

## Analisis Karakteristik Dismenore pada Remaja Putri

### Analysis of the Characteristics of Dysmenorrhea in Adolescent Girls

**Alfenia Rahmayanti\***, Fahriani Iatiqamah Jafar, Laode Rijai

Laboratorium Penelitian dan Pengembangan Kefarmasian “Farmaka Tropis”,  
Fakultas Farmasi, Universitas Mulawarman, Samarinda, Kalimantan Timur, Indonesia

\*Email Korespondensi: [Alfeniarr@gmail.com](mailto:Alfeniarr@gmail.com)

#### Abstrak

Nyeri haid atau dismenore adalah nyeri yang dirasakan pada saat menstruasi sehingga dapat mengganggu aktifitas sehari-hari wanita. Biasanya wanita mengalami rasa yang tidak nyaman pada saat menstruasi, seperti kram dan biasanya disertai mual dan pusing. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui gambaran karakteristik remaja putri yang mengalami dismenore di SMKN 1 Muara Bengkal. Penelitian ini bersifat deskriptif dengan metode observasi. Diperoleh hasil kejadian dismenore paling banyak terjadi pada responden yang memiliki 16 tahun sebesar 36,67%, memiliki usia *menarche* 12-13 tahun sebesar 63,33%, dengan durasi nyeri haid 1 hari sebesar 40,00%, responden tidak melakukan penanganan saat nyeri sebesar 66,67%, responden dengan gejala pusing sebesar 60,00%, dan didapatkan responden sebesar 76,67% mengatakan bahwa nyeri haid dapat mempengaruhi aktivitas. Sehingga dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan antara usia, usia *menarche*, durasi nyeri haid, penanganan saat nyeri haid, gejala lain saat dismenore yang dapat mempengaruhi terjadinya dismenore.

**Kata Kunci:** Menstruasi, dismenore, nyeri haid, remaja putri

#### Abstract

Menstrual pain or dysmenorrhea is pain felt during menstruation so that it can interfere with a woman's daily activities. Usually women experience discomfort during menstruation, such as cramps and are usually accompanied by nausea and dizziness. The aim of this research is to determine the characteristics of young women who experience dysmenorrhea at SMKN 1 Muara Bengkal. This research is descriptive in nature with an observation method. It was found that the incidence of dysmenorrhea occurred most frequently in respondents who were 16 years old at 36.67%, at menarche age 12-13 years at 63.33%, with a duration of menstrual pain of 1 day at 40.00%, respondents did not take care of the pain. amounted to 66.67%, respondents with symptoms of dizziness amounted to 60.00%, and it was found that 76.67% of respondents said that menstrual pain

could affect activities. So it can be concluded that there is no relationship between age, age of menarche, duration of menstrual pain, treatment during menstrual pain, other symptoms during dysmenorrhea which can influence the occurrence of dysmenorrhea.

**Keywords:** Menstruation, dysmenorrhea, menstrual pain, teenage girls

---

**DOI:** <https://doi.org/10.25026/mpc.v18i1.696>

---



Copyright (c) 2023, Proceeding of Mulawarman Pharmaceuticals Conferences (Proc. Mul. Pharm. Conf.). Published by Faculty of Pharmacy, University of Mulawarman, Samarinda, Indonesia. This is an Open Access article under the CC-BY-NC License.

### Cara Sitasi:

Rahmayanti, A., Jafar, F. I., Rijai, L., 2023. Analisis Karakteristik Dismenore pada Remaja Putri. *Proc. Mul. Pharm. Conf.* **18**(1). 7-11. DOI: <https://doi.org/10.25026/mpc.v18i1.696>

## 1 Pendahuluan

Menstruasi (haid) merupakan fase fisiologis yang biasa di alami semua Wanita pada fase remaja. Terjadinya menstruasi karena adanya deskuamasi endometrium yang tidak bisa dibuahi oleh sel sperma. Usia 12 dan 13 tahun merupakan usia normal remaja putri untuk memulai menstruasi pertama (haid). Namun, ada remaja putri yang mengalami menstruasi dini (haid) setelah usia 10 tahun atau pada usia 17 tahun. Menstruasi mulai berakhir dengan sendirinya pada usia 40-50 tahun yang disebut juga dengan menopause [1]. Kondisi remaja yang pernah mengalami menstruasi akan mengalami emosional yang tidak stabil dan dapat menimbulkan gejala seperti rasa nyeri saat menstruasi yang disebut dismenore.

