

## Gambaran Tingkat Nyeri *Dismenorea* Pada Remaja Putri

Husna Sari <sup>(1)</sup>, Erlina Hayati <sup>(2)</sup>

Institut Kesehatan Deli Husada Deli Tua

[husnasari@delihusada.ac.id](mailto:husnasari@delihusada.ac.id) (1), [erlinahayati41@gmail.com](mailto:erlinahayati41@gmail.com) (2)

### ABSTRAK

Nyeri menstruasi atau dismenore sering dialami oleh beberapa wanita khususnya di usia reproduktif, bahkan angka kejadian dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% wanita mengalami dismenore di setiap negaranya. Beberapa perempuan yang merasakan sakit yang tidak tertahankan saat menstruasi dapat berpengaruh terhadap 50% aktivitas harian pada perempuan usia produktif, dan 85% pada remaja putri usia belasan tahun. Tujuan penelitian ini adalah untuk menggambarkan nyeri desminorea pada remaja putri. Jenis penelitian ini merupakan penelitian diskriptif. Sample dalam penelitian ini menggunakan purposive sampling. Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan data primer dengan memberikan kuesioner kepada responden. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karakteristik responden pada rentang usia 16-18 tahun, mayoritas berusia 17 tahun sebanyak 12 responden (48%), dan usia minimal 18 tahun sebanyak 2 responden (8%). Remaja putri pada kelompok intervensi berdasarkan kelas mayoritas yakni kelas X SMA sebanyak 12 responden (48%) dan minimal kelas XII sebanyak 4 responden (16%). Rata-rata tingkat nyeri dismenorea pada kelompok intervensi adalah mayoritas nyeri sedang 12 orang (48 %) dan minoritas nyeri berat 4 orang (16%). Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan diharapkan kepada remaja putri untuk dapat menambah pengetahuannya mengenai tingkat nyeri dismenorea dan upaya penanganannya.

**Kata Kunci** : Tingkat Nyeri, Dismenorea, Remaja Putri

### ABSTRACT

Menstrual pain or dysmenorrhea is often experienced by some women, especially in reproductive age, even the incidence of dysmenorrhea in the world is very large. On average, more than 50% of women experience dysmenorrhea in each country. Some women who experience unbearable pain during menstruation can affect 50% of daily activities for women of productive age, and 85% in teenage girls. The purpose of this study was to describe desminorrhoea pain in young women. This type of research is descriptive research. The sample in this study used purposive sampling. Collecting data in this study using primary data by giving questionnaires to respondents. The results of this study indicate that the characteristics of the respondents in the age range 16-18 years, the majority are 17 years old as many as 12 respondents (48%), and at least 2 respondents (8%) aged 18 years. Teenage girls in the intervention group based on the majority class, namely class X SMA as many as 12 respondents (48%) and at least class XII as many as 4 respondents (16%). The average level of dysmenorrhoea pain in the intervention group was the majority of moderate pain 12 people (48%) and the minority of severe pain 4 people (16%). Based on the results of the research that has been done, it is hoped that young women can increase their knowledge about the level of dysmenorrhoea pain and its handling efforts.

