

HUBUNGAN INDEKS MASSA TUBUH (IMT) REMAJA DENGAN DISMENOREA

Dwi Khalisa Putri^{1✉}, Eliyana Lulianthy², Windy³

^{1,2}Prodi D III Kebidanan, Politeknik 'Asiyiyah Pontianak, Indonesia

³Mahasiswa D III Kebidanan, Politeknik Aisyiyah Pontianak, Indonesia

Email : dwi.khalisa@polita.ac.id

Info Artikel

Kata Kunci:

Dismenorea, Indeks Massa Tubuh, Remaja

Abstrak

Latar belakang: Kejadian dismenorea di Indonesia saat ini belum dapat diketahui secara pasti. Dismenorea primer tanpa adanya patologis pelvis yang dialami oleh sekitar 50% wanita serta mengalami nyeri hebat sehingga menyebabkan ketidakmampuan wanita untuk beraktivitas selama 1 sampai 3 hari setiap bulannya. Faktor resiko dari dismenorea pada remaja sering berhubungan dengan menarche usia dini, riwayat keluarga dengan keluhan dismenore, dan indeks masa tubuh (IMT) yang tidak normal. Wanita dengan IMT kurang dari berat normal dapat menjadi salah satu faktor konstitusi yang dapat disebabkan oleh kurangnya daya tahan tubuh terhadap rasa nyeri sehingga dapat terjadi dismenorea. **Tujuan:** untuk mengetahui hubungan Indeks Masa Tubuh Massa Tubuh (IMT) Remaja dengan Dismenorea. **Metode:** penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Teknik pengambilan Total Sampling dengan jumlah 55 responden. Instrumen penelitian kuantitatif dengan kuesioner. Analisis data kuantitatif menggunakan chi-square. **Hasil:** didapatkan sebagian besar responden mengalami intensitas nyeri dengan kategori ringan yaitu sebesar 29 (52,7%). sebagian besar responden memiliki indeks massa tubuh yang normal yaitu sebesar 38 (69,1%). **Kesimpulan:** tidak terdapat hubungan antara IMT dengan kejadian dismenorea pada remaja. Penelitian selanjutnya disarankan mengkombinasikan variabel-variabel lainnya yang dapat dinilai dan berhubungan dengan faktor penyebab terjadinya dismenorea dengan responden yang lebih luas agar dapat menilai secara keseluruhan.

RELATIONSHIP OF THE BODY MASS INDEX (BMI) OF ADOLESCENTS AND DYSMENORRHEA

Article Info

Keywords:

Dysmenorrhea, Body Mass Index (BMI), adolescents

Abstract

Background: The incidence of dysmenorrhea in Indonesia is currently unknown. Primary dysmenorrhea without pelvic pathology is experienced by about 50% of women and experiences severe pain that causes the woman's inability to move for 1 to 3 days each month. Risk factors for dysmenorrhea in adolescents are often associated with early menarche, family history of dysmenorrhea complaints, and abnormal body mass index (BMI). Women with a BMI of less than normal weight can be one of the constitutional factors that can be caused by a lack of body resistance to pain so that dysmenorrhea can occur. **Objective:** to determine the relationship between Body Mass Index (BMI) of Adolescents and Dysmenorrhea. **Method:** quantitative research using a cross sectional approach. Total sampling technique with a total of 55 respondents. Quantitative research instruments with questionnaires. Quantitative data analysis using chi-square. **Result:** it was found that most of the respondents experienced the intensity of pain in the mild category, namely 29 (52.7%). most of the respondents had a normal body mass index of 38 (69.1%). **Conclusion:** there is no relationship between BMI and the incidence of dysmenorrhea in adolescents. Further research is recommended to combine other variables that can be assessed and related to the factors causing the occurrence of dysmenorrhea with a wider range of respondents in order to be able to assess it as a whole.

