responden terdapat 11 orang (29,7%) dengan tidak nyeri, 16 orang (43,2%) dengan nyeri ringan, dan 10 orang (27%) pada nyeri sedang.

b. Analisis Bivariat

Tabel.4. Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Disminore SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara

Usia Menarche	Disminore			Total	τ	Approx.sig
	Tidak Nyeri	Nyeri Ringan	Nyeri Sedang			
<12 th	2	8	4	14	-0,169	0,251
12-14th	9	8	6	23		
Jumlah	11	16	10	37		

Berdasarkan tabel. Tabulasi silang antara Usia Menarche dengan Disminore di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara, bahwa dari Dari tabulasi silang usia menarche dengan dismoniredisminore di atas dapat diketahui:

Dari 14 orang usia<12 tahun terdapat 2 orang tidak nyeri, 8 orang nyeri ringan, 4 orang nyeri sedang. Dari 23 orang usia 12-14 tahun

terdapat 9 orang tidak nyeri 8 orang nyeri ringan dan 6 orang nyeri sedang. Pada usia>14th tidak ada responden yang menarche pada umur tersebut.

Hasil uji statistik Kendall's tau didapat nilai $\tau = -0,169$ dengan approx.sig. = 0,251>0,05 berarti tidak signifikan, maka Ho diterima dan Ha ditolak. Jadi Tidak ada hubungan usia menarche dengan kejadian dismonire pada siswi di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara .

Tabel.5. Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Disminore SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara

Status Gizi	Disminore			Total	τ	Approx.sig
	Tidak Nyeri	Nyeri Ringan	Nyeri Sedang			
Kurus	2	12	9	23	-0,512	0,000
Normal	5	2	1	8		
Gemuk	3	2	0	5		
Obesitas	1	0	0	1		
Jumlah	11	16	10	37		

Dari tabulasi silang status gizi dengan disminore di atas dapat diketahui:

Dari 23 orang status gizi kurus terdapat 2 orang tidak nyeri 12 orang nyeri ringan dan 9 orang nyeri sedang.Dari 8 orang status gizi normal terdapat 5 orang tidak nyeri 2 orang nyeri ringan dan 1 orang nyeri sedang. Dari 5 orang status gizi gemuk terdapat 3 orang tidak nyeri 2 orang nyeri ringan, dari 1 orang obesitas dia tidak nyeri. Maka digunakan uji statistik Kendall Tau (τ).

Hasil uji Kendall's tau didapat nilai $\tau = -0,512$ dengan $\text{approx.sig.} = 0,000 < 0,05$ berarti signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi Ada hubungan status gizi dengan kejadian disminore pada wanita usia subur di Desa Bumi Harjo Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara

Tabel.6 Hubungan Kategori Usia Menarche dan Status Gizi dengan Kejadian Disminore SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara

Usia Menarche	Status Gizi	Disminore			Total	τ
		Tidak Nyeri	Nyeri Ringan	Nyeri Sedang		
<12 th	Kurus	1	7	4	12	-0,382
	Normal	1	1	0	2	
	Total	2	8	4	14	
12-14 th	Kurus	1	5	5	11	-0,519
	Normal	4	1	1	6	
	Gemuk	3	2	0	5	
	obesitas	1	0	0	1	
Jumlah		9	8	6	23	0,000

a. Kategori usia <12 tahun

Dari 12 orang status gizi kurus terdapat 1 orang tidak nyeri 7 orang nyeri ringan 4 orang nyeri sedang, dari 2 orang gizi normal terdapat 1 orang tidak nyeri dan 1 orang nyeri ringan.

Hasil uji Kendall's tau didapat nilai $\tau = -0,382$ dengan $\text{approx.sig.} = 0,157 > 0,05$ berarti tidak signifikan, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Jadi Tidak ada hubungan usia menarche dengan kejadian dismonire

Pada siswi SMP kelas 1 di SMPN 57. Kecamatan Pinang Raya Bengkulu Utara.

b. Kategori usia 12-14 tahun

Dari 11 orang gizi kurus terdapat 1 orang tidak nyeri 5 orang nyeri ringan 5 orang nyeri sedang. Dari 6 orang gizi normal terdapat 4 orang tidak nyeri 1 orang nyeri ringan 1 orang nyeri sedang. Dari 5 orang status gizi gemuk terdapat 3 orang tidak nyeri 2 orang nyeri ringan, dan 1 orang obesitas tidak nyeri.

