

# HUBUNGAN PENGETAHUAN, TINGKAT STRES DAN RIWAYAT KELUARGA DENGAN KEJADIAN DISMENORE PADA MAHASISWI FKIP PRODI BIMBINGAN DAN KONSELING (BK) UNISKA MAB BANJARMASIN TAHUN 2020

Puterida<sup>1</sup>, Netty<sup>2</sup>, M. Bahrul Ilmi<sup>3</sup>

<sup>1</sup>Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan MAB, 16070295

<sup>2</sup>Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan MAB, 4002116601

<sup>3</sup>Kesehatan Masyarakat, 13201, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Islam Kalimantan MAB, 1112029001  
E-mail : puteri.da2@gmail.com

## ABSTRAK

Dismenore adalah nyeri saat haid, biasanya dengan rasa kram dan terpusat di abdomen bawah. Keluhan nyeri haid dapat terjadi bervariasi mulai dari yang ringan sampai berat. Di Indonesia angka kejadian dismenore terdiri dari 72,89% dismenore primer dan 27,11% dismenore sekunder dan angka kejadian dismenore berkisar 45-95% di kalangan usia produktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan, tingkat stres dan riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada mahasiswa FKIP prodi bimbingan dan konseling (BK) Uniska MAB Banjarmasin Tahun 2020. Metode penelitian ini *survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Sample dalam penelitian ini berjumlah 64 responden. Pengambilan sample menggunakan *total sampling*. Analisis menggunakan uji *Chi-square*. Hasil menunjukkan bahwa sebagian besar responden dismenore sebanyak 35 orang (54,7%), berpengetahuan kurang sebanyak 31 orang (48,4%), stres sedang sebanyak 31 orang (48,4%), ada riwayat keluarga sebanyak 40 orang (62,5%), ada hubungan pengetahuan ( $p\text{ value}=0,002 < \alpha 0,05$ ), tingkat stres ( $p\text{ value}=0,001 < \alpha 0,05$ ), riwayat keluarga ( $p\text{ value}=0,001 < 0,05$ ) dengan kejadian dismenore pada mahasiswa FKIP prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin tahun 2020.

Kata Kunci : Pengetahuan, Tingkat Stres Dan Riwayat Keluarga, Kejadian Dismenore

## ABSTRACT

*Dysmenorrhea is painful menstrual, it is usually indicated by cramping and concentrated in the lower abdomen. Level of complaints of menstrual pain can vary from mild to severe. In Indonesia, the incidence of dysmenorrhea consists of 72.89% primary dysmenorrhea and 27.11% secondary dysmenorrhea and the incidence rate of dysmenorrhea ranges from 45-95% among productive age. This study aims to determine the relationship between knowledge, stress levels and family history with the incidence of dysmenorrhea in the Counseling and Guidance Study Program (BK) students of UNISKA MAB Banjarmasin in 2020. This research method is an analytical survey with a cross sectional approach. The sample in this study amounted to 64 respondents. Sampling using total sampling. Analysis using the Chi-square test. The results showed that most of the respondents with dysmenorrhea were 35 people (54.7%), 31 people were less knowledgeable (48.4%), 31 people were moderate stress (48.4%), there were 40 people with family history (62, 5%), there is a relationship of knowledge ( $p\text{ value} = 0.002 < \alpha 0.05$ ), stress level ( $p\text{ value} = 0.001 < \alpha 0.05$ ), family history ( $p\text{ value} = 0.001 < 0.05$ ) with the incidence of dysmenorrhea in students of the Teacher Training and Education Faculty (FKIP), Study Program Counseling and Guidance (BK) UNISKA MAB Banjarmasin in 2020.*

*Keywords : Knowledge, Stress Levels And Family History, The Incidence Of Dysmenorrhea*

## PENDAHULUAN

Setiap perempuan yang sudah *baligh* secara biologisnya pasti mengalami menstruasi. Dimana umumnya terjadi saat umur 12-16 tahun atau yang disebut *menarche*. Siklus menstruasi ini terjadi secara periodik setiap bulannya dengan rentang 28 hari normalnya sedangkan masa haidnya antara 3-7 hari (Rahayu, dkk, 2017), artinya masa menstruasi akan terjadi setiap 28 hari sejak masa

“menarche” (menstruasi pertama) dan terus berlangsung sampai masa “menopause” (berhentinya menstruasi secara permanen) yaitu ketika seseorang sudah tidak mengalami menstruasi lagi karena alasan fisiologis terkait usia dan kesuburan sistem reproduksinya.