Pendahuluan

Remaja adalah usia antara 11-20 tahun dimana merupakan masa peralihan dari pubertas menuju dewasa. Pada proses masa peralihan tersebut seorang individu matang secara fisiologik, psikologik, mental, emosional, dan sosial. Masa remaja juga ditandai dengan munculnya karakteristik seks primer dan hal tersebut dapat terjadi karena kelenjar reproduksi mulai bekerja yang ditandai dengan adanya menstruasi pada wanita. (Larasati, T. A. & Alatas, 2016)

Menstruasi yang dialami pada wanita remaja dapat menimbulkan masalah diantaranya adalah dismenorea atau nyeri haid. Dismenorea merupakan masalah ginekologis yang paling umum dialami wanita baik remaja maupun dewasa. (Larasati, T. A. & Alatas, 2016) Dismenorea yang biasanya dialami pada remaja dan dewasa muda merupakan dismenorea primer dimana berhubungan dengan siklus ovulasi yang normal dengan tanpa adanya keabnormalan pelvis. (Pande & Purnawati, 2016)

Kejadian dismenorea di Indonesia saat ini belum dapat diketahui secara pasti. Dismenorea primer tanpa adanya patologi pelvis yang dialami oleh sekitar 50% wanita serta mengalami nyeri hebat sehingga menyebabkan ketidakmampuan wanita untuk beraktivitas selama 1 sampai 3 hari setiap bulannya. Selain itu, masih rendahnya kesadaran masyarakat untuk menjaga kesehatan diri dalam mencegah terjadinya suatu penyakit serta adanya rasa malu untuk memeriksakan diri ke dokter atau tenaga medis lainnya dan kecenderungan untuk meremehkan penyakit yang sering membuat data penderita penyakit tertentu tidak bisa dipastikan secara mutlak di Indonesia. (Anurogo, Dito dan Wulandari, 2011)

Sebuah studi di Indonesia sendiri mendapatkan prevalensi dismenorea sebesar 81,3% di Medan, 97,5% di Sragen dan di Sidoarjo sebesar 71%. (Pande dan Purnawati, 2016). beberapa penelitian yang menyatakan bahwa faktor resiko yang sering berkaitan dengan dismenorea pada remaja adalah menarche usia dini, riwayat keluarga dengan keluhan dismenore, kebiasaan memakan makanan cepat saji, durasi perdarahan saat haid, terpapar asap rokok, konsumsi kopi dan alexythimia dan indeks masa tubuh (IMT) yang tidak normal. (Larasati, T. A. & Alatas, 2016; Nurul Yuda Putra et al., 2016)

Indeks masa tubuh (IMT) merupakan salah satu pengukuran status gizi dengan hasil perhitungan diperoleh dari perbandingan BB (Berat Badan) dan TB (Tinggi Badan) melalui rumus $BB/TB^2(kg/m^2)$. Wanita dengan indeks masa tubuh (IMT) kurang dari berat badan normal dan kelebihan berat badan (overweight) lebih mungkin untuk menderita dismenore jika dibandingkan dengan wanita dengan IMT normal. (Nurul Yuda Putra et al., 2016) Pada penelitian di salah satu Sekolah Menengah Atas di Manado di temukan dari 23% siswi dengan status gizi tidak normal (gemuk dan kurus), 75,8% diantaranya mengalami dismenore. Sehingga dapat disimpulkan bahwa status gizi berkaitan erat dengan tingkat kejadian dismenore. Pada wanita dengan IMT kurang dari berat normal dapat menjadi salah satu faktor konstitusi yang dapat menyebabkan kurangnya daya tahan tubuh terhadap rasa nyeri sehingga dapat terjadi dismenore. (Larasati, T. A. & Alatas, 2016)

Berdasarkan latar belakang yang ada maka permasalahannya adalah bagaimana hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan angka kejadian dismenorea pada remaja. Tujuan penelitian ini adalah Untuk mengetahui Hubungan Indeks Masa Tubuh Massa Tubuh (IMT) Remaja dengan Dismenorea. Manfaat dari penelitian ini adalah secara teoritis Hasil penelitian ini diharapkan dapat digunakan sebagai masukan dan informasi untuk menambah wawasan serta pengetahuan mengenai faktor risiko dari dismenore. Manfaat secara praktis Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi acuan bagi penyusun kebijakan untuk memperhatikan status gizi dengan kejadian dismenorea pada remaja.