Nyeri haid atau dismenore adalah nyeri yang dirasakan pada saat menstruasi sehingga dapat mengganggu aktifitas sehari-hari wanita. Biasanya wanita mengalami rasa yang tidak nyaman pada saat menstruasi, seperti kram dan biasanya disertai mual dan pusing [11]. Nyeri haid atau dismenore diklasifikasikan menjadi dua, yaitu dismenore primer dan dismenore sekunder. Dismenore primer merupakan nyeri haid tanpa adanya kelainan atau penyakit pada pelvis secara makroskopis. Sedangkan dismenore sekunder merupakan

nyeri haid dengan adanya kelainan secara anatomi atau patologi pelvis makroskopis, seperti endometriosis dan radang pelvis kronis [11]. Penyebabnya mungkin karena peningkatan sekresi hormon prostaglandin sehingga menyebabkan kontraksi rahim meningkat. Jenis penyakit ini terutama menyerang remaja dan berlanjut hingga dewasa. Dismenore akibat kelainan sekunder sering terjadi pada wanita lanjut usia yang belum pernah mengalami nyeri sebelumnya [3].

Menurut World Health Organisation (WHO), angka kejadian nyeri haid di setiap negara memiliki rata-rata lebih dari 50% perempuan yang mengalami nyeri haid seperti di negara Swedia sekitar 72%, Amerika Serikat sekitar 90% dengan 10-16% diantaranya mengalami nyeri haid yang berat [12]. Prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Dismenore primer dialami oleh 60-75% remaja, dengan tiga perempat dari jumlah remaja tersebut mengalami nyeri ringan sampai berat dan seperempat lagi mengalami nyeri berat [6].

Adapun beberapa gejala lain yang dialami pada saat nyeri haid seperti rasa mual dan muntah, sakit kepala, pusing, letih, diare, emosi yang labil selama menstruasi, bahkan pingsan. Dapat disimpulkan bahwa penelitian mengenai

dismenore mempunyai beberapa karakteristik antara lain tingkat nyeri, gejala penyerta, waktu timbulnya dismenore, dan waktu timbulnya dismenore. Terdapat salah satu dampak dari dismenore bagi remaja putri yaitu dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan menghambat aktivitas belajar. penanganan dalam dismenore yaitu dengan terapi farmakologi dan terapi non-farmakologi. Terapi farmakologi dengan penggunaan obat analgetik, terapi hormonal dan obat nonsteroid prostaglandin. Terapi non-farmakologi antara lain: kompres air hangat, olahraga, dan relaksasi [4].

## 2 Metode Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan adalah penelitian kuantitatif berupa observasional deskriptif untuk mencari gambaran karakteristik pada remaja disuatu populasi tertentu. Populasi penelitian adalah siswi SMKN 1 Muara Bengkal sejumlah 30 orang yang diambil menggunakan metode *purposive sampling* sesuai dengan kriteria inklusi dan eksklusi. Sebelumnya penelitian ini diajukan kepada Komisi Etik Kesehatan Fakultas Farmasi Universitas Mulawarman dengan nomor No.138/KEPK-FFUNMUL/EC/EXE/09/2023.

Teknik pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang berisi usia responden, usia saat mengalami haid pertama kali (*menarche*), durasi nyeri haid, penanganan saat nyeri haid, gejala lain saat dismenore, nyeri haid mempengaruhi aktivitas. Pengambilan data dilakukan secara langsung dengan menyebarkan kuesioner. Teknik analisis data yang digunakan pada penelitian ini adalah analisis unvariat dan kemudian disajikan secara deskriptis dalam bentuk tabel dan narasi.

## 3 Hasil dan Pembahasan

Penelitian dilaksanakan di SMKN 1 Muara Bengkal Kabupaten Kutai Timur. Pengambilan data dilakukan pada tanggal 23 Agustus 2023 dengan membagikan *informed consent* dan kuesioner kepada siswi yang memenuhi kriteria inklusi. Populasi penelitian sejumlah 30 siswi berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi.