Tetapi didalam siklus menstruasi ini terdapat sifat patologis yang normalnya tidak terjadi pada wanita normal yaitu *dismenore* (Sinaga, 2017).

Dismenore adalah sakit saat menstruasi yang dapat menyebabkan gangguan fisik seperti mual, lemas, diare dan dapat mengganggu aktivitas. Perempuan yang mengalami dismenore akan mengalami gangguan dalam aktivitas belajarnya karena belajar merupakan kegiatan yang melibatkan kerja fisik dan juga otak (Laila dalam Pundati dkk, 2016).

Terganggunya aktivitas belajar pada mahasiswi akibat dismenore dapat meningkatkan frekuensi ketidakhadiran kuliah (Ningsih dalam Pundati dkk, 2016). Dismenore merupakan nyeri dibagian perut bawah selama menstruasi. Dismenore di klarifikasikan menjadi dismenore primer dan dismenore sekunder (Simanjuntak, 2014).

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. Dismenore sekunder adalah nyeri saat menstruasi dengan adanya kelainan pada alat-alat genital. Biasanya terjadi akibat berbagai kondisi patologis seperti endometriosis, salpingitis, adenomiosis uteri, dan lain-lain (Simanjuntak, 2014).

Menurut dari WHO tahun 2013 didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore dengan 10-15% mengalami dismenore berat. Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata hampir lebih dari 50% wanita mengalaminya. Di Inggris sebuah penelitian bahwa 10% dari remaja sekolah lanjut absen 1-3 hari setiap bulannya karena menderita dismenore (Anugroho, 2015).

Hasil penelitian yang dilakukan di Amerika Serikat pada tahun 2012 untuk mengetahui kejadian dismenore primer pada wanita umur 12-17 tahun adalah 59,7% dengan derajat kesakitan 49% dismenore ringan, 37% dismenore sedang, dan 12% dismenore berat (Shinta, 2014).

Kejadian dismenore di Indonesia juga tidak kalah tinggi dibandingkan dengan negara lain di dunia. Menurut Proverawati & Misaroh (2012) di Indonesia angka kejadian dismenore

terdiri dari 72,89% dismenore primer dan 27,11% dismenore sekunder dan angka kejadian dismenore berkisar 45-95% di kalangan usia produktif. Di provinsi Yogyakarta angka kejadian dismenore yang dialami wanita usia produktif sebanyak 52% dan mengatasi dismenore dengan cara meminum obat pengurang nyeri dan belum mengetahui teknik pengurang nyeri tanpa menggunakan obat pengurang nyeri.

Berdasarkan peneliti (Sabaruddin, 2017) didapatkan bahwa remaja putri dengan pengetahuan baik tentang *dysmenorhea* memiliki perilaku penanganan *dysmenorhea* tepat sebanyak 9 orang (81,8%), remaja putri yang memiliki pengetahuan cukup tentang *dysmenorhea* memiliki perilaku penanganan *dysmenorhea* tidak tepat sebanyak 14 orang (70%) dan remaja putri yang memiliki pengetahuan kurang tentang *dysmenorhea* memiliki perilaku penanganan *dysmenorhea* tidak tepat sebanyak 14 orang (66,7%).

Faktor keturunan atau riwayat keluarga (ibu atau saudara perempuan kandung) yang mengalami dismenorea menyebabkan seorang wanita untuk penderita dismenore parah, hal ini berhubungan karena kondisi anatomis dan fisiologis dari seseorang pada umumnya hampir sama dengan orang tua dan saudara-saudaranya (Ehrental dkk, 2006).

Selain faktor tersebut, Maryam (2016) menyebutkan bahwa riwayat keluarga yang mengalami dismenore juga menjadi salah satu faktor yang paling berpengaruh terhadap dismenore primer.

