



## RESEARCH ARTICLE

Jurnal Kebidanan Bestari, Volume 7 (2), Tahun 2023

EISSN : 2656-2251

Available online at: <http://www.ejurnalbidanbestari-poltekkesbjm.com>

Accepted: November 11, 2023

---

**Hubungan Stress Dengan Kejadian *Dismenore* Pada Siswi Di MA Hidayatullah Martapura Tahun 2019***(Corelation Stress And Dysmenorrhea In MA Hidayatullah Martapura On 2019)*

---

**Khoirunnisa Yuliawardani<sup>1(CA)</sup>, Rita Kirana<sup>2</sup>, Zakiah<sup>3</sup>**<sup>1</sup>Midwifery Program