

## PENGARUH STATUS GIZI DENGAN KEJADIAN DISMINORE

Anggraini, Shinta Ratna<sup>1</sup>, Handayani, Ratna<sup>2</sup>  
Poltekkes Wira Husada Nusantara  
[shintaratnaanggrainiwhn@gmail.com](mailto:shintaratnaanggrainiwhn@gmail.com)

### ABSTRACT

*This research is a quantitative study using a correlational analytical research design, to be able to find out how far the contribution of risk factors to the effect factor. With a cross sectional approach, to determine the relationship between nutritional status and the incidence of menstruation in adolescent girls as a risk factor (independent variable) with the incidence of dysmenorrhea (dependent variable). The subjects of this study were 10 adolescents who experienced dysmenorrhea, 7 of them experienced dysmenorrhea due to poor nutritional status and 3 complained of lack of rest. In this study, the analytical steps carried out were collecting data, then giving an assessment of the data according to each variable and then tabulating it and then analyzing it quantitatively with simple linear regression.*

*In this study, the collected data was processed with the help of SSPS for windows, with the aim of facilitating the data to be classified into categories. The results of the study using a simple linear regression test proved that there was a relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea in adolescent girls in Tlogomas RT 02/RW 08 Lowokwaru District, this is evidenced by: There is a significant relationship between nutritional status and the incidence of dysmenorrhea in adolescent girls. The t-count value is  $14,907 > t$  table 2,042. The calculated F value is 53,648, the F value is 0.05 (3.32), meaning that there is a significant relationship between the X incident variable (Y). The value of the regression coefficient ( $R^2$ ) is 0.641, meaning that the relationship between the independent variable and the incidence of dysmenorrhea ( $0.641 \times 100\%$ ) is 64.1%, while 35.9% is influenced by other factors not examined.*

*Keywords: Adolescents, Dysmenorrhea, Nutritional Status*

### ABSTRAK

Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* dengan menggunakan desain penelitian *Analitik korelasional*. Dengan metode pendekatan *cross sectional* yaitu untuk mengetahui hubungan Hubungan status gizi dengan kejadian pada menstruasi remaja putri sebagai faktor resiko (variable independen) dengan kejadian Disminore (variable dependen). Subyek penelitian ini adalah 10 Remaja yang mengalami disminore 7 diantaranya mengalami disminore karena status gizi kurang dan 3 mengeluh karena kurangnya istirahat. Pada penelitian ini, langkah-langkah analisis yang dilakukan adalah data dikumpulkan, kemudian diberikan penilaian pada data sesuai variabel masing-masing kemudian ditabulasi selanjutnya dianalisis secara kuantitatif dengan regresi linear sederhana. Dalam penelitian ini data yang terkumpul diolah dengan bantuan SSPS *for windows*, dengan tujuan untuk memudahkan data yang akan diklasifikasikan kedalam kategori-kategori. Hasil penelitian menggunakan uji regresi linear sederhana membuktikan bahwa ada hubungan Hubungan status gizi dengan kejadian disminore pada remaja putri Di Tlogomas RT 02/ RW 08 Kecamatan Lowokwaru, hal tersebut dibuktikan dari: Ada hubungan yang signifikan status gizi dengan kejadian disminore pada remaja putrididapatkan nilai t hitung  $14.907 > t$  tabel 2,042. Nilai F hitung sebesar 53.648 nilai F 0,05 (3,32) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variable X kejadian (Y). Nilai koefisien regresi ( $R^2$ ) sebesar 0,641 artinya hubungan variable bebas dengan kejadian disminore ( $0,641 \times 100\%$ ) 64,1% sedangkan 35,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Kata Kunci : Remaja, Disminore, Status Gizi

## PENDAHULUAN

Dismenorea adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu haid atau menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan yang ditandai dengan nyeri atau rasa sakit didaerah perut dan panggul (Judha, dkk, 2012). Gangguan sekunder yang paling sering dikeluhkan adalah nyeri sebelum dan saat menstruasi. Nyeri tersebut timbul akibat adanya hormone prostaglandin yang membuat otot uterus (Rahim) berkontraksi. Bila nyerinya ringan dan masih dapat beraktivitas berarti masih dalam batas wajar. Namun bila nyeri yang terjadi sangat hebat dan mengganggu aktivitas ataupun tidak mampu melakukan aktivitas maka termasuk ada gangguan. Nyeri dapat dirasakan didaerah perut bagian bawah, pinggang bahkan punggung (Judha, dkk, 2012).