Di Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, rata-rata mahasiswi mengalami dismenore. Mahasiswi yang mengalami dismenore terbanyak di semester 8 yaitu 176 (53,3%) mahasiswi. Dari hasil penelitian yang dilakukan terhadap 21 responden pada mahasiswi Bidan Pendidikan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta, karakteristik responden berdasarkan usia yang paling banyak mengalami dismenore adalah usia 22 tahun sebanyak (86%), kemudian usia 21 tahun sebanyak (9%), dan usia 20 tahun sebanyak (5%), dan karakteristik responden berdasarkan

siklus menstruasi terdapat (76%) dengan siklus menstruasi teratur dan (24%) dengan siklus menstruasi tidak teratur, sedangkan karakteristik responden berdasarkan kejadian dismenore yang paling sering terjadi adalah hari pertama menstruasi sebanyak (48) yang terdiri dari 1 responden mengalami dismenore tidak tertahan, 7 responden mengalami dismenore berat, 2 responden mengalami dismenore sedang, dan 1 responden mengalami dismenore ringan, sedangkan pada hari kedua sebanyak (24%), yang terdiri dari 1 responden mengalami dismenore berat dan 4 responden mengalami dismenore sedang (Aryanie, 2014).

Dari uraian diatas peneliti tertarik melakukan penelitian yang berjudul hubungan pengetahuan, tingkat stres dan riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK MAB Banjarmasin Tahun 2020.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### 1. Karakteristik Responden

Tabel 1 Distribusi frekuensi responden menurut usia haid pertama responden di FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020

No	Usia Haid Pertama	n	%
1	≤ 10 tahun	10	15,6
2	11-13 tahun	9	14,1
3	≥ 14 tahun	45	70,3
	Total	64	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa usia haid pertama lebih banyak pada usia  $\geq 14$  tahun berjumlah sebanyak 45 orang (70,3%).

### 2. Gambaran Khusus Responden

#### a. Analisis Univariat

Tabel 2 Gambaran kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

No	Kejadian Dismenore	n	%
1	Dismenore	35	54,7
2	Tidak dismenore	29	45,3
	Total	64	100
No	Pengetahuan	n	%
1	Kurang	31	48,4
2	Cukup	14	21,9
3	Baik	19	29,7
	Total	64	100
No	Tingkat stress	n	%

## METODOLOGI PENELITIAN

Jenis penelitian yang di gunakan dalam penelitian ini adalah penelitian *survey analitik* dengan menggunakan rancangan atau desain *cross sectional* yaitu suatu penelitian untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek menggunakan cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus atau pada suatu saat (*point time approach*). Artinya tiap subjek penelitian hanya diobservasi sekali saja dan pengukuran dilakukan terhadap status karakter atau variabel subjek penelitian diamati pada waktu yang sama (Notoatmodjo, 2010). Alasan mengambil total *sampling* karena menurut Sugiyono (2007) jumlah populasi yang kurang dari 100 seluruh populasi dijadikan sampel penelitian semuanya. Sampel yang diambil dari penelitian ini adalah 64 orang.

1	Stres berat	16	25
2	Stres sedang	31	48,4
3	Stres ringan	17	26,6
Total		64	100
No	Riwayat Keluarga	n	%
1	Ada	40	62,5
2	Tidak ada	24	37,5
Total		64	100

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa lebih banyak responden yang mengalami kejadian dismenore yaitu berjumlah 35 orang (54,7%), responden yang berpengetahuan kurang lebih banyak berjumlah 31 orang (48,4%), bahwa yang mengalami tingkat stres sedang sebanyak 31 orang (48,4%) dan dapat diketahui bahwa yang mempunyai riwayat keluarga ada berjumlah 40 orang (62,5%).

#### b. Analisis Bivariat

Tabel 3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan hubungan pengetahuan dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020

No	Pengetahuan	Kejadian Dismenore				Total	
		Dismenore		Tidak dismenore		n	%
		n	%	n	%		
1	Kurang	24	77,4	7	22,6	31	100
2	Cukup	5	35,7	9	64,3	14	100
3	Baik	6	31,6	13	68,4	19	100
Total		35	54,7	29	45,3	64	100

$p\text{-value} = 0,002 < \alpha 0,05$

No	Tingkat stres	Kejadian Dismenore				Total	
		Dismenore		Tidak dismenore		n	%
		n	%	n	%		
1	Stres berat	9	56,2	7	43,8	16	100
2	Stres sedang	23	74,2	8	25,8	31	100
3	Stres ringan	3	17,6	14	82,4	17	100
Total		35	54,7	29	45,3	64	100

$p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$

No	Riwayat Keluarga	Kejadian Dismenore				Total	
		Dismenore		Tidak dismenore		n	%
		n	%	n	%		
1	Ada	29	72,5	11	27,5	40	100
2	Tidak	6	25	18	75	24	100
Total		35	54,7	29	45,3	64	100