Hasil uji Kendall's tau didapat nilai $\tau = -0,519$ dengan $\text{approx.sig.} = 0,000 < 0,05$ berarti signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi Ada hubungan status gizi dengan kejadian disminore Pada siswi SMP kelas 1 di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Bengkulu Utara.

4. PEMBAHASAN

Dari 23 orang usia 12-14 tahun terdapat 9 orang tidak nyeri, 8 orang nyeri ringan dan 6 orang nyeri sedang. Usia tersebut termasuk usia ideal dalam menarche, sesuai dalam teori Kusmiran (2011). Sedangkan responden yang sesuai dengan usiaidela menarche tetapi masih mengalami disminore, hal itu dikarenakan mereka jarang melakukan olah raga dan aktifitas fisik. Kegiatan yang dilakukan adalah sekolah dan belajar, sehingga jarang melakukan olahraga ataupun mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah.

Hasil analisis hubungan antara usia menarche dengan kejadian disminore

diperoleh responden yang mengalami disminore pada usia <12 sebanyak 12 orang, sedangkan responden yang menarche pada usia 12-14 tahun yang mengalami disminore sebanyak 14 orang. Didapatkan hasil uji statistik Kendall's tau didapat nilai $\tau = -0,169$ dengan $\text{approx.sig.} = 0,251 > 0,05$ berarti tidak signifikan, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Jadi Tidak ada hubungan usia menarche dengan kejadian dismonire pada siswi di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara.

Berdasarkan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2014) dari uji statistic yang dilakukan diperoleh nilai $P=0,381$ maka dapat disimpulkan tidak ada perbedaan proporsi kejadian disminore antara responden yang menarche pada usia <12 tahun, 12-14 tahun (tidak ada hubungan yang signifikan antara usia menarche dengan kejadian disminore)

Dari 23 orang status gizi kurus terdapat 2 orang tidak nyeri (Nn. M dan Nn. S) hal tersebut disebabkan karena tingginya aktivitas (kegiatan estrakulikuler) sehingga otot rahim menjadi lebih rileks dan tidak mengalami nyeri saat menstruasi. Hal tersebut sama dengan penelitian yang telah dilakukan oleh Purba (2013) yang mengatakan bahwa proporsi disminore primer tertinggi pada responden yang tidak pernah berolahraga yaitu 85,80% dan terendah pada responden yang sering berolahraga yaitu 70.60% dengan nilai $P 0.0019$ yang artinya terdapat

hubungan antara olahraga dengan kejadian disminore primer.

Pada 12 orang dengan status gizi kurus yang mengalami nyeri ringan dan 9 orang nyeri sedang. Status gizi yang kurus selain akan mempengaruhi pertumbuhan, fungsi organ tubuh, juga akan menyebabkan terganggunya haid, tetapi akan membaik jika asupan nutrisinya baik. Pada remaja wanita perlu mempertahankan status gizi yang baik dengan cara mengkonsumsi makanan seimbang makanan seimbang karena sangat diperlukan saat menstruasi.

Menurut penelitian Shopia (2013) rasio prevalensi kejadian disminore pada siswi dengan status gizi rendah dengan status gizi normal adalah 1,238 (0,329-0,819). Artinya responden dengan status gizi rendah memiliki kemungkinan resiko 1,2 kali lebih besar mengalami disminore dibanding dengan responden dengan status gizi normal.