Penyebab dismenorea bermacam – macam, bisa karena penyakit (radang panggul) endometriosis, tumor atau kelainan uterus, selaput dara atau vagina tidak berlubang, stress atau cemas yang berlebihan. Penyebab lain dari dismenorea diduga karena terjadinya ketidak seimbangan hormonal dan tidak ada hubungan dengan organ reproduksi (Judha, 2012). Nyeri

tersebut timbul juga akibat adanya hormone prostaglandin yang membuat otot rahim berkontraksi (Judha, 2012). Menurut data dari World Health Organization (WHO) didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenorea dengan 10-15 % mengalami dismenorea berat. Di Indonesia angka kejadian dismenorea sebesar 107.673 jiwa (64,24%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenorea primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenorae sekunder (info sehat, 2010). Di Jawa Timur jumlah remaja putri yang reproduktif yaitu yang berusia 10-24 tahun adalah sebesar 56.598 jiwa. Sedangkan yang mengalami dismenorea dan datang kebagian kebidanan sebesar 11.565 jiwa (1,31%) (BPS Provinsi Jawa Timur, 2010).

Salah satu faktor yang mempengaruhi faktor yang terjadinya dismenore adalah yang berhubungan dengan kejadian dismenore adalah status gizi. Status gizi remaja wanita sangat mempengaruhi terjadinya menstruasi. Adanya remaja keluhan – keluhan selama menstruasi maupun lamanya hari menstruasi. Tetapi pada beberapa remaja keluhan – keluhan tersebut tidak dirasakan, hal ini dipengaruhi oleh nutrisi yang adekuat yang biasa

dikonsumsi, selain olahraga yang teratur. Status gizi yang rendah ( *underweight* ) dapat diakibatkan karena asupan makanan yang kurang, termasuk zat besi yang dapat menimbulkan anemia (Rahmadhayanti, 2013 ).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal juli 2021 di Tlogomas Rt 02/Rw 08, kecamatan lowokwaru jumlah remaja di Tlogomas Rt 02/ Rw 08 sebanyak 10 orang. Hasil wawancara yang di lakukan peneliti pada bulan juli 2021 10 orang mahasiswi Tlogomas RT 02 /Rw 08 di dapatkan bahwa 3 orang diantaranya mengeluh sering mengalami dismenorea, karena pola istirahat kurang, dan 7 diantaranya juga sering mengeluh disminore yang disebabkan karena status gizi yang kurang, yang mana dilihat dari wawancara mengenai berat badan dan tinggi badan pada remaja. Berdasarkan hal diatas, maka peneliti tertarik mengambil judul untuk mengetahui Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Disminore Pada Remaja Putri di Tlogomas Rt 02 / Rw 08, Kecamatan lowokwaru, Kota malang.

## **METODE PENELITIAN**

Penelitian ini merupakan penelitian *kuantitatif* dengan menggunakan desain penelitian *Analitik korelasioanal*, untuk dapat mengetahui seberapa jauh kontribusi faktor resiko