$p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$

Sumber: Data Primer, 2020

Berdasarkan tabel 3 di atas dapat diketahui dengan pengetahuan yang kurang kelompok dismenore berjumlah 24 orang (77,4) sedangkan, tidak dismenore berjumlah 7 orang (22,6). Hasil uji analisis nilai dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,002 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berarti ada hubungan

pengetahuan dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020

Berdasarkan tingkat stres yang sedang dalam kelompok dismenore berjumlah 23 orang (74,2%) sedangkan yang tidak dismenore berjumlah 8 orang (25,8). Hasil uji analisis nilai dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berarti ada hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020

Berdasarkan ada riwayat keluarga yang memiliki kejadian dismenore berjumlah 29 orang (72,5) sedangkan riwayat keluarga yang tidak dismenore sebanyak 11 orang (27,5). Hasil uji analisis nilai dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berarti ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

## PEMBAHASAN

1. Gambaran kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dismenore sebanyak 35 orang (54,7%) sedangkan tidak dismenore sebanyak 29 orang (45%) pada mahasiswi FKIP prodi Bk.

Hasil penelitian Herawati (2017) di Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian bahwa mayoritas responden mengalami nyeri haid (dismenorea) sebanyak 141 (94%) dan yang tidak dismenore sebanyak 9 (6%) responden.

Berdasarkan hasil penelitian diperoleh bahwa sebagian besar responden mengalami dismenore sedang yaitu 19 mahasiswi (55,9%). Menurut Nadjibah Yahya (2011) bahwa dismenore adalah nyeri perut yang berasal dari kram perut rahim dan terjadi selama menstruasi karena pengelupasan lapisan endometrium. Nyeri biasanya akan menjalar ke bagian paha dan pinggang. Rasa nyeri dapat disebabkan oleh kontraksi otot perut yang terjadi secara terus menerus saat mengeluarkan darah. Kontraksi yang sangat sering ini kemudian menyebabkan otot menegang (Dwihestie, 2018)

Sesuai teori Saraswati (2010) sifat dan derajat rasa nyeri ini bervariasi, dari yang ringan sampai yang berat, atau disebut dismenore. Keadaan nyeri yang hebat itu dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Perempuan yang mengalami dismenore memiliki kadar kontraksi 5-13 kali lebih tinggi dibandingkan dengan perempuan yang tidak mengalami dismenore. Nyeri haid yang dialami responden termasuk nyeri dismenore primer. Menurut Unsal et al (2010) dismenore primer adalah nyeri saat menstruasi dengan anatomi panggul normal dan biasanya dimulai saat remaja. Selain itu, menurut Morgan (2009) dismenore primer muncul berupa serangan ringan, kram pada bagian tengah, bersifat spasmodik yang dapat menyebar ke punggung atau paha bagian dalam. Umumnya ketidaknyamanan dimulai 1-2 hari sebelum menstruasi, namun nyeri paling berat selama 24 jam pertama menstruasi dan mulai berkurang pada hari kedua (Dwihestie, 2018).

Dismenore merupakan nyeri ketika menstruasi, dismenore disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon *progesteron* dalam darah, prostaglandin dan faktor stres mengakibatkan terjadinya dismenore pada responden karena sebagian besar

wanita mengganggu aktivitas dan nyeri haid sampai mengobati diri sendiri atau berobat ke dokter.

2. Gambaran pengetahuan tentang dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki pengetahuan kurang sebanyak 31 orang (48,4%) dan baik sebanyak 19 orang (29,7).

Hasil penelitian ini sejalan dengan Hesti (2017) di pesantren As-Syalafiah Mlangi Yogyakarta didapatkan bahwa pengetahuan tentang *dysmenorhea* dengan persentase tertinggi adalah pengetahuan kurang sebanyak 21 responden (40,4) dan persentase terendah adalah pengetahuan baik sebanyak 11 responden (21,2%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rohma (2016) pada remaja putri di SMA Negeri Suboh Situbondo menunjukkan bahwa sebagian besar responden yaitu 78 responden (65,5%) memiliki pengetahuan kurang terhadap kejadian dismenorea.

Hal ini sesuai dengan teori yang dikemukakan oleh Endang dan Tanjung (2016) dimana kurangnya pengetahuan disebabkan karena kurangnya pemahaman anak tentang perubahan fisik yang akan dialami sebagai seorang wanita dan kurangnya pengetahuan yang dapat diperoleh dari lingkungan (Wardhani, 2018).