Pada 5 orang status gizi gemuk terdapat 3 orang tidak nyeri, 2 orang nyeri ringan, dan dari 1 orang obesitas tidak nyeri saat menstruasi. Pada status gizi lebih (gemuk dan obesitas) dapat mengakibatkan disminore karena jaringan lemak yang berlebihan. Hal itulah yang menyebabkan terjadinya hiperplasi atau terdesaknya pembuluh darah karena jaringan lemak pada organ reproduksi wanita. Sehingga darah yang seharusnya mengalir pada masa menstruasi terganggu dan menyebabkan rasa nyeri. Pada responden dengan status

gizi gemuk tetapi tidak mengalami disminore dikarenakan mereka aktif dalam olahraga. Remaja yang jarang melakukan olahraga memiliki resiko 1,2 kali lebih besar mengalami disminore (Purba dkk, 2013).

Dari hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil uji Kendall's tau didapat nilai $\tau = -0,512$ dengan $\text{appox.sig.} = 0,000 < 0,05$ berarti signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi Ada hubungan status gizi dengan kejadian disminore pada siswi smp kelas 1 di smpn 57 kecamatan pinang raya kabupaten bengkulu utara.

Pada penelitan yang dilakukan oleh Beddu, dkk (2015) berdasarkan hasil analisis statistic yang menggunakan uji *Chi Square Test* diperoleh nilai $p = 0.008$, yang artinya terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan disminore primer. Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa status gizi merupakan permasalahan yang dapat menimbulkan disminore primer.

Ramadhayanti dan Anur (2016) Dari 12 orang status gizi kurus terdapat 1 orang tidak nyeri (Nn. S). Responden mengatakan jika sering melakukan olahraga yaitu dengan rutin latihan bola voli di lapangan lingkungan rumahnya setiap sore bersama teman disekitarrumahnya. Karena sering melakukan olahraga tersebut otot-otot perutnya menjadi rileks dan tidak tegang, sehingga saat menstruasi tidak mengalami nyeri. Hal tersebut sama dengan penelitian

yang telah dilakukan oleh Purba (2013) yang mengatakan bahwa proporsi disminore primer tertinggi pada responden yang tidak pernah berolahraga yaitu 85,80% dan terendah pada responden yang sering berolahraga yaitu 70.60% dengan nilai $P = 0.0019$ yang artinya terdapat hubungan antara olahraga dengan kejadian disminore primer.

Pada 7 orang nyeri ringan dengan status gizi kurus, dan 4 orang nyeri sedang. Pada respon dengan usia menarche < 12 lebih beresiko mengalami disminore karena pada usia tersebut lebih mudah terkena endometritis, sehingga hal tersebut menyebabkan nyeri saat menstruasi. Status gizi yang kurang atau terbatas selain akan mempengaruhi pertumbuhan, fungsi organ tubuh, juga akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi.

Hal itu pun sama dengan penelitian yang dilakukan oleh Purba (2013) yang menyatakan bahwa proporsi disminore primer tertinggi pada umur menarche < 12 tahun yaitu 83,70% dan terendah pada umur > 14 tahun yaitu 46,20%. Dan hasil uji statistic yang membandingkan umur menarche < 12 tahun dengan umur 13-14 tahun (yang merupakan umur ideal remaja perempuan mengalami disminore primer), hasil uji statistic dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai $P = 0,037$ yang berarti terdapat hubungan antara umur dengan kejadian disminore primer.

Pada 2 orang gizi normal terdapat 1 orang tidak nyeri (Nn. V), pada remaja putri perlu mempertahankan status gizi yang baik, dengan cara mengonsumsi makanan seimbang karena sangat dibutuhkan pada saat haid. Pada fase luteal akan terjadi peningkatan kebutuhan nutrisi, dan bila diabaikan maka dampaknya akan terjadi keluhan-keluhan yang menimbulkan rasa nyeri.

Dan 1 orang nyeri ringan dengan status gizi normal. Pada responden Nn. T dengan status gizi normal tetapi mengalami nyeri saat menstruasi, responden mengatakan jika dirinya jarang melakukan olahraga dan juga tidak mengikuti kegiatan ekstrakurikuler di sekolah. Nn. T mengatakan jika dia merasa sakit pada perut bagian bawahnya saat menstruasi dan sakit tersebut dirasakan pada sehari sebelum menstruasi dan 2-3 hari setelah menstruasi.