**Keywords** : Pain level, Dysmenorrhea, Teenage girl

## **I. PENDAHULUAN**

### **1. Latar Belakang**

Masa remaja adalah suatu tahapan antara masa kanak-kanak dengan masa dewasa atau masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan biasanya mulai dari usia 14 tahun pada pria dan usia 12 tahun pada wanita. Masa remaja atau masa puber merupakan masa penghubung antara masa anak-anak dengan masa dewasa. Menurut World Health Organization (WHO), yang disebut remaja apabila anak telah mencapai usia 10-18 tahun (Proverawati, dkk, 2018). Nyeri menstruasi atau dismenore sering dialami oleh beberapa wanita khususnya di usia reproduktif, bahkan angka kejadian dismenore di dunia sangat besar. Menurut Proverawati, dkk, (2018) dismenore atau nyeri menstruasi merupakan nyeri pada daerah panggul akibat menstruasi dan produksi zat prostaglandin. Rata-rata lebih dari 50% wanita mengalami dismenore disetiap negaranya. Beberapa perempuan yang merasakan sakit yang tidak tertahankan saat menstruasi dapat berpengaruh terhadap 50% aktivitas harian pada perempuan usia produktif, dan 85% pada remaja putri usia belasan tahun. Menurut WHO (*World Health Organization*) (2015) angka *dysmenorrhea* di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50 % perempuan disetiap Negara mengalami *dysmenorrhea*. Di Swedia sekitar 72 %. Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90 % wanita mengalami *dysmenorrhea* dan 10-15 % diantaranya mengalami *dysmenorrhea* berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Menurut Proverawati (2018) angka kejadian dismenore di Indonesia diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi angka kejadian (prevalensi) nyeri berkisar 45-95% dikalangan wanita usia reproduktif. Di Yogyakarta angka kejadian dismenore yang dialami wanita usia produktif sebanyak 52%. 30% remaja putri mengatasi dismenore dengan minum obat pengurang rasa nyeri dan belum mengetahui tehnik pengurang rasa nyeri tanpa menggunakan obat pengurang nyeri, serta hanya 1,07%- 1,31% dari jumlah dismenore yang datang ke petugas kesehatan (Handika, 2010). Dismenore tidak hanya mengganggu aktivitas penderita tetapi penderita juga mengalami nyeri yang kuat menjalar ke kaki, sakit kepala, payudara bengkak, mual, muntah, nyeri otot sering dialami oleh beberapa penderita *dysmenorrhea*. Secara psikologi penderita *dysmenorrhea* sering mengalami mudah marah, cepat tersinggung, tidak dapat konsentrasi, sulit tidur, lelah, depresi hingga rendah diri (Laila, 2011). Tentu saja hal ini menyebabkan remaja tidak nyaman. Keluhan tersebut juga menjadi alasan ketidakhadiran siswi ke sekolah atau siswi meminta izin sakit dari sekolah. Survei awal yang dilakukan dari 5 siswi di dapatkan 3 orang mengalami nyeri dismenorea, remaja mengatakan mereka mengalami sakit di bagian perut, perasaan tidak nyaman dan nyeri yang kuat menjalar sampai ke kaki. Hal ini menyebabkan mereka mereka tidak berkonsentrasi mengikuti pelajaran dan lebih memilih berdiam diri.

### **2. Perumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang diatas, perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “Bagaimana gambaran tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 1 Tanjungbalai?”.

### **3. Tujuan Penelitian**

Penelitian ini bertujuan yaitu untuk mendeskripsikan nyeri *Dismenorea* pada remaja putri.

### **4. Manfaat Penelitian**

Dengan adanya penelitian ini diharapkan mampu menambah wawasan mengenai tingkat nyeri *dismenorea* pada remaja putri.

## II. METODE PENELITIAN

### Tempat dan Waktu

Penelitian ini dilaksanakan di SMA Negeri 1 Tanjungbalai. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Maret 2020.

### Rancangan Penelitian atau Model

Jenis penelitian ini merupakan penelitian deskriptif yaitu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk memaparkan bagaimana Gambaran tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 1 Tanjungbalai.

### Bahan dan Peralatan

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri yang ada di SMA Negeri 1 Tanjungbalai. Sampel dalam penelitian ini menggunakan metode *purposive sampling* dengan kriteria inklusi bersedia menjadi responden, siswi SMA di SMA N.1 Tanjungbalai, siklus haid teratur. Dalam penelitian ini sample yang di ambil berjumlah 25 orang.

### Tahapan Penelitian

Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner yang diberikan kepada responden. Hasil pengisian lembar kuesioner *Numeric Rating Scale* (NRS) digunakan untuk mengukur tingkat nyeri. Masukkan data ke dalam master tabel, lakukan *tabulating* dan *scoring*.

## III. HASIL PENELITIAN

### Karakteristik Responden

Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Tanjungbalai dapat dilihat pada tabel 1.

**Tabel 1:** Distribusi Frekuensi Berdasarkan Karakteristik Responden Pada Remaja di SMA Negeri 1 Tanjungbalai Tahun 2020.

No.	Karakteristik Responden	F	%
1	Usia		
	16 Tahun	11	44
	17 Tahun	12	48
	18 Tahun	2	8
	<b>Jumlah</b>	<b>25</b>	<b>100</b>
2	Kelas		
	X SMA	12	48
	XI SMA	9	36
	XII SMA	4	16
	<b>Jumlah</b>	<b>25</b>	<b>100</b>

Karakteristik responden berdasarkan data demografi usia ini seluruhnya berada pada rentang usia 16-18 tahun, dimana usia pada kelompok intervensi maksimal yang berusia 17 tahun masing-masing sebanyak 12 responden (48%), dan usia minimal 18 tahun sebanyak 2 responden (8%). Remaja putri pada kelompok intervensi berdasarkan kelas maksimal yakni kelas X SMA sebanyak 12 responden (48%) dan minimal kelas XII sebanyak 4 responden (16%).