Pengetahuan responden sebagian besar kurang dan baik, responden yang mengalami dismenore pada siklus haidnya terkadang beranggapan bahwa gejala tersebut sudah menjadi kodratnya sehingga membiarkan begitu saja jika mengalami dismenore. Jadi, pengetahuan yang baik belum tentu memiliki kepercayaan terhadap penanganan dismenore baik pula.

3. Gambaran tingkat stres pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki stres sedang sebanyak 31 orang (48,4%) dan stres ringan sebanyak 17 orang (26,6).

Hasil penelitian ini sejalan Fitriana (2017) pada mahasiswa D IV kebidanan semester VIII Universitas 'AISYIYAH YOGYAKARTA bahwa dari jumlah 44 responden, terdapat 29 responden (65,5%) dengan stres sedang dan 9 responden (20,5) dengan stres berat.

Stres merupakan ketidakmampuan seseorang dalam mengatasi ancaman yang dihadapi oleh fisik, mental, emosional dan spiritual, sehingga pada suatu saat dapat mempengaruhi kesehatan fisik orang tersebut (National Safety, 2003). Pada penelitian ini, diketahui bahwa semakin berat stres yang dialami oleh remaja putri semakin besar pula presentase nyeri berat yang mereka rasakan. Hal ini serupa dengan penelitian yang dilakukan oleh Muntari (2010), bahwa remaja paling banyak memiliki tingkat stres sedang (35,49%). Sedangkan penelitian Prihartanti (2010) kecemasan atau stres ringan yang paling banyak dialami oleh responden (20,4%), sedangkan stres atau kecemasan sedang hanya 18,2%.

Stres pada remaja dapat disebabkan karena berbagai masalah. Muntari (2010) mengemukakan bahwa pemicu stres antara lain, kehilangan orang yang dicintai, konflik keluarga, masalah prestasi sekolah, pengaruh teman dan lain-lain. Akan tetapi stres yang dialami oleh remaja dapat dihindari dengan beberapa cara seperti, mendengarkan musik, olahraga, menulis jurnal atau buku atau menari (Muntari, 2010). Oleh karena itu,

remaja putri disarankan untuk melakukan kontrol terhadap diri sendiri sehingga mengurangi tingkat stres yang dialami. Karena jika berada pada keadaan yang tenang, risiko mengalami dismenore pun akan semakin berkurang (Abdul, 2016).

Stres pada responden ada faktor lain selain stres yang menjadi pencetus terjadinya dismenore pada mahasiswi Fkip prodi BK, misal anemia, lama menstruasi yang lebih dari 7 hari, kurangnya olahraga dan aktivitas fisik, serta gizi yang berlebih akibat kebiasaan hidup mahasiswi yang selalu mengonsumsi *junk food*.

#### 4. Riwayat keluarga mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden ada riwayat keluarga sebanyak 40 orang (62,5%) dan tidak ada riwayat keluarga 11 orang (27,5%).

Hasil penelitian ini sejalan Lubis (2017) pada siswi SMA Dharma Sakti Medan menunjukkan pada kategori memiliki riwayat keluarga yang mengalami dismenore primer sebanyak 33 responden (82,5), sedangkan 7 responden (17,5%) tidak mengalami dismenore.

Hasil penelitian Herawati (2017) pada siswi Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian bahwa keluarga responden yang memiliki riwayat nyeri haid (dismenorea) yaitu sebanyak 108 (72,0%) dan riwayat keluarga responden yang tidak nyeri haid (dismenorea) sebanyak 42 (28,0%).

Berdasarkan jawaban responden sebagian besar yang mengalami rasa nyeri saat haid mempunyai hubungan terkait ibunya yang juga mengalami rasa sakit saat haid. Hal ini sesuai teori sebab penderita dismenore dapat mengalaminya karena ada faktor genetik dari keluarganya.

#### 5. Hubungan pengetahuan dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa 31 responden yang berpengetahuan kurang dengan dismenore sebanyak 24 orang (77,4%) dan tidak dismenore sebanyak 7 orang (22,6%).

Hasil uji analisis nilai dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,002 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berarti ada hubungan pengetahuan dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Hasil penelitian Hesti (2017) di pesantren As-Syalafiah Mlangi Yogyakarta didapat bahwa pengetahuan tentang *dysmenorhea* dengan persentase tertinggi adalah pengetahuan kurang sebanyak 21 responden (40,4) dan persentase terendah adalah pengetahuan baik sebanyak 11 responden (21,2%).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Rohma (2016) pada remaja putri di SMA Negeri Suboh Situbondo menunjukkan bahwa setelah penggabungan, sel yang memiliki nilai *expected* kurang dari 5 yaitu 0%. Nilai  $p 0,026$  artinya  $p < 0,05$ .

