



Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

Lintang Ar-Rakhimi^{1*}, John J. E. Wantania², Erna Suparman²

1 Program Studi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Sam Ratulangi, Manado

2 Bagian Obstetri-Ginekologi, Fakultas Kedokteran, Universitas Sam Ratulangi, Manado

Abstrak: Prevalensi kejadian dismenore di Indonesia cenderung tinggi yaitu mencapai 64,25%. Terdapat berbagai faktor yang mempengaruhi dismenorea di antaranya adalah usia menarche, lama menstruasi, status gizi, dan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji. Tujuan: Untuk mengetahui hubungan antara usia menarche, lama menstruasi, status gizi, dan kebiasaan mengonsumsi makanan cepat saji terhadap kejadian dismenore pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi. Metode: Penelitian kuantitatif, metode survei analitik, pendekatan *cross sectional* dengan menggunakan instrumen kuesioner dalam bentuk *link Google form*. Jumlah sampel menggunakan metode *simple random sampling* sebesar 319 orang Hasil: dari 319 orang responden terdapat 294 mahasiswi yang mengalami kejadian dismenore. Usia menarche, lama menstruasi, status gizi (IMT), dan konsumsi makanan cepat saji tidak berhubungan dengan kejadian dismenore pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi ($P\text{-value} > 0.05$). Kesimpulan: Tidak terdapat hubungan antara usia menarche, lama menstruasi, status gizi (IMT), dan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi.

Kata kunci: Dismenore, Menarche, Lama Menstruasi, Status Gizi (IMT), Konsumsi Makanan Cepat Saji

DOI:

<https://doi.org/10.47134/phms.v2i2.351>

*Correspondence: Lintang Ar-Rakhimi

Email:

lintangrakhimi011@student.unsrat.ac.id

Received: 22-01-2025

Accepted: 29-01-2025

Published: 01-02-2025



Copyright: © 2025 by the authors. Submitted for open access publication under the terms and conditions of the Creative Commons Attribution (CC BY) license (<http://creativecommons.org/licenses/by/4.0/>).

Abstract: The prevalence of dysmenorrhea in Indonesia tends to be high, reaching 64.25%. There are various factors that influence dysmenorrhoea, including age at menarche, length of menstruation, nutritional status, and the habit of consuming fast food. Purpose: To determine the relationship between age of menarche, length of menstruation, nutritional status, and fast food consumption habits on the incidence of dysmenorrhea in medical students at Sam Ratulangi University Method: Quantitative research, analytical survey method, cross sectional approach using a questionnaire instrument in the form of a Google form link. The number of samples using the simple random sampling method was 319 people Results: Out of 319 respondents, 294 female students experienced dysmenorrhea. Age at menarche, length of menstruation, nutritional status (BMI), and fast food consumption were not related to the incidence of dysmenorrhea in medical students at Sam Ratulangi University ($P\text{-value} > 0.05$). Conclusion: There is no relationship between age at menarche, length of menstruation, nutritional status (BMI), and consumption of fast food with the incidence of dysmenorrhea in medical students at Sam Ratulangi University.

Keywords: Dysmenorrhea, Menarche, Length of Menstruation, Nutritional Status (BMI), Onsumption of Fast Food

Pendahuluan

Dismenore merupakan istilah Yunani *dys* yang berarti sulit, nyeri, abnormal, *meno* berarti bulan dan *rrhea* berarti aliran atau dismenore dapat diartikan sebagai "perdarahan bulanan yang menyakitkan". Dismenore didefinisikan sebagai nyeri haid yang berkembang karena kontraksi uterus. Gejala yang berhubungan dengan dismenore dapat mencakup gejala gastrointestinal seperti mual, kembung, diare, konstipasi, muntah, dan gangguan pencernaan. Rasa mudah tersinggung, sakit kepala, dan nyeri punggung bawah umum terjadi pada wanita yang mengalami dismenore (Nagy et al. 2018).