Metode

Penelitian cross-sectional analitik ini dilakukan di Program Studi Diploma III Kebidanan Politeknik 'Aisyiyah Pontianak dimulai pada bulan April sampai Mei 2021.

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti dan dianggap mewakili seluruh populasi. Sampel dalam penelitian ini adalah Mahasiswi Program Studi Diploma III Kebidanan yang mengalami dismenorea berjumlah 55 mahasiswa.

Sampel dari penelitian ini adalah sampel yang termasuk dalam kriteria inklusi yaitu mahasiswi yang berstatus sebagai mahasiswi aktif Program Studi Diploma III Kebidanan Politeknik 'Aisyiyah Pontianak dan mengalami riwayat rasa nyeri saat menstruasi dalam enam bulan terakhir. Dalam penelitian ini teknik pengambilan sampel yang digunakan berupa non random (non probability) sampling dengan purposive sampling yaitu pengambilan sampel pada suatu pertimbangan tertentu yang dibuat oleh peneliti sendiri, berdasarkan ciri atau sifat-sifat populasi yang sudah diketahui sebelumnya.

Adapun prosedur penelitian ini adalah setelah mengisi lembar persetujuan responden lalu dihitung berat badannya. Dismenorea primer dinilai menggunakan kuesioner yang diadaptasi dari penelitian sebelumnya dan pengukuran berat badan menggunakan timbangan merek Camry untuk menghitung data IMT.

Mahasiswi yang memiliki riwayat operasi pada organ reproduksi dieksklusi namun pada penelitian ini tidak ada mahasiswi yang dieksklusi. Responden yang mengalami nyeri saat menstruasi dalam enam bulan terakhir lalu diskoring untuk mendapatkan responden yang mengalami dismenorea primer. Responden dikategorikan menjadi dismenorea primer jika mengalami nyeri kram perut bawah pada saat haid 6 bulan terakhir; nyeri haid muncul pada sesaat akan menstruasi atau hari pertama haid atau hari 1-3 awal haid; nyeri pertama kali muncul pada bulan ke-6 sampai 12 setelah mendapat menarche dan nyeri haid berakhir pada beberapa jam setelah hari haid pertama atau hari 1-3 awal haid. Setelah mendapat responden yang termasuk dismenorea primer, lalu dikategorikan derajat nyerinya berdasarkan pada pengaruh dismenorea primer terhadap aktivitas sehari-hari dan pemakaian serta keefektifan obat yang dipakai untuk mengurangi nyeri.

Adapun definisi operasional pada penelitian ini adalah Indeks Massa Tubuh (IMT) merupakan hasil perhitungan dari perbandingan BB (Berat Badan) dan TB (Tinggi Badan) melalui rumus $BB/TB^2(kg/m^2)$ disimpulkan dengan 3 kategori underweight ($IMT \leq 18,4$), Normal ($IMT = 18,5 - 25$) dan overweight ($IMT \geq 25,1$). Sedangkan dismenorea adalah nyeri haid yang terasa sebelum atau selama menstruasi yang biasanya bersifat kram dan berpusat pada perut bagian bawah dan terkadang sampai parah sehingga mengganggu aktivitas yang juga disimpulkan dengan 3 kategori yaitu nyeri ringan ($0 < 4$), sedang ($4 < 7$) dan berat ($7 - 10$).

Analisis data menggunakan software SPSS 16.0. Dilakukan analisis deskriptif untuk data usia responden, usia menarche, IMT, prevalensi dismenorea primer serta derajat nyeri dismenorea. Data hubungan antara IMT dengan dismenorea primer dan hubungan IMT dengan derajat nyeri dismenorea primer dianalisis menggunakan uji statistik Chi-Square.

Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Karakteristik Usia Responden

No	Kategori	Persentase
1	< 20 tahun	19 (34,5%)
2	20-35 tahun	36 (65,6%)
3	>35 tahun	0

Berdasarkan tabel 1 kolom usia terlihat bahwa sebagian besar responden memiliki kisaran usia 20-35 yaitu sebesar 36 (65,6%).