Hasil penelitian dapat diambil kesimpulan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara pengetahuan dengan kejadian dismenorea pada remaja putri kelas XI SMA Negeri 1 Suboh. Salah satu faktor yang dapat mempengaruhi dismenorea adalah faktor pengetahuan (Kartono, 2006).

Hal ini membuktikan bahwa pengetahuan kurang dapat menyebabkan dismenorea pada remaja putri karena ketidaktahuan remaja putri mengenai dismenorea dapat menimbulkan kecemasan dan

kekhawatiran yang dapat menyebabkan tekanan psikis sehingga mudah timbul dismenorea (Simanjuntak, 2008) serta mengakibatkan penurunan terhadap ambang nyeri yang pada akhirnya membuat nyeri haid menjadi lebih berat (Rohma, 2016)

6. Hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan dari 31 responden yang stres sedang dengan dismenore sebanyak 23 orang (74,2%) dan tidak dismenore sebanyak 8 orang (25,8%).

Hasil uji analisis nilai dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berarti ada hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan Dwihestie (2018) di Prodi Teknologi Laboratorium Medis (TLM) Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta didapatkan hasil uji Chi Square menunjukkan mayoritas responden mengalami tingkat stres sedang dengan nyeri dismenore sedang yaitu sebanyak 11 responden (32,4%) dengan besar nilai asymp sig adalah 0.024 ( $\alpha < 0,05$ ). Sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian dismenore pada remaja putri di Prodi Teknologi Laboratorium Medis Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.

Selain itu, penelitian Sari, D. dkk (2015) menyatakan bahwa uji *chi square* menunjukkan 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. Hal ini sesuai dengan yang disampaikan Pamela dalam Ekpenyong et all (2011) menyebutkan bahwa banyak faktor lain yang ditemukan dan menyebabkan gangguan pada menstruasi seorang remaja yaitu lingkungan, gizi, obat, aktivitas fisik dan stres (fisik, emosional dan mental). Sehingga dapat disimpulkan semakin tinggi tingkat stres responden maka semakin besar kemungkinan responden akan mengalami gangguan menstruasi dalam hal ini nyeri saat menstruasi (dismenore) (Dwihestie, 2018).

7. Hubungan riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 40 responden yang ada riwayat keluarga dengan dismenore sebanyak 29 orang (72,5%) dan tidak dismenore sebanyak 11 orang (27,5%).

Hasil uji analisis nilai dengan menggunakan uji *chi square* menunjukkan nilai  $p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima berarti ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP Prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin Tahun 2020.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Lubis (2018) bahwa responden yang memiliki riwayat keluarga dismenore dan juga mengalami dismenore menunjukkan hasil antara Riwayat keluarga dengan kejadian dismenore primer pada siswi SMA Dharma Sakti Medan menunjukkan pada kategori memiliki riwayat keluarga yang mengalami dismenore primer sebanyak 33 responden (82,5%), sedangkan 7 responden (17,5%) tidak mengalami

kejadian dismenorea. Pada responden yang tidak memiliki riwayat keluarga 2 responden (100,0%) mengalami kejadian dismenore primer, sedangkan yang tidak memiliki riwayat keluarga tidak ada yang mengalami kejadian dismenore.

Untuk siswi yang memiliki riwayat dismenore dengan siswi yang tidak memiliki riwayat dismenore dengan menggunakan uji chi-square diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,000 < \alpha 0,05$  dan nilai  $RP 1,2 > 1$ , ini berarti terdapat hubungan yang signifikan antara riwayat dismenore pada keluarga dengan kejadian dismenore primer.

Hasil penelitian Herawati (2017) bahwa responden yang memiliki riwayat keluarga dismenorea dan juga mengalami dismenorea sebanyak 106 (71%) dan yang tidak memiliki riwayat keluarga dismenorea kemudian mengalami nyeri haid (dismenorea) sebanyak 35 (23%). Hasil uji statistik diperoleh nilai  $p\text{-value} = 0,002$  maka dapat disimpulkan ada perbedaan proporsi kejadian yang mengalami dismenorea antara responden yang ada riwayat keluarga dengan yang tidak ada riwayat keluarga (ada hubungan yang signifikan antara riwayat keluarga dengan kejadian dismenorea).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian Sadiman (2017) uji statistik diperoleh  $p\text{-value} = 0,000$  ( $p < \alpha = 0,05$ ) artinya ada hubungan yang bermakna antara riwayat dismenorhea keluarga dengan kejadian dismenorhea. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang telah dilakukan Pakaya tahun 2013 dengan judul hubungan faktor risiko dengan kejadian dismenorhea pada siswi kelas VIII di SMP N 6 Gorontalo didapatkan hasil