terhadap terhadap faktor efek (Riyanto, 2011). Dengan metode pendekatan *cross sectional* yaitu untuk mengetahui hubungan Hubungan status gizi dengan kejadian pada menstruasi remaja putri sebagai faktor resiko (variable independen) dengan kejadian Disminore (variable dependen). Subyek penelitian ini adalah 10 Remaja yang mengalami disminore 7 diantaranya mengalami disminore karena status gizi kurang dan 3 mengeluh karena kurangnya istirahat. Penelitian ini dilaksanakan di Tlogomas Rt 02/ Rw 08, kecamatan lowokwaru, Kota Malang. Variable independen dalam penelitian ini adalah status gizi (X). Variable dependen dalam penelitian ini adalah Disminore (Y). Populasi adalah semua remaja putri yang mengalami dismenore, di Tlogomas Rt 02/ Rw 08, kecamatan lowokwaru, Kota Malang yang berjumlah 32 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri yang mengalami disminore di Tlogomas Rt 02 / Rw 08, kecamatan lowokwaru, kota malang yang berjumlah 32 orang. Penelitian ini menggunakan total sampling. Dalam pengumpulan data dilakukan dengan metode wawancara, kuisisioner, dokumentasi.

## HASIL

Berdasarkan tabel diatas dapat diketahui bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara variabel bebas yang ditentukan melalui nilai t hitung dari masing-masing variabel. Nilai t hitung variabel status gizi (X) sebesar  $14.907 >$  tabel  $2.042$  artinya terdapat hubungan yang signifikan antara  $2.042$  artinya terdapat hubungan yang signifikan antara status gizi (X1) dengan kejadian disminore pada remaja putri (Y).

## PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang peneliti lakukan pada tanggal juli 2021 di Tlogomas Rt 02/Rw 08, kecamatan lowokwaru jumlah remaja di Tlogomas Rt 02/ Rw 08 sebanyak 10 orang. Hasil wawancara yang di lakukan peneliti pada bulan juli 2021 10 orang mahasiswi Tlogomas RT 02 /Rw 08 di dapatkan bahwa 3 orang diantaranya mengeluh sering mengalami dismenorea, karena pola istirahat kurang, dan 7 diantaranya juga sering mengeluh disminore yang disebabkan karena status gizi yang kurang, yang mana dilihat dari wawancara mengenai berat badan dan tinggi badan pada remaja.

Berdasarkan hal diatas, maka peneliti tertarik mengambil judul untuk mengetahui Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Disminore Pada Remaja Putri di

Tlogomas Rt 02 / Rw 08, Kecamatan lowokwaru, Kota malang. Hasil penelitian Prasetyo (2015) tentang Hubungan status gizi dengan kejadian dismenore pada wanita usia subur dimana Hasil analisis data menggunakan teknik chi square diperoleh hasil  $p = 0,031$ . Analisis bivariat terhadap hubungan antara status gizi dengan kejadian dismenore pada wanita usia subur menunjukkan hubungan yang signifikan. Hasil penelitian Beddu (2015) tentang Hubungan Status Gizi Dan Usia Menarche Dengan Disminore Primer.

Variabel	R	Koefisien Regresi (R square)	Standar Error	t hitung	t <sub>0,05</sub>
Variabel x kejadian (Y)		.641	.515	14.907	2,042

Pada Remaja Putri menunjukkan bahwa Hasil analisis variabel status gizi dengan menggunakan uji statistik chisquare dengan pearson chi-square test menunjukkan nilai  $p = 0,008$ , artinya terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi dengan dismenore primer. Hasil uji statistik untuk variabel usia menarche menunjukkan  $p = 0,006$  artinya terdapat hubungan yang bermakna antara usia menarche dengan dismenore primer.

Status gizi underweight dapat diakibatkan karena asupan makanan yang kurang. Status gizi merupakan bagian penting dari kesehatan seseorang. Gizi kurang selain akan mempengaruhi

pertumbuhan dan fungsi organ tubuh juga akan menyebabkan terganggunya fungsi reproduksi. Hal ini berdampak pada gangguan haid termasuk dismenore, tetapi akan membaik bila asupan nutrisinya baik (Yustiana, 2011). Hasil yang sama juga didapatkan dari penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Susanto, Nasruddin, dan Abdullah (2013) yang menemukan adanya hubungan yang bermakna antara status gizi dengan dismenore primer.

### **KESIMPULAN**

Hasil penelitian menggunakan uji regresi linear sederhana membuktikan bahwa ada hubungan Hubungan status gizi dengan kejadian disminore pada remaja putri Di Tlogomas RT 02/ RW 08 Kecamatan Lowokwaru, hal tersebut dibuktikan dari terdapat hubungan yang signifikan status gizi dengan kejadian disminore pada remaja putri didapatkan nilai t hitung  $14.907 > t$  tabel 2,042.