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah	%
<b>Usia</b>		
14 tahun	2	6,67
15 tahun	9	30,00
16 tahun	11	36,67
17 tahun	7	23,33
18 tahun	1	3,33
<b>Usia Menarche</b>		
<12 tahun	4	13,33
12-13 tahun	19	63,33
>14 tahun	7	23,33
<b>Durasi Nyeri Haid</b>		
1 hari	12	40,00
2 hari	11	36,67
>3 hari	7	23,33
<b>Penanganan saat Nyeri Haid</b>		
Minum obat	7	23,33
Kompres dengan air hangat	3	10,00
Tidak melakukan apa-apa	20	66,67
<b>Gejala lain saat Dismenore</b>		
Pusing	18	60,00
Demam	3	10,00
Diare	1	3,33
Tidak disertai gejala lain	8	26,67
<b>Nyeri haid mempengaruhi aktivitas</b>		
Ya	23	76,67
Tidak	7	23,33

Berdasarkan hasil karakteristik bahwa kejadian dismenore paling banyak terjadi pada responden yang memiliki 16 tahun sebesar 36,67% (11 responden) dikarenakan kemungkinan dismenore yang dirasakan pada usia remaja pertengahan (15-17 tahun) menunjukkan tingkat stress dan level kortisol yang lebih tinggi dibandingkan dengan remaja usia awal (9-13 tahun). Secara psikologis pada umur 16 tahun sudah lebih berkembang sehingga kemungkinan dismenore yang dirasakan pada usia remaja pertengahan terjadi akibat beban stres yang mereka rasakan. Kondisi stres akan memicu produksi *follicle stimulating hormone* (FSH) dan *luteinizing hormone* (LH) yang kemudian akan menyebabkan gangguan perkembangan folikel. Gangguan pada folikel ini akan memicu sintesis dan pelepasan hormon progesteron yang akan mempengaruhi aktivitas prostaglandin, sehingga terjadilah *dysmenorrhea*. Selain progesteron, kondisi stress juga memicu sekresi dari hormon adrenalin dan kortisol, yang kemudian mempengaruhi sintesis prostaglandin pada myometrium dan mengakibatkan terjadinya *dysmenorrhea* [2][9]. Hasil penelitian usia *menarche* didapatkan responden dengan usia *menarche* 12-13 tahun sebesar 63,33% (19 responden). Hal ini

dikatakan normal ketika seorang perempuan mengalami *menarche* atau menstruasi pertama kali saat usia 12-13 tahun, sedangkan ketika seorang perempuan mengalami *menarche* pada usia <12 tahun dikatakan *early menarche*, dan ketika seorang perempuan mengalami *menarche* di usia >14 tahun dikatakan *late menarche* [7].

Hasil penelitian durasi nyeri haid responden didapatkan responden dengan durasi nyeri haid 1 hari sebesar 40,00% (12 responden) dan 2 hari 36,67% (11 responden). Dismenore umumnya terjadi selama 8-72 jam (pada hari pertama dan kedua dari siklus menstruasi) letak nyeri yang akan dirasakan yaitu pada perut bagian bawah, panggul, menjalar ke punggung dan sepanjang paha. Hal ini dikarenakan pada hari pertama menstruasi kadar prostaglandin meningkat sangat tinggi yang menyebabkan kontraksi akan semakin kuat, sehingga nyeri yang dirasakan akan semakin kuat dan biasanya pada hari kedua dan hari selanjutnya nyeri akan berkurang dikarenakan kadar prostaglandin yang menurun dan lapisan dinding rahim yang akan mulai terlepas [10].

Hasil penelitian penanganan saat nyeri haid didapatkan sebagian besar responden tidak melakukan penanganan saat nyeri sebesar 66,67% (20 responden) dikarenakan ada banyak cara untuk mengatasi nyeri haid, yang bertujuan untuk mengurangi bahkan untuk menghilangkan nyeri itu sendiri. Cara mana yang dipilih sangat tergantung pada kesenangan dan kenyamanan seseorang, misalnya ada orang yang lebih memilih untuk tidak melakukan penanganan seperti beristirahat yang cukup hingga rasa nyeri berkurang dan hilang dengan sendirinya [5].

Hasil penelitian gejala lain saat nyeri haid yang dialami responden sebagian besar mengalami gejala pusing sebesar 60,00% (18 responden). Nyeri haid dapat dimulai dari nyeri ringan sampai berat dan disertai berbagai gejala lainnya seperti mual, muntah, diare, pusing, nyeri kepala, sampai pingsan. Hal ini dikarenakan prostaglandin yang dilepaskan berlebihan ke dalam peredaran darah [5][8]. Jika jumlah prostaglandin  $F_2 \alpha$  berlebih akan dilepaskan dalam peredaran darah, maka selain dismenore, dijumpai pula efek umum, seperti diare, mual, dan muntah [6]. Hasil penelitian dampak aktivitas belajar didapatkan responden

sebesar 76,67% (23 responden) mengatakan bahwa nyeri haid dapat mempengaruhi aktivitas dikarenakan wanita sering mengeluhkan nyeri pada saat menstruasi dengan merasakan sensasi tidak nyaman, dengan timbulnya nyeri tersebut dapat mengganggu aktivitas dan memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau aktivitas rutinnnya selama beberapa jam atau beberapa hari [3].