bahwa terdapat hubungan antara riwayat dismenorhea pada keluarga dengan dismenorhea dari hasil uji Chi-Square diperoleh  $p\text{-value} = 0,052$  ( $p < 0,05$ ), Penelitian lain yang dilakukan oleh Novia dan Nunik mengenai hubungan riwayat keluarga dan keadaan stres dengan terjadinya dismenorhea primer pada mahasiswa FKM UNAIR menyatakan hasil uji chi-square menunjukkan bahwa ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian dismenorhea nilai  $p\text{-value} = 0,015$  ( $p < 0,05$ ).

Pencegahan untuk mengatasi dismenorhea terutama bagi yang memiliki riwayat dismenorhea pada keluarga dengan pemenuhan gizi yang seimbang, kurangi konsumsi makanan dan minuman yang mengandung kafein, hidup secara sehat, mengurangi stres atau keluhan psikologi, dan melakukan aktivitas fisik atau berolah raga (Sadiman, 2017)

## PENUTUP

Dari hasil penelitian dan pembahasan maka dapat ditarik kesimpulan sebagai berikut:

1. Kejadian dismenore pada mahasiswa sebagian besar mengalami dismenore sebanyak 35 orang (54,7%)
2. Pengetahuan pada mahasiswa sebagian besar memiliki pengetahuan kurang sebanyak 31 orang (48,4%), tingkat stres pada mahasiswa sebagian besar stres sedang sebanyak 31 orang (48,4%)
3. Riwayat keluarga pada mahasiswa sebagian besar memiliki riwayat keluarga sebanyak 40 orang (62,5%)
4. Ada hubungan pengetahuan dengan kejadian dismenore pada mahasiswa FKIP prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin tahun 2020 ( $p\text{-value} = 0,002 < \alpha 0,05$ )

5. Ada hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin tahun 2020 ( $p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$ )
6. Ada hubungan riwayat keluarga dengan kejadian dismenore pada mahasiswi FKIP prodi BK UNISKA MAB Banjarmasin tahun 2020 ( $p\text{-value} = 0,001 < \alpha 0,05$ )

## DAFTAR PUSTAKA

- Anugroho, D. (2015). *Cara Jiktu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta : Andi Yogyakarta.
- Anwar, M. (2014). *Ilmu Kandungan*. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Asma'ulludin, A. K. (2016). Kejadian Dismenore Berdasarkan Karakteristik Orang Dan Waktu Serta Dampaknya Pada Remaja Putri Sma Dan Sederajat Di Jakarta Barat Tahun 2015 Skripsi. In *Skripsi*.
- Dwihestie, L. K. (2018). Hubungan Usia Menarche Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri. *Jurnal*, 625, 77–82. <https://journal.stikespemkabjombang.ac.id/index.php/jikeb/article/view/161>
- Fitriana, N. R. (2017). Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa D Iv Kebidanan Semester Viii Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *KTI*.
- Handayani, E.Y., & Rahayu, L.S. (2014). Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di Beberapa SMA Di Kabupaten Rokan Hulu. *Jurnal Maternity and Neonatal Volume 1* No 4.
- Herlina, (2008). *Mengatasi Nyeri Menstruasi*.
- Hidayat, A. Aziz Alimul. (2008). *Pengantar Konsep Dasar Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika.
- Ismail, I.F., Rina Kundre, Jill Lolong. 2015. *Hubungan tingkat stres dengan kejadian dismenorea pada mahasiswi semsester VIII Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Sam Ratulangi Manado*. (diakses 20 April 2018)
- Iv, K., Sdn, D. A. N. V, & Madiun, P. (2018). Hubungan Tingkat Pengetahuan Nyeri Haid Dengan Kesiapan Remaja Putri Menghadapi Menarche Pada Siswi Kelas Iv Dan V Sdn 01 Purworejo Madiun. *Skripsi*.
- Jamaris, Martini. 2014. *Kesulitan Belajar: Perspektif, Asesmen, dan Penanggulangannya*. Bogor: Ghalia Indonesia.
- Khoiriati, R. (2016). Hubungan Antara Faktor Sosiodemografi Dan Sikap Dalam Menghadapi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Suboh Situbondo. *Program Studi Pendidikan Bidan Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga Surabaya*, Hal.
- Laila, N.N. 2011. *Buku Pintar Menstruasi*. Buku Biru: Yogyakarta.
- Lestari, T. 2015. *Kumpulan Teori untuk Kajian Pustaka Penelitian Kesehatan*. Nuha Medika: Yogyakarta.
- Mantolas, S. L., Nurwela, T. S., & Gerontini, R. (2019). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenorea Pada Mahasiswi Keperawatan Angkatan Vi Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Citra Husada Mandiri Kupang (CHMK)*. *Jurnal*, 2.
- Manuaba. 2001. *Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana Untuk Pendidikan Bidan*. Jakarta: EGC.
- Maryam, S. 2016. *Gizi dalam kesehatan reproduksi*. Jakarta: Salemba Medika.
- Matsumoto. (2018). *Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian*