Tabel 2 Karakteristik Riwayat Penyakit Responden

No	Kategori	Persentase
1	Tidak ada	49 (89,1%)
2	Ada	6 (10,9%)

Berdasarkan tabel 2 dapat terlihat bahwa sebagian besar responden yaitu 49 (89,1%) tidak mempunyai riwayat penyakit.

Tabel 3 Tingkat Nyeri Dismenorea

No	Kategori	Persentase
1	Ringan	29 (52,7%)
2	Sedang	15 (27,3%)
3	Berat	11 (20%)

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa sebagian besar responden mengalami intensitas nyeri dengan kategori ringan yaitu sebesar 29 (52,7%).

Tabel 4 Indeks Massa Tubuh

No	Kategori	Persentase
1	Underweight	5 (9,1 %)
2	Normal	38 (69,1%)
3	overweight	12 (21,8%)

Berdasarkan tabel 4 kolom terlihat bahwa sebagian besar responden memiliki indeks massa tubuh yang normal yaitu sebesar 38 (69,1%).

Tabel 5 Indeks Massa Tubuh dan Tingkat Nyeri Dismenorea

Tingkat Nyeri Dismenorea	Indeks Massa Tubuh			Nilai P
	Ringan	Sedang	Berat	
Underweight	4 (80%)	1 (20%)	0	0,716
Normal	19 (50%)	11 (28,9)	8 (21,1%)	
Overweight	6 (50%)	3 (25%)	3 (25%)	

Kesehatan reproduksi adalah salah satu masalah penting bagi remaja karena perubahan paling awal yang dialami pada masa ini adalah mengalami menstruasi dan dapat menimbulkan dismenorea. Dismenorea ini dapat mempengaruhi aktivitas belajar dan secara tidak langsung dapat berdampak pada kualitas hidup remaja.

Berdasarkan hasil analisis deskriptif pada 55 responden diperoleh gambaran kisaran usia responden sebagian besar berada pada rentang 20-35 tahun yaitu 36 (65,6%). Hal ini dikarenakan responden pada penelitian ini adalah mahasiswa program studi kebidanan pada semester akhir, dimana sebagian besar sudah memasuki tahap remaja akhir.

Penelitian yang dilakukan di swedia juga menemukan bahwa prevalensi dismenore di Swedia pada umur 19 tahun sebanyak 90% dan pada umur 24 tahun sebanyak 67% dan 10% wanita berumur 24 tahun melaporkan bahwa dismenore mengganggu aktivitas sehari-hari. Di Malaysia Prevalensi kejadian dismenore adalah 77,9% dimana 30,2% dari remaja mengalami dismenore ringan, 36,6% sedang dan 11% berat.(Arisani, 2019)

Dismenore atau nyeri selama siklus menstruasi adalah satu dari gejala ginekologik yang paling sering terjadi (Dong, 2021). Dismenore yang dialami oleh remaja dan dewasa muda merupakan dismenore yang berhubungan dengan tanpa adanya keabnormalan pelvis.(Harel, 2006) Dismenore merupakan permasalahan dibidang ginekologi yang banyak menyerang remaja, namun dismenore yang sering terjadi pada remaja adalah dismenore primer (*primary dysmenorrhea*). (Arisani, 2019)

Berdasarkan tabel 3 terlihat bahwa sebagian besar responden mengalami intensitas nyeri dengan kategori ringan yaitu sebesar 29 (52,7%). Hal ini juga sesuai dengan prevalensi kejadian dismenore di Malaysia dimana hanya sedikit yang mengalami dismenore berat yaitu 30,2% dari remaja mengalami dismenore ringan, 36,6% sedang dan 11% berat.(Arisani, 2019). Sedangkan untuk Indeks Massa Tubuh (IMT) responden pada penelitian ini berada dalam kategori normal dapat terlihat pada Tabel 4 yaitu sebagian besar memiliki IMT normal yaitu sebesar 38 (69,1%).