#### 4 Kesimpulan

Berdasarkan data karakteristik dari 30 responden yang mengalami dismenore di SMKN 1 Muara Bengkal, dapat disimpulkan bahwa kejadian dismenore paling banyak terjadi pada responden yang berusia 16 tahun (36,67%), memiliki usia *menarche* 12-13 tahun (63,33%), dengan durasi nyeri haid 1 hari (40,00%), responden tidak melakukan penanganan saat nyeri (66,67%), responden dengan gejala pusing (60,00%), dan didapatkan responden (76,67%) mengatakan bahwa nyeri haid dapat mempengaruhi aktivitas.

#### 5 Pernyataan

##### 5.1 Ucapan Terima Kasih

Penulis mengucapkan terimakasih kepada seluruh siswi di SMKN 1 Muara Bengkal yang telah bersedia menjadi responden penelitian dan seluruh pihak yang telah terlibat dalam kelancaran penelitian ini.

##### 5.2 Penyandang Dana

Penelitian ini tidak mendapatkan pendanaan dari sumber manapun.

##### 5.3 Kontribusi Penulis

Alfenia Rahmayanti: Mengumpulkan dan mengkaji literatur yang digunakan dan menyusun mansukrip. Laode Rijai dan Fahriani Istiqamah Jafar : Pengarah, pembimbing, dan penyelarasan akhir manuskrip.

##### 5.4 Etik

Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan dari Komite Etik Penelitian Kesehatan Fakultas Farmasi Universitas Mulawarman, Samarinda No. 138/KEPK-FFUNMUL/EC/EXE/09/2023.

## 5.5 Konflik Kepentingan

Tidak ada konflik kepentingan dalam penelitian ini.

## 6 Daftar Pustaka

- [1] Aisyaroh, N., Isna, H., & Shinta, S. (2022). Faktor Yang Menyebabkan Dismenorea Pada Remaja. *Jurnal Health Sains*, 3(11), 1700-1707.
- [2] Dewi, N. P., Tetti, S., & Nur, O. H. (2018). Kualitas Hidup Remaja Yang Mengalami Dismenore Di SMK Negeri 2 Sumedang. *Jurnal Ilmiah Manuntung*, 4(2), 129-142.
- [3] Fadila, Alfianita. (2015). Pengaruh Dismenore terhadap Aktivitas Fisik. *J Agromed Unila*, 2(3), 297-299.
- [4] Juwita, L., Ninda, A. P. (2022). Penatalaksanaan Dismenore berdasarkan Karakteristik Dismenore pada Remaja Putri. *Adi Husada Nursing Journal*, 8(1), 1-8.
- [5] Kusmiyati. (2011). Nyeri Haid, Penyebab, dan Penanggulangannya. *J.Pijar MIPA*, 6(1), 18-23.
- [6] Larasati, TA., et al. (2016). Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Majority*, 5(3), 79-84.
- [7] Mulyani, N., Lestari, S., & Sri, R. D. (2022). Hubungan usia menarche dan lama menstruasi dengan kejadian dismenorea primer. *Journal Of Health, Education and Literacy*, 4(2), 105-110.
- [8] Rahmah, D. A., Mukti, P., & Laode, R. (2020). Pengaruh Pemberian Daun Pepaya (Carica Papaya L.) Terhadap Remaja Penderita Dismenorea. *Ad-Dawaa' J. Pharm Sci*, 3 (2), 97-109.
- [9] Silaen, R. M. A., et al. (2019). Prevalensi Dysmenorrhea Dan Karakteristiknya Pada Remaja Putri di Denpasar. *Jurnal Medika Udayana*, 8(11), 2-6.
- [10] Sinaga, E. et al. (2017). *Manajemen Kesehatan Menstruasi*. Jakarta: Universitas Nasional IWWASH Global One.
- [11] Syafriani. (2021) Hubungan Status Gizi Dan Umur Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di SMAN 2 Bengkinang Kota 2020. *Jurnal Ners*, 5(1), 32-37.
- [12] Wijayanti, et al. (2021). Efektivitas Pemberian Ekstrak Daun Mint (*Mentha Arvensis* Linn.) Dan Teknik Relaksasi Nafas Dalam Terhadap Tingkat Nyeri Menstruasi Pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Kusuma Husada*. 9-16.