Hal tersebut sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Wahyuni (2014) dari hasil uji statistik diperoleh nilai $P=0,028$ maka dapat disimpulkan ada perbedaan proporsi kejadian yang mengalami disminore antara responden yang olahraga secara teratur dengan yang olahraga tidak teratur (ada hubungan antara olahraga teratur dengan kejadian disminore).

Hasil uji Kendall's tau didapatkan 12 orang yang mengalami disminore dari 14 responden yang mengalami menarche pada umur <12 tahun didapat nilai $\tau = -0,382$ dengan $\text{approx.sig.} = 0,157 > 0,05$ berarti

tidak signifikan, maka H_0 diterima dan H_a ditolak. Jadi Tidak ada hubungan usia menarche dengan kejadian disminore Pada siswi SMP kelas 1 di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Bengkulu Utara

Hal tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Suwarnisih (2017) menggunakan uji *chi square* terlihat Asimp.Sig sebesar 0,796. Karena $\text{Asimp.sig } 0,288 > 0,05$. Maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara usia menarche dengan kejadian disminore. Hasil penelitian ini didukung dengan penelitian yang dilakukan Putri (2014) yang menunjukkan bahwa tidak ada hubungan usia menarche dengan disminore ($P=0,363$).

Dari 11 orang gizi kurus terdapat 1 orang tidak nyeri (Nn. S), hal ini dikarenakan Nn. S aktif dalam kegiatan ekstrakurikuler di sekolahnya. Latihan-latihan olahraga yang ringan sangat dianjurkan untuk mengurangi disminore. Olahraga/senam merupakan salah satu teknik relaksasi yang dapat digunakan untuk mengurangi nyeri saat menstruasi. Hal ini disebabkan saat melakukan olahraga/senam tubuh akan menghasilkan endorfin. Endorfin dihasilkan di otak dan sumsum saraf tulang belakang. Sesuai dengan teori endorfin-enkefalin mengenai pemahaman mekanisme nyeri adalah

ditemukannya reseptor opiate di membrane sinaps.

Pada status gizi kurus terdapat 5 orang nyeri ringan 5 orang nyeri sedang. Pada seseorang dengan statu gizi kurang lebih beresiko mengalami dsminore saat menstruasi karena kebutuhnnutrisinya yang tidak terpenuhi. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Shopia (2013) mengatakan bahwa jika dibandingkan status gizi rendah dengan status gizi normal, hasil uji statistic dengan menggunakan uji *chi square* diperoleh nilai $P = 0,006$ yang bearti terdapat hubungan yang bermakna antar status gizi dengan kejadian disminore.

Dari 6 orang gizi normal terdapat 4 orang tidak nyeri 1 orang nyeri ringan 1 orang nyeri sedang. Dari 5 orang status gizi gemuk terdapat 3 orang tidak nyeri, 2 orang nyeri ringan, dan 1 orang obesitas tidak nyeri.

Hasil analisa terdapat 10 orang dengan status gizi kurus yang mengalami disminore, 2 orang dengan status gizi normal, dan 2 orang dengan statu gizi gemuk, maka didapatkan uji Kendall's tau didapat nilai $\tau = -0,519$ den ganapprox.sig. $= 0,000 < 0,05$ berarti signifikan, maka H_0 ditolak dan H_a diterima. Jadi Ada hubungan status gizi dengan kejadian disminore Pada siswi SMP kelas 1 di SMPN 57 Kecamatan Pinang Raya Bengkulu Utara.