### Tingkat Nyeri Dismenorea

Berdasarkan hasil penelitian tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri dapat di lihat pada tabel berikut:

**Tabel 2** : Distribusi Tingkat Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Tanjungbalai Tahun 2020.

No.	Tingkat Nyeri Dismenorea	Skala Nyeri	F	%
1	Tingkat nyeri	Nyeri Ringan	9	36
		Nyeri Sedang	12	48
		Nyeri Berat	4	16
	Total		25	100

### PEMBAHASAN

Berdasarkan tabel 3.2 menunjukkan bahwa rata-rata tingkat nyeri dismenorea pada kelompok intervensi adalah mayoritas nyeri sedang 12 orang (48 %) dan minoritas nyeri berat 4 orang (16%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa rentang umur remaja berada pada usia 15 tahun hingga 16 tahun. Sebagian besar berada di umur 16 tahun. Masa remaja merupakan periode peralihan waktu individu beralih dari fase anak ke fase dewasa (Bobak, Lowdermilk, & Jensen, 2012). Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan umur dilihat dari data hasil penelitian menunjukkan usia responden pada kelompok intervensi dan kelompok kontrol terdapat rentang 16-18 tahun. Menurut Atikah (2018) rentang usia remaja yakni pada usia 15-21 tahun dimana pada masa tersebut terjadi proses pematangan baik itu pematangan fisik, biologis maupun psikologis. Berdasarkan hasil penelitian Sophia (2013) tentang Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dismenore pada Siswi SMK Negeri 10 Medan, siswi pada kelompok usia remaja memiliki resiko 1,6 kali mengalami dismenore. Dari data kelas responden peneliti mengambil sampel berdasarkan tingkatan kelas di SMA Dewantara Putra Sibertung pada rentang kelas X-XII SMA yang dikarenakan pada kelas tersebut masih dalam batasan usia remaja. Penelitian yang dilakukan terhadap 119 responden siswi yang sudah mengalami menstruasi dan mengeluh nyeri saat menstruasi di SMP Negeri 2 Denpasar, didapatkan bahwa siswi yang mengeluh derajat nyeri ringan sebanyak 47 siswi yaitu 39,5 %, derajat nyeri sedang sebanyak 48 siswi yaitu 40,3%, dan derajat nyeri berat sebanyak 24 siswi yaitu 20,2 %. Maka sebagian besar siswi SMP Negeri 2 Denpasar mengalami dismenorea dengan derajat nyeri sedang sebanyak 48 siswi dan sebagian kecil siswi mengalami dismenorea derajat nyeri berat (Luh Yuning Junianan Dewi & Runiari, 2019). Hasil penelitian yang dilakukan Rakhma, 2012 di Sekolah Menengah Kejuruan Arjuna Depok Jawa Barat menggambarkan siswi yang mengalami dismenore derajat nyeri ringan sebanyak 60 orang (46,5%), nyeri sedang 44 (34,1%) dan nyeri berat 25 (19,4%)

### IV. KESIMPULAN

Hasil penelitian menunjukkan bahwa karakteristik responden pada rentang usia 16-18 tahun, mayoritas berusia 17 tahun sebanyak 12 responden (48%), dan usia minimal 18 tahun sebanyak 2 responden (8%). Remaja putri pada kelompok intervensi berdasarkan kelas mayoritas yakni kelas X SMA sebanyak 12 responden (48%) dan minimal kelas XII sebanyak 4 responden (16%). Rata-rata tingkat nyeri dismenorea pada kelompok intervensi adalah mayoritas nyeri sedang 12 orang (48 %) dan minoritas nyeri berat 4 orang (16%).

#### DAFTAR PUSTAKA

- Atikah Proverawati, S. M. 2018. *Menarche*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Handika, W. 2010. Efektivitas Jus Wortel (*Daucus Carota L*) Terhadap Penurunan Derajat Dismenore pada Remaja Putri Mahasiswa Stikes Aisyiyah Yogyakarta. Skripsi. Prodi Ilmu Keperawatan Stikes Aisyiyah. Yogyakarta.
- Laila. 2011. Efektivitas Senam Dismenore dalam Mengurangi Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri. Phederal Vol.4 No.1: Jakarta.
- Luh Yuning Junianan Dewi, Ni & Runiari, N. 2019. Derajat Disminorea Dengan Upaya Penanganan Pada Remaja Putri, Jurnal Gema Keperawatan. Vol. 12 no. 2, hal. 114-120.
- Rakhma, A. 2012. Gambaran derajat Dismenore dan upaya penanganannya pada siswi Sekolah Menengah Kejuruan Arjuna Depok Jawa Barat. Skripsi. UIN Syarif Hidayatullah. Jakarta.
- WHO. 2015. Profil Kesehatan Dunia.

Accepted Date	Revised Date	Decided Date	Accepted to Publish
30 November 2020	01 Desember 2020	07 Desember 2020	Ya