Faktor risiko terjadinya dismenore antara lain usia <30 tahun, usia menarche dini, nuliparitas, status gizi (IMT), depresi, riwayat keluarga mengalami dismenore. Faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore lainnya di antaranya adalah kebiasaan merokok, pola makan, riwayat kekerasan seksual, riwayat operasi *caesar* dengan penyembuhan bekas luka rahim yang belum tuntas (ceruk rahim), siklus menstruasi lebih panjang dan lebih deras, dan riwayat keluarga dismenore (Nagy et al. 2018)

Menurut WHO angka kejadian dismenore cukup tinggi di seluruh dunia prevalensi dismenore bervariasi antara 41,7% dan 89,1%. Prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 64,25%, terdiri dari dismenore primer sebesar 54,89% dan 9,36% mengalami dismenore sekunder (Nurfadillah et al. 2021). Adapun prevalensi terjadinya dismenore pada mahasiswa di beberapa negara memiliki keberagaman namun cenderung pada *range* yang tidak jauh berbeda. Prevalensi terjadinya dismenore pada mahasiswa di Turki mencapai 87,7%, pada mahasiswa di Iran sebesar 89,9%, pada mahasiswa Ethiopia sebesar 85,4%, dan pada mahasiswa di Spanyol mencapai 74,8%. Prevalensi terjadinya dismenore pada mahasiswa kesehatan di Instansi Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura mencapai 70,8% (Tsamara et al. 2020). Hal tersebut juga membuktikan bahwa dismenore masih menjadi salah satu masalah kesehatan yang sering terjadi pada kelompok mahasiswa Kesehatan.

Berdasarkan penjelasan di atas maka penulis tertarik melakukan penelitian terkait faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan usia menarche, lama menstruasi, indeks massa tubuh, dan makanan cepat saji dengan kejadian dismenore mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi.

Metode

Desain penelitian ini adalah kuantitatif dengan menggunakan metode survei analitik melalui pendekatan desain penelitian potong lintang (*cross sectional*) di mana pengumpulan atau pengukuran data hanya dilakukan satu kali dengan menggunakan instrumen penelitian kuesioner sebagai data primer dan disebarikan dalam bentuk *link Google form*. Penelitian ini dilakukan di Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi pada bulan Oktober-November 2024. Populasi penelitian ini adalah seluruh mahasiswi angkatan 2021, 2022, 2023, dan 2024 Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi. Pengambilan sampel menggunakan *simple random sampling* sebanyak 319 orang dengan kriteria inklusi wanita yang sudah menstruasi dan bersedia mengikuti dan hadir dalam penelitian. Instrumen yang digunakan pada penelitian ini berupa kuesioner *Numeric Rating Scale* dan *Food Frequent Questionnaire (FFQ)*, kuesioner ini sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Analisis data univariat menggunakan Teknik kuantitatif deskriptif dan analisis bivariat menggunakan metode chi-square.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Frekuensi (n)	%
Usia		
17	22	6.9
18	84	26.3
19	107	33.5
20	53	16.6
21	40	12.5
22	13	4.1
Angkatan		
2021	56	17.6
2022	42	13.2
2023	134	42.0
2024	87	27.3
Program Studi		
Pendidikan Dokter	250	78.4
Pendidikan Dokter Gigi	19	6.0
Ilmu Keperawatan	50	15.7

Berdasarkan tabel 1 dilihat bahwa kebanyakan responden berada di usia 19 tahun sebanyak 107 mahasiswa (33.5%), pada Angkatan 2023 sebanyak 134 (42.0%), dan program studi Pendidikan dokter sebanyak 250 mahasiswa (78.4%).

Tabel 2. Analisis Univariat Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

Variabel	Frekuensi (n)	%
Dismenore		
Nyeri	294	92.2
Tidak Nyeri	25	7.8
Usia Menarche		
Normal	288	90.3
Tidak Normal	31	9.7
Lama Menstruasi		
Normal	306	95.9
Tidak Normal	13	4.1
IMT		
Normal	161	50.5
Tidak Normal	158	49.5
Konsumsi makanan cepat saji		
Tidak pernah	1	0.3
Kadang-kadang	206	64.6
Sering	112	35.1

Hasil analisis univariat pada Tabel 2 menunjukkan bahwa dari 319 responden, mayoritas responden mengalami dismenore yaitu sebanyak 294 mahasiswi (92.2%) dan tidak mengalami dismenore sebanyak 25 orang (7.8%). Sebanyak 288 mahasiswi (90.3%) mengalami menarche normal dan sebanyak 31 orang (9.7%) mengalami menarche tidak normal. Sebanyak 306 (95.9%) mengalami lama menstruasi normal dan sebanyak 13 orang (4.1%) mengalami lama menstruasi tidak normal. Sebanyak 161 mahasiswi (50.5%) memiliki IMT normal dan 158 (49.5%) orang memiliki IMT tidak normal. Dan mayoritas mahasiswi memiliki kebiasaan konsumsi makan cepat saji dengan kategori kadang-kadang, yaitu sebanyak 206 orang (64.6%).