- Dismenore Primer Pada Remaja Siswi Sma Dharma Sakti Medan Tahun 2018. Skripsi. Politeknik Kesehatan Kemenkes RI, Medan.*
- Morgan & Hamilton 2009, *Obstetri dan Ginekologi Panduan Praktik*, EGC, Jakarta.
- Ningsih. 2011. *Efektivitas Paket Pereda terhadap Intensitas Nyeri Pada Remaj Dengan Dismenorea di SMA Kecamatan Curup.* (diakses 29 April 2018)
- Notoatmodjo 2010, *Metode Penelitian Kesehatan*, PT. Rineka cipta, Jakarta.
- Nurwana, Sabilu, Y ., & Andi Faizal Fachlevy. (2017). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 8 Kendari Tahun 2016. *Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Halu Oleo*, 2(6), 1-14.
- Olpin, M., Hesson, M. 2009. *Stress management for life: a research-based experiential approach. 2th edition.* USA: Wadsworth Cengange Learning.
- Prihatanti, N.R. (2010). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Dondok Pesantren Imam Syuhodo Polokarto Sukoharjo. Skripsi. Surakarta : Universitas Sebelas Maret.
- Proverawati , Misaroh. (2012). *Menarche: Menstruasi Pertama Penuh Makna.* Yogyakarta : Nuha Medika.
- Pundati, T.M., Colti Sistirani, Bambang Hariyadi. 2016. *Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa Semester VIII Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto.* (diakses 23 April 2018)
- Sabaruddin, H. F. (2017). *Hubungan Pengetahuan Tentang Dysmenorhea Dengan Perilaku Penanganan Dysmenorhea Di Pesantren As-Syalaifah Mlangi Yogyakarta. Fkm Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta.*
- Rahayu, dkk. (2017). *Pengaruh Endorphine Massage Terhadap Rasa Sakit Dismenorea Pada Mahasiswi.* Jurnal Kebidanan Poltekkes Kemenkes Tasikmalaya tahun 2017. Jurusan Bidan "Midwife Journal" Volume 3 No 2, Jul2017.
- Saraswati, S. (2010). *52 Penyakit Perempuan: Mencegah dan Mengobati 52 Penyakit yang Sering Diderita Perempuan.* Yogyakarta: Katahati.
- Sarwono, 2011. *Psikologi Remaja. Edisi Revisi.* Jakarta: Rajawali Pers.
- Shinta, D., Sirait, Hiswani, & Jumadi. (2014). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi SMA Negeri 2 Medan Tahun 2014.
- Simanjuntak, Pandapotan. 2014. *Gangguan Haid dan Siklusnya. Dalam: Prawirohardjo, Sarwono, Wiknjosastro, Hanifa. Ilmu Kandungan. Edisi ketiga.* Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Sinaga, E. (2017). *Manajemen kesehatan menstruasi.* E-book. Jakarta.
- Soekanto, (2010). *Sosiologi Suatu Pengantar.* Jakarta: Rajawali pers.
- Studi, P., Metro, K., & Tanjungkarang, P. (2011). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorhea. *Jurnal*, 41–49.
- Wiknjosastro, Hanifa. 2005. *Ilmu Kebidanan.* Jakarta : Yayasan bina pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Yosep, H. I., dan Sutini, T. (2014). *Buku Ajar Keperawatan Jiwa dan Advance Mental Health Nursing.* Bandung: Refika Adimata.