



JBK

Jurnal Bidan Komunitas

<http://ejournal.helvetia.ac.id/index.php/jbk>

Vol. 4 No. 2 Hal. 89-95 | e-ISSN 2614-7874

Diterbitkan oleh:

Prodi D4 Kebidanan

Fakultas Farmasi dan Kesehatan

Institut Kesehatan Helvetia

ARTIKEL PENELITIAN

HUBUNGAN STATUS GIZI DAN USIA *MENARCHE* DENGAN KEJADIAN DISMENORE PADA MAHASISWA TINGKAT I SEMESTER II AKADEMI KEBIDANAN RSPAD GATOT SOEBROTO

Christin Jayanti¹

Dosen Prodi DIII STIKes RSPAD Gatot Soebroto

*christin_jayanti@yahoo.co.id

Abstrak

Latar Belakang: Masa remaja juga dapat diartikan sebagai masa yang ditandai oleh adanya perubahan pada bentuk tubuh, penampilan diri, sikap kepemilikan, sikap sosial dan minat seks. Masa pubertas yaitu suatu fase perkembangan yang ditandai dengan terjadinya kematangan organ seksual dan menuju tercapainya kemampuan reproduksi. Salah satu tanda seorang wanita memasuki usia pubertas adalah terjadinya *menarche*. *Menarche* adalah menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja sebelum memasuki usia reproduksi. Nyeri menstruasi dalam istilah medis disebut *dysmenorrhea* (dismenore) atau *menstrual cramps*. **Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan status gizi dengan kejadian dismenore. **Metode :** Pengumpulan data dikumpulkan secara langsung pada saat penelitian. Proses pengumpulan data dengan cara memberikan angket/kusioner kepada seluruh mahasiswi semester II. **Hasil :** Dari 59 responden yang di ketahui status gizi normal sebanyak 45 responden (76,3%), gizi underweight sebanyak 10 responden (16,9%). Sedangkan yang obesitas sebanyak 4 responden (6,8%). kejadian dismenore tidak pernah sebanyak 17 responden (28,8%) sedangkan yang kadang - kadang sebanyak 23 responden (38,9%) sedangkan yang sering sebanyak 19 responden (32,3%). **Kesimpulan :** Dari Hasil analisis menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara status gizi berat badan atau tinggi badan dengan terjadinya dismenore $p= 0,202$. dan terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II $p= 0,002$

Kata kunci : Status Gizi, Usia, Dismenore

Nutritional Status Relationship And Menarche Age Status With Dysmenorrhea Incident In Students Of Level I Semester Ii Midwifery Academy Of Gatot Soebroto Hospital Period Juli 2020

Abstract

Background: Adolescence can also be interpreted as a period characterized by changes in body shape, self-appearance, ownership attitudes, social attitudes and sex interests. Puberty is a phase of development characterized by the maturity of sexual organs and towards the achievement of reproductive abilities. One of the signs of a woman entering puberty is the occurrence of *menarche*. *Menarche* is the first menstruation common in the age range of 10-16 years or in early adolescence before entering

reproductive age. Menstrual pain in medical terms is called dysmenorrhea (dysmenorrhea) or menstrual cramps. **Purpose** : To know the relationship of nutritional status with the incidence of dysmenorrhea. **Method** : Data collection is collected directly at the time of research. The process of collecting data by giving questionnaires / questionnaires to all students in semester II. . **Result**: From 59 respondents who know the normal nutritional status as many as 45 respondents (76.3%), underweight nutrition as many as 10 respondents (16.9%). While the obese as many as 4 respondents (6.8%). dysmenorrhea incidence was never as many as 17 respondents (28.8%) while sometimes as many as 23 respondents (38.9%) while often as many as 19 respondents (32.3%). **Conclusion**: From the results of the analysis showed no meaningful relationship between the nutritional status of weight or height with the occurrence of dysmenore $p= 0,202$. and there is a relationship between the age of menarche and the incidence of dysmenorrhea in Students of Grade I Semester II $p=0,002$
Keywords: Nutritional Status, Age, Dysmenorrhe

PENDAHULUAN

Batasan usia remaja menurut WHO adalah 12 sampai 24 tahun. Menurut Menteri Kesehatan RI tahun 2010, batas usia remaja adalah antara 10 sampai 19 tahun dan belum menikah. Pada usia remaja tubuh memerlukan zat gizi tidak hanya untuk pertumbuhan fisiknya saja tetapi juga untuk perkembangan organ tubuh khususnya organ seksualnya. Oleh karena itu tubuh memerlukan zat gizi makro seperti karbohidrat, lemak dan protein serta zat gizi mikro baik vitamin maupun mineral. (1)