Berdasarkan tabel 5 tentang hubungan antara IMT dengan dismenorea diperoleh hasil bahwa tidak terdapat hubungan antara IMT dengan kejadian dismenorea pada remaja. Hal ini juga didukung penelitian yang dilakukan oleh Pande dkk yang mengatakan bahwa tidak ada hubungan antara IMT dengan terjadinya dismenorea primer dengan nilai p sebesar 0,202 (nilai p >0,05). Selain itu Hasil analisis bivariat antara IMT kategori underweight dan overweight dengan derajat dismenorea primer didapatkan tidak ada hubungan dengan nilai p sebesar 0,366 (nilai p >0,05). Penelitian lainnya menunjukkan bahwa hubungan antara IMT dengan dismenorea primer mendapatkan nilai p sebesar 0,16116 dan juga terdapat Studi dari Al-Dabal et. al., mendapatkan nilai p sebesar 0,661 pada hubungan IMT dan dismenorea primer. (Al-Dabal et al., 2014; Pande & Purnawati, 2016)

Penelitian lain juga menunjukkan bahwa tidak ada hubungan antara status gizi dan dismenore primer. Responden yang mengalami dismenore primer sebagian besar memiliki status gizi normal. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan di Semarang yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara status gizi dengan kejadian dismenore primer.(Ammar, 2016) Pada penelitian ini juga memiliki hasil bahwa sebagian besar responden mengalami dismenorea kategori dengan dan IMT normal. Hal ini dapat disebabkan karena ada terdapat beberapa faktor seseorang mengalami dismenorea bukan hanya dari IMT

Penutup

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara IMT dengan kejadian dismenorea pada remaja dan sebagian besar responden mengalami dismenorea kategori dengan dan IMT normal.

Ucapan Terima Kasih

Peneliti mengucapkan terimakasih kepada Politeknik 'Aisyiyah Pontianak atas dukungan yang diberikan, terimakasih juga kami ucapkan kepada mahasiswi prodi D III Kebidanan Politeknik 'Aisyiyah Pontianak yang telah bersedia menjadi responden pada penelitian ini.

Daftar Pustaka

- Al-Dabal, B. K., Koura, M. R., Al-Sowielem, L. S., & Barayan, S. S. (2014). Dysmenorrhea and Associated Risk Factors among University Students in Eastern Province of Saudi Arabia. *World Family Medicine Journal: Incorporating the Middle East Journal of Family Medicine*, 99(1145), 1–11.
<https://doi.org/10.5742/MEFM.2014.92443>
- Ammar, U. R. (2016). Faktor Risiko Dismenore Primer pada Wanita Usia Subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(1), 37–49.
<https://doi.org/10.20473/jbe.v4i1.37-49>
- Anurogo, Dito dan Wulandari, A. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. CV. ANDI OFFSET.
- Arisani, G. (2019). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT), Kadar Hemoglobin dan Paparan Asap Rokok dengan Kejadian Dismenore. *Jurnal Kebidanan Midwiferia*, 5(1), 1.
<https://doi.org/10.21070/mid.v5i1.2213>
- Dong, A. (2021). *Dysmenorrhea: Practice Essentials, Background, Pathophysiology*. <https://emedicine.medscape.com/article/253812-overview>
- Harel, Z. (2006). Dysmenorrhea in Adolescents and Young Adults: Etiology and Management. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*, 19(6), 363–371.
<https://doi.org/10.1016/J.JPAG.2006.09.001>
- Larasati, T. A., A., & Alatas, F. (2016). Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja. *Majority*, 5(3), 79–84.
- Nurul Yuda Putra, R., Ermawati, E., & Amir, A. (2016). Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Usia Menarche pada Siswi SMP Negeri 1 Padang. *Jurnal Kesehatan Andalas*, 5(3), 551–557.
<https://doi.org/10.25077/jka.v5i3.575>
- Pande, N., & Purnawati, S. (2016). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Dismenorea Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Udayana. *E-Jurnal Medika Udayana*, 5(3), 1–9.