Nilai F hitung sebesar 53.648 nilai F 0,05 (3,32) artinya terdapat hubungan yang signifikan antara variable X kejadian (Y), nilai koefisien regresi ( $R^2$ ) sebesar 0,641 artinya hubungan variable bebas dengan kejadian disminore (0,641 x 100%) 64,1% sedangkan 35,9% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

### **UCAPAN TERIMAKASIH**

Penulis mengucapkan terima kasih kepada Yayasan WHN Corporation yang telah mendukung terlaksananya penelitian

ini.

### **REFERENSI**

Mitayani, 2014. *Buku saku ilmu gizi*. Cv Trans Info Media. Jakarta

Komala, 2015. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Disminore Pada Remaja Putri

Anurogo, D. & Wulandari, A. 2016. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: ANDI Yogyakarta

Laila, 2015. *Buku Pintar Menstruasi*. Penerbit : Buku Baru, Jogjakarta

Riyanto. 2013. *Buku ajar metodologi penelitian*. Jakarta : EGC

Sophia. 2013. *Faktor – faktor yang berhubungan dengan disminore pada remajaputri*

Pinem, S. 2015. *Kesehatan Reproduksi*. Jakarta : Trans Info Media

Arikunto, S. 2013. *Prosedur penelitian suatu pendekatan praktik*. Rineka cipta, Jakarta

Waryana, 2016. *Gizi Reproduksi*. Pustaka Rihama, Yogyakarta Suharjo. 2013.

*Berbagai Cara Pendidikan Gizi*. Jakarta : Bumi Aksara Swastika, S. 2015. *Hubungan status gizi dengan tingkat nyeri dismenorea pada remaja putri*. Pustaka Rihama, Yogyakarta.

Supariasa, 2013. *penilaian status gizi*. Jakarta : Penerbit Buku Kedokteran EGC

Putri, D.Y. 2015. *Faktor – Faktor yang Berhubungan dengan Perilaku Makan Pada Remaja Putri*. Artikel ilmiah universitas andalas Padang

Potter. 2013. *Gambaran Skala Nyeri Pada Usia Remaja*, Jurnal Kebidanan.

Yunita, A. 2015. *Hubungan Indeks Masa Tubuh Dan Aktivitas Fisik dengan Tingkat Disminore*. Yogyakarta. Jakarta : EGC

Februanti, S 2016. *Perilaku Remaja Putri Tentang Penanganan Disminore*. Salemba Medika : Jakarta.

Eka. 2014. *Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Disminore Pada Remaja Putri*. FIK Universitas diponegoro semarang.

Ramadhani. 2014. *Buku Ajar Gizi Untuk Kebidanan*. Yogyakarta : NuhaMedika

Abdul. 2016. *Kejadian Disminore Berdasarkan Karakteristik Orang dan Waktu Serta Dampaknya Pada Remaja Putri*. Fakultas Kedokteran. Semarang

Arikunto, S. 2014. *Prosedur penelitian : Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta  
Manuaba. 2013.

*Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta : EGC Aditiara, B. 2015.

*Hubungan antara usia menarche dengan disminore primer*. Murtiningsih, L 2015.

*Penurunan Nyeri Disminore Primer Melalui Kompres Hangat*. Jakarta : EGC

Notodmojo. 2015. *Variabel Penelitian dan Defenisi Operasional*. Medica. Jakarta

Gunarsa. 2010. *Masa Transisi Remaja Putri*. Yogyakarta

Rahmadhani. 2014. *Pengukuran Status Gizi Remaja Putri*. Fakultas. Semarang

Nugraha, M. 2014. *Gizi Dalam Kesehatan Reproduksi*. Jakarta: EGCSarwono. 2012. *Ilmu kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka

Santoso. 2014. *Angka Kejadian Nyeri Haid pada Remaja Putri Indonesia*.