Remaja perempuan membutuhkan lebih banyak zat besi daripada laki-laki. Agar zat besi yang diabsorpsi lebih banyak tersedia oleh tubuh, maka diperlukan bahan makanan yang berkualitas tinggi. Seperti pada daging, hati, ikan, ayam, selain itu bahan makanan yang tinggi vitamin C membantu penyerapan zat besi. Mengatasi persoalan kurang dan kelebihan gizi ini bisa dilakukan dengan memahami dan mempraktekkan pola makan bergizi seimbang. Caranya, konsumsi makanan bergizi dalam jenis dan jumlah yang sesuai kebutuhan tubuh, usia, jenis kelamin, aktivitas fisik dan kondisi biologis. (2)

Salah satu tanda seorang wanita memasuki usia pubertas adalah terjadinya *menarche*. *Menarche* adalah menstruasi pertama yang biasa terjadi dalam rentang usia 10-16 tahun atau pada masa awal remaja sebelum memasuki usia reproduksi. Menstruasi adalah

perdarahan yang bersifat periodik dan siklik dari uterus yang disertai deskuamasi atau peluruhan endometrium. Menstruasi terjadi secara teratur setiap 28 hari ditambah 5 hari dengan pengeluaran ovum melalui proses ovulasi. (3)

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angkanya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif. Menurut hasil penelitian Fitriana faktor yang mempengaruhi dismenore primer yaitu status gizi. (4) (5)

Berdasarkan hasil wawancara pada 10 mahasiswa, terdapat 6 orang mengalami dismenore ringan dan 4 orang mengalami dismenore sedang yang diakibatkan kurangnya asupan gizi. Dengan latar belakang tersebut penulis merasa tertarik untuk mengetahui tentang " Hubungan status gizi dan usia menarche dengan kejadian dismenore mahasiswa semester II Akbid RSPAD Gatot Soebroto.

METODOLOGI

Penelitian ini menggunakan penelitian analitik observasional dengan pendekatan cross

sectional. Populasi seluruh mahasiswi semester II Akbid RSPAD Gatot Soebroto yang berjumlah 59 mahasiswi. Sampel seluruh mahasiswi semester II Akbid RSPAD Gatot Soebroto. Proses pengumpulan data dengan cara memberikan angket/kusioner kepada seluruh mahasiswi semester II. Analisis Bivariat menggunakan program SPSS, melalui perhitungan uji *chi-Square* selanjutnya ditarik kesimpulan, bila nilai P value lebih kecil dari nilai alpha 5% (0,05) berarti hasil perhitungan statistik bermakna (signifikan), dan bila P value

> 0,05 berarti hasil perhitungan statistik tidak bermakna. (6)

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian yang telah dilakukan mengenai hubungan status gizi dengan kejadian dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II sebanyak 59 responden dan yang dijadikan sampel sebanyak 59 responden, maka untuk lebih jelas disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Status Gizi, Usia Menarche da Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa Tingkat I Semester II

Karakteristik Responden	f	%
Status Gizi		
Underwight	10	16,9 %
Normal	45	76,3%
Obesitas	4	6,8%
Usia Menarche		
<11 tahun	18	30,50%
11-13 tahun	26	44,10%
>13 tahun	15	25,40%
Kejadian Dismenore		
Tidak pernah	17	28,8%
Kadang – kadang	23	38,9%
Sering	19	32,3%

Berdasarkan tabel diatas, didapatkan responden yang mengalami status gizi underwight sebanyak 10 responden (16,9 %), sedangkan yang gizi normal sebanyak 45 responden (76,3%), sedangkan yang obesitas sebanyak 4 responden (6,8%). Usia *menarche* pada rentan usia 11-13

tahun yaitu sebanyak 26 responden (44,10%). mengalami kejadian dismenore tidak pernah sebanyak 17 responden (28,8%) sedangkan yang kadang - kadang sebanyak 23 responden (38,9%) sedangkan yang sering sebanyak 19 responden (32,3%).