Hasil analisis dalam penelitian ini menunjukkan bahwa dari 319 mahasiswa Fakultas Kedokteran sebesar 92,2% atau setara dengan 294 mahasiswa mengalami kejadian dismenore. Persentase tersebut menunjukkan angka yang cukup tinggi ketimbang persentase kejadian dismenorea pada mahasiswa kesehatan di penelitian lainnya. Seperti penelitian yang dilakukan pada mahasiswa kesehatan di Instansi Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura mencapai 70,8%. Hal tersebut menunjukkan bahwa kejadian dismenorea masih menjadi masalah yang umum terjadi bahkan pada mahasiswa kesehatan sekalipun (Tsamara et al. 2020).

Tabel 3. Analisis Bivariat Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa Kedokteran Universitas Sam Ratulangi

Variabel	Dismenore				ρ
	Ya		Tidak		
	F	%	F	%	
Usia Menarche					
Normal	268	91.2	20	80	0.081
Tidak Normal	26	8.8	5	20	
Total	294	100	25	100	
Lama Menstruasi					
Normal	281	95.6	25	100	0.610
Tidak Normal	13	4.4	0	0	
Total	294	100	25	100	
IMT					
Normal	150	51	11	44	0.538
Tidak Normal	144	49	14	56	
Total	294	100	25	100	
Konsumsi Makanan Cepat Saji					
Tidak pernah	1	0.3	0	0	0.195
Kadang-kadang	186	63.3	20	80	
Sering	107	36.4	5	20	
Total	294	100	26	100	

Berdasarkan Tabel 3 diketahui mahasiswi yang mengalami dismenore terbanyak pada usia menarche normal sebanyak 268 orang (91.2%) sedangkan usia menarche tidak normal sebanyak 26 orang (8.8%) dan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai derajat signifikan 0.081 menunjukkan p-value >0.05 Maka H_0 diterima H_a ditolak, yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara usia menarche terhadap kejadian dismenore pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi

Penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian yang dilakukan oleh Arista pada wanita di Yogyakarta yang menunjukkan hasil bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara usia menarche dengan kejadian dismenorea. Menurut teori, terdapat hubungan antara umur menarche cepat terhadap kejadian dismenorea karena saat menarche, alat reproduksi belum siap untuk mengalami perubahan dan leher rahim masih sempit, sehingga timbul rasa sakit saat menstruasi. Menarche di usia muda menyebabkan terjadi peningkatan hormon yaitu estrogen dan progesteron. Hormon progesteron yang tinggi dapat meningkatkan sintesis prostaglandin pada endometrium. Prostaglandin yang tinggi mengakibatkan nyeri menstruasi semakin berat. Penelitian ini menunjukkan hasil yang berbeda dengan teori yang ada. Perbedaan hasil ini dikarenakan terdapat faktor-faktor yang mempengaruhi usia menarche seperti status gizi, genetik, dan lingkungan (Gunawati et al. 2021)

Mahasiswi yang mengalami dismenore terbanyak pada lama menstruasi normal sebanyak 281 orang (95.6%) sedangkan lama menstruasi tidak normal sebanyak 13 orang (4.4%) dan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai derajat signifikan p-value 0.610

menunjukkan p-value >0.05 Maka H₀ diterima H_a ditolak, yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara lama menstruasi terhadap kejadian dismenore pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada wanita di Yogyakarta yang dilakukan oleh Arista (Gunawati et al. 2021) yang menunjukkan hasil tidak ada hubungan antara lama menstruasi terhadap kejadian dismenore. Hasil penelitian ini berbeda dengan hasil penelitian dari Rahayu yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan dismenore (Kusniyanto et al. 2019). Pada dasarnya, lama hari menstruasi dapat dipengaruhi oleh dua faktor yaitu faktor psikologis dan faktor fisiologis. Dilihat dari faktor psikologis, biasanya tingkat emosional wanita saat menjelang menstruasi atau pada hari awal menstruasi masih cenderung tidak stabil. Gangguan psikologis seperti stres yang dialami menjelang atau saat menstruasi juga akan mempengaruhi durasi lama menstruasi.