Hal tersebut sesuai dengan yang dinyatakan oleh Mitayani dan wiwiSartika (2010) bahwa faktor-faktor yang memegaruhiusia menarche yaitu status gizi remaja, faktor usia terjadinya menarche, adanya keluhan selama menarche. Masalah gizi pada remaja timbul karena perilaku gizi yang salah, yaitu ketidakseimbangan antara konsumsi gizi dengan keukupan gizi yang dianjurkan

5. KESIMPULAN

- Dari 37 responden terdapat 23 orang (62,2%) dengan usia menarche 12-14 tahun.
- Dari 37 responden terdapat 23 orang (62,2%) dengan status gizi kurus.
- Dari 37 responden terdapat 16 orang (43,2%) nyeri ringan saat menstruasi .
- Tidak ada hubungan usia menarche dengan kejadian dismonire pada Siswi Smp Kelas 2 Di Smpn 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara
- Ada hubungan status gizi dengan kejadian disminore pada Siswi Smp Kelas 2 Di Smpn 57 Kecamatan Pinang Raya Kabupaten Bengkulu Utara

DAFTAR PUSTAKA

- Alatas dan TA Larasati. 2016. *Disminore Primer dan Faktor Resiko Disminore Primer pada Remaja*. Vol : 5, No : 3. September 2016
- Bare BG dan Smeltzer. 2002. *Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah*. Jakarta: EGC.
- Beddu, S, dkk. 2015. *Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Disminore Primer pada Remaja Putri*. Vol : 1, No : 1, Oktober 2015.
- Dewi, N. S. 2012. *Biologi Reproduksi*. Yogyakarta :Rihana Medika.
- Handayani, Eka Yuli dan Lesmana Sri Rahayu. 2014. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Nyeri Haid Menstruasi (dismenore) pada Remaja Putri di Beberapa SMA DI Kabupaten Rokan Hulu*. Vol 1, No : 4, 2014
- Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Marmi. 2013. *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Pustaka Pelajar.
- Purba FS, dkk. *Faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore pada siswi SMK N 10 Medan*. Jurnal USU. 2013
- Purnamasari, Wulan. 2013. *Efektifitas Terapi Farmakologis dan Non Farmakologis terhadap Nyeri Haid (dismenore) Pada Siswi*. Universitas Tanjungpura : Skripsi
- Ramadhayanti, E dan Anur R. *Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche Dengan Disminore Primer pada Remaja Putri Kelas XI SMA Negeri 15 Palembang*. Vol : 7, No : 2, Agustus 2016.
- Savitri, R. *Gambaran Skala Nyeri Haid paada Usia Remaja*. Vol : 2, No : 2, Desember 2015.
- Sibagariang, Eva Ellya. 2010. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: Penerbit Buku Kesehatan
- Shopia, F, dkk. 2013. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Disminore pada Siswi SMK N 10 Medan Tahun 2013*. Jurnal USU
- Sukarni, I dan Margareth. 2013. *Kehamilan, Persalinan dan Nifas*. Yogyakarta :Nuha Medika.
- Sukarni, I dan Wahyu. 2013. *Buku ajar Keperawatan Maternitas*. Yogyakarta :Nuha Medika
- Susilawati, G. 2013. *Hubungan Umur Paritas dan Status Gizi dengan Kejadian Disminore pada Wanita Usia Subur di Gampong Klieng Cot Aron Kecamatan Baitusallam Aceh Besar*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan U'Budiyah. KTI. Aceh.
- Suwarnisih, dkk. *Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Disminore pada Remaja Putri di SMPN 17 Surakarta*. Karanganyar : Jurnal STIKES Mitra Husada
- Trimayasari, D dan Kadar Kuswandi. *Hubungan Usia Menarche dan Status Gizi Siswi SMP Kelas 2 Dengan Kejadian Disminore*. Vol : 2, No : 2, Desember 2014.
- Unani, N.N dan Hestilstryorini. 2013. *Hubungan Antara Status Gizi (Indeks Masa Tubuh) dengan Kejadian Disminore Primer pada Remaja di*

*Akademi Kebidanan Bina
HusadaTangggerang. Vol : 1 No : 1*

Wahyuni, R. *Faktor-faktor Yang Berhubungan
dengan Nyeri Haid Menstrasi
(Disminore) Pada Remaja Putri di
beberapa SMA di Kabupaten Rokan
Hulu tahun 2013. Vol : 1, No : 1*