Tabel 2. Distribusi Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa Tingkat I Semester II

Variabel	Kejadian dismenore						Jumlah		P value
	Tidak pernah		Kadang-kadang		sering		f	%	
	f	%	f	%	f	%			
Status Gizi									
Underweight	2	11,8	7	30,4	1	5,3	10	17,3	0,202
Normal	13	76,5	15	65,2	17	89,5	45	76,9	
Obesitas	2	11,8	1	4,3	1	5,3	4	5,8	
Usia Menarche									
<11 tahun	7	41,2	7	30,4	4	21,1	18	30,5	0,002
11-13 tahun	7	41,2	9	39,1	10	52,6	26	44,1	
>13 tahun	3	17,6	7	30,4	5	26,3	15	25,4	

Berdasarkan tabel diatas, dapat diketahui bahwa yang mempunyai status gizi normal dengan kejadian dismenore sering sebanyak 17 responden.. Dari hasil uji statistik *chi-square*, didapatkan nilai p value = 0,202 > 0,05 hal ini menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara pengetahuan tentang status gizi berat badan atau tinggi badan dengan terjadinya dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II. Sedangkan kejadian dismenore sering terjadi pada usia 11-13 tahun sebanyak 10 reponden. Dari hasil uji statistik *chi-square*, didapatkan nilai p value = 0,002 < 0,05 hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan terjadinya dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian hubungan tentang status gizi dengan kejadian dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II, diperoleh data-data yang kemudian dikumpulkan, diolah dan akan dibahas berdasarkan ada atau tidaknya hubungan antara variabel independen dengan variabel dependen. Berikut penjelasannya :

Distribusi Frekuensi Status Gizi

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan sebagian besar

Mahasiswa Tingkat I Semester II baik dalam memahami tentang status gizi yang underweight sebanyak 10 responden (28,8%) sedangkan yang normal sebanyak 45 responden (38,9%) sedangkan yang obesitas sebanyak 4 responden (32,3%). Penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Purba dkk (2014) tentang Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan Dismenore Di SMA Negeri 7 Manado didapatkan hasil yang menunjukkan bahwa dari 66 responden sebanyak 54,5% memiliki pengetahuan kurang. Penelitian serupa juga dilakukan oleh Salamah (2019) yang meneliti Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore terhadap 86 responden didapatkan hasil 67 orang (77,9%) berpengetahuan baik dan 19 orang (22,1%) yang berpengetahuan buruk.(7)(8)

Hal ini sesuai dengan teori : Notoatmodjo (2012), bahwa pengetahuan adalah hasil pengindraan manusia atau hasil tahu seseorang terhadap objek melalui indera yang dimilikinya, dan suatu usaha untuk mengembangkan kepribadian dan kemampuannya. Sehingga jika seseorang semakin ingin tahu dalam memahami masalah status gizi dan disminore maka orang tersebut akan bertambah pengetahuan dan dapat

mencegah terjadinya status gizi dan dismenore. (9)

Dalam hal ini tidak ada kesenjangan antara teori dengan praktik dikarenakan pada kenyataannya siswi. masih banyak yang berpengetahuan cukup dalam memahami tentang status gizi dan dismenore.

Distribusi Frekuensi Kejadian Dismenore

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan sebagian besar yang mengalami dismenore sering sebanyak 19 responden (28,8%) dan yang kadang-kadang sebanyak 23 responden (38,9 %) sedangkan yang tidak pernah sebanyak 17 responden (28,8%).

Penelitian sebelumnya dilakukan oleh Acintya (2017) dengan judul Hubungan antara indeks massa tubuh (imt) dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswi semester 7 Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa dari total 55 responden, yang mengalami dismenore sebanyak 40 responden (72,7%). Dari 40 responden yang mengalami dismenore didapatkan 14 responden (35%) mempunyai IMT yang tidak normal, sedangkan 26 responden (65%) mempunyai IMT normal. Sementara itu dari 15 responden yang tidak mengalami dismenore, hanya 1 responden (6,7%) yang mempunyai IMT tidak normal dan 14 responden (93,3%) mempunyai IMT yang normal. (10)

Distribusi Frekuensi Usia Menarche

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan sebagian besar yang mengalami usia *menarche* mayoritas pada rentan usia 11- 13 tahun sebanyak 26 responden (44,10%), dan <11 tahun sebanyak 18 responden (30,50%), sedangkan > 13 tahun sebanyak 15 responden (25,40%).

Penelitian serupa dilakukan oleh Bianca Elvira Aditiara (2018) dengan judul “Hubungan antara usia *menarche* dengan dismenore Primer”. Didapatkan hasil usia *menarche* terbanyak yaitu pada usia 12 tahun sebanyak 22 orang (24%). (11)

Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Dismenore

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa yang mempunyai status gizi normal dengan kejadian dismenore sering sebanyak 17 responden. Dari hasil uji statistik *chi-square*, didapatkan nilai p value = 0,202 > 0,05 hal ini menunjukkan tidak ada hubungan yang bermakna antara status gizi berat badan atau tinggi badan dengan terjadinya dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dilakukan oleh Astuti (2017) dengan judul Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa indeks masa tubuh responden mayoritas normal (67%) dan mengalami dismenore (81%) $\rho = 0,08$ dan $\alpha = 0,05$ ($\rho > 0,05$), artinya tidak ada hubungan IMT dengan dismenore. Remaja yang memiliki IMT normal tetap mengalami dismenore. (12)