Mahasiswi yang mengalami dismenore terbanyak pada IMT normal sebanyak 150 orang (51%) sedangkan IMT tidak normal sebanyak 144 orang (49%) dan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai derajat signifikan p-value 0.538 menunjukkan p-value >0.05. Maka H₀ diterima H_a ditolak, yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara Indeks Massa Tubuh terhadap kejadian dismenore pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang telah dilakukan pada mahasiswi tingkat I semester II Akademi Kebidanan RSPAD Gatot Soebroto yang berjumlah 59 mahasiswi. Hasil dari uji statistik Chi-Square, diperoleh nilai p value = 0,202 >0,05 hal ini menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dengan terjadinya dismenore (Jayanti et.al 2021). Menurut teori, memiliki lemak tubuh yang rendah dapat mengganggu ovulasi dan siklus menstruasi yang normal. Wanita dengan berat badan kurang menghasilkan lebih sedikit estrogen yang dapat menyebabkan ketidakaturan dalam siklus ovulasi mereka dan meningkatkan risiko terjadinya dismenore. Wanita yang kelebihan berat badan juga dapat mengalami dismenore karena di dalam tubuh individu dengan kelebihan berat badan terdapat jaringan lemak berlebih yang dapat meningkatkan hiperplasia pembuluh darah atau terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita sehingga darah yang seharusnya mengalir pada saat proses menstruasi terganggu dan timbul dismenore (Wu L et al. 2022). Penelitian ini menunjukkan hasil berbeda dengan teori yang ada, hal ini dapat disebabkan karena banyak faktor di antaranya yaitu faktor kejiwaan, faktor konstitusi yang dapat berpengaruh terhadap ketahanan terhadap rasa nyeri, seperti kondisi fisik yang lemah, anemia, penyakit menahun serta faktor endokrin yaitu timbulnya nyeri menstruasi diduga karena kontraksi uterus yang berlebihan, dan faktor aktivitas. Selain itu status gizi juga dapat dipengaruhi oleh pola makan yang tidak teratur, dan stres akibat beban akademik.

Mahasiswi yang mengalami dismenore terbanyak pada frekuensi konsumsi makanan cepat saji kategori kadang-kadang yaitu sebanyak 186 orang (63.3%) sedangkan kategori tidak pernah sebanyak 1 orang (0.3%) dan kategori sering sebanyak 107 orang (36.4%) dan hasil uji statistik chi-square diperoleh nilai derajat signifikan p-value 0.161 menunjukkan p-value >0.05 Maka H₀ diterima H_a ditolak, yang berarti bahwa tidak ada hubungan antara

konsumsi makanan cepat saji terhadap kejadian dismenore pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan pada mahasiswi Fakultas Kesehatan Universitas Muhammadiyah Gresik yang menunjukkan hasil bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore (Thania et al. 2023). Menurut teori, makanan cepat saji memiliki kandungan asam lemak yang tinggi sehingga dapat menyebabkan adanya gangguan hormon progesteron pada fase luteal, yang meningkatkan kadar prostaglandin dalam fase siklus ovulasi. Makanan cepat saji juga mengandung radikal bebas, yang akan menyebabkan peningkatan hormone prostaglandin. Peningkatan prostaglandin tersebut yang menyebabkan terjadinya dismenore (Mumena et al. 2022). Pada penelitian ini menunjukkan hasil berbeda dengan teori yang ada dikarenakan terdapat faktor lain yang dapat mempengaruhi dismenore selain mengonsumsi makanan cepat saji yaitu olahraga, status gizi, stres, genetik.

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi periode Oktober-November 2024 dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara faktor risiko usia menarche, lama menstruasi, indeks massa tubuh (IMT) dan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore pada mahasiswa kedokteran Universitas Sam Ratulangi.

Daftar Pustaka

- Al-Matouq S, Al-Mutairi H, Al-Mutairi O, Abdulaziz F, Al-Basri D, Al-Enzi M, et al. Dysmenorrhea among high-school students and its associated factors in Kuwait. *BMC Pediatr*. 2019;19(1).
- Christensen K. Dysmenorrhoea: An update on primary healthcare management. *Aust J Gen Pract*. 2024;53(1–2).
- Gunawati A, Nisman WA. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Dismenorea di SMP Negeri di Yogyakarta. *J Kesehat Reproduksi*. 2021;8(1).
- Hu Z, Tang L, Chen L, Kaminga AC, Xu H. Prevalence and Risk Factors Associated with Primary Dysmenorrhea among Chinese Female University Students: A Cross-sectional Study. *J Pediatr Adolesc Gynecol*. 2020;33(1).
- Itani R, Soubra L, Karout S, Rahme D, Karout L, Khojah HMJ. Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment Updates. Vol. 43, *Korean Journal of Family Medicine*. 2022.

- Jayanti C. Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II Akademi Kebidanan RSPAD Gatot Soebroto. *J Bidan Komunitas*. 2021;4(2).
- Kusniyanto RE, Suiyarti W. Pengaruh menarche dan lamanya haid terhadap peningkatan kejadian dismenorea primer. *Semin Nas Sains, Teknol dan Sos Hum UIT*. 2019;
- Mantolas SL, Nurwela TS, Gerontini R. Hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenorea pada mahasiswi keperawatan angkatan vi sekolah tinggi ilmu kesehatan (STUKES) citra husada mandiri Kupang (CHMK). *Chmk Midwifery Sci J*. 2019;2.
- Mumena WA, Ateek AA, Alamri RK, Alobaid SA, Alshallali SH, Afifi SY, et al. Fast-Food Consumption, Dietary Quality, and Dietary Intake of Adolescents in Saudi Arabia. *Int J Environ Res Public Health*. 2022;19(22).
- Nagy H, Khan MA. Dysmenorrhea Continuing Education Activity. *Statpearls*. 2018;
- Nuraini S, Sa'diah YS, Fitriany E. Hubungan Usia Menarche, Status Gizi, Stres dan Kadar Hemoglobin Terhadap Kejadian Dismenorea Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman. *J Sains dan Kesehat*. 2021;3(3).
- Nurfadillah H, Maywati S, Aisyah IS. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universits Siliwangi. *J Kesehat Komunitas Indones*. 2021;17(1).
- Primalova A, Stefani M. The Relationship between Nutritional Status, Junk Food Consumption, and Exercise Habits of Adolescent Girls in Jakarta with the Incidence of Primary Dysmenorrhea. *Amerta Nutr*. 2024;8(1).
- Prishaningrum AAR. Hubungan Tingkat Stres Terhadap Tingkat Dismenore Pada Remaja Usia 16-18 Tahun Di Pondok Pesantren An-Nur Komplek Al-Maghfirah Ngrukem Sewon Kabupaten Bantul. *Skripsi*. 2019;
- Rahmadhani SP, Riski M. Analisa faktor yang mempengaruhi nyeri menstruasi pada remaja putri. *J Kesehat Terap*. 2021;
- Sari SIP, Sendari A. Lifestyle And Nutritional Status Of The Event Of Adolescent Women's Dysmenorrhea. *J Kebidanan Malahayati*. 2022;8(2).
- Savitri NPW, Citrawathi DM, Dewi NPSR. Hubungan Status Gizi Dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Siswi SMP Negeri 2 Sawan. *J Pendidik Biol Undiksha*. 2019;6(2).
- Thania WF, Arumsari I, Aini RN. Konsumsi Makanan Cepat Saji berhubungan dengan Dismenore Primer pada Remaja di Wilayah Urban. *Muhammadiyah J Nutr Food Sci*. 2023;4(1).

-
- Tsamara G, Raharjo W, Ardiani Putri E. Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura. *J Nas Ilmu Kesehat*. 2020;2(3).
- Wardani PK, Fitriana F, Casmi SC. Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X. *J Ilmu Kesehat Indones*. 2021;2(1).
- Wu L, Zhang J, Tang J, Fang H. The relation between body mass index and primary dysmenorrhea: A systematic review and meta-analysis. Vol. 101, *Acta Obstetrica et Gynecologica Scandinavica*. 2022.
- Zahra Wulandari M, Fuad Hamdi A, Zahra Nurhalisa F, Fawwaz D, Hutabarat P, Septiani GC, et al. Penggunaan Perhitungan Indeks Massa Tubuh sebagai Penanda Status Gizi pada Mahasiswa Prodi Kesehatan Masyarakat Rombel 2D. *J Anal*. 2023;2(2).