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Husnida & Sutioningsih (2015) dengan judul Hubungan Antara Status Gizi Dan Olah Raga Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Jurusan Kebidanan Rangkas bitung Tahun 2015. Hasil penelitian menunjukkan tingginya angka kejadian dismenore pada mahasiswi jurusan kebidanan rangkas bitung sebesar 72 %, status gizi yang tidak normal sebesar 18,6 % dan mahasiswi yang tidak melakukan olahraga sebanyak 23 % . Dari hasil uji bivariat didapatkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara status gizi dan olahraga dengan dismenore. (13)

Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore

Menurut hasil penelitian yang telah dilakukan menunjukkan bahwa rentan usia *menarche* 11-13 tahun dengan kejadian dismenore mayoritas pada kategori sering sebanyak 10 responden. Dari hasil uji statistik *chi-square*, didapatkan nilai p value = $0,002 < 0,05$ hal ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan terjadinya dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II.

Penelitian ini sesuai dengan penelitian sebelumnya dilakukan Savitri dkk (2019) dengan judul Hubungan status gizi dan usia menarche dengan kejadian dismenore siswi SMP Negeri 2 Sawan. Hasil analistik dari penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian dismenore dengan nilai $p = 0,005$.(14)

Penelitian serupa juga dilakukan oleh Lail N (2017) dengan judul hubungan status gizi, usia *menarche* dengan kejadian dismenore pada remaja putri di SMK K tahun 2017. Hasil penelitian menunjukkan bahwa ada hubungan antara usia *menarche* dengan dismenorea pada remaja putri dengan nilai p value = $0,001 < 0,05$. (15)

KESIMPULAN

Diperoleh kesimpulan tidak ada hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II, dan terdapat hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenore pada Mahasiswa Tingkat I Semester II

UCAPAN TERIMA KASIH

Terima kasih kepada Direktur Akbid RSPAD Gatot Soebroto yang telah memberikan kesempatan kepada peneliti untuk melakukan penelitian di Akbid RSPAD Gatot Soebroto. Terima kasih kepada mahasiswa Tingkat I

Semester II yang telah bersedia menjadi responden dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Damayanti. Gizi dalam Daur Kehidupan. Pertama. Jakarta: Kemenkes; 2017. 292p.
2. Thamaria N. Penilaian Status Gizi. Kemenkes RI. TNP2K. 2017; Jakarta
3. Prawirohardjo S, Wiknjosastro H. Ilmu Kandungan Edisi Ketiga. 2014;398–423.
4. Mulastin. Hubungan Status Gizi dengan Dismenore Remaja SMA Islam Al Hikmah Jepara. 2011;1:1–23.
5. Fitriana, W R. Faktor - Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore pada Mahasiswi di Akademi Kebidanan Meuligo Meulaboh. 2013; Skripsi
6. Masturoh, I, Anggita N. Metodologi Penelitian Kesehatan. 2018;68–70.
7. Purba E, Rompas S, Karundeng M. Hubungan Pengetahuan dengan Perilaku Penanganan Dismenore di SMA Negeri 7 Manado. J Keperawatan UNSRAT. 2014;2(2):109923.
8. Salamah U. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore. Vol. 9, Jurnal Ilmiah Kebidanan Indonesia. 2019. p. 123–7.
9. Notoatmodjo S. Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku. 2012; Rineka Cipta
10. Acintya, S. Hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Semester 7 Fakultas Kedokteran Universitas Hang Tuah Surabaya. Hang Tuah Med J. 2017;15(1):10–20.
11. Aditiara BE. Hubungan antara Usia Menarche dengan Dysmenorrhea Primer. Jurnal Chem Inf Model. 2013;53(9):1689–99.
12. Astuti EP. Hubungan Indeks Masa Tubuh (Imt) dengan Dismenorea pada Remaja.

- Jurnal Kebidanan. 2018;9(02):121.
13. Klau RO. Hubungan antara Status Gizi dan Olah Raga dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswi Jurusan Kebidanan Rangkasbitung Tahun 2015. Ekp. 2015;13(November):178–91.
 14. Savitri NPW, Citrawathi DM, Dewi NPSR. Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore Siswi SMP Negeri 2 Sawan. J Pendidik Biologi Undiksha. 2019;6(2):93–102.
 15. Husnul L. Hubungan Status Gizi, Usia Menarche dengan Dismenorea pada Remaja Putri di SMK K Tahun 2017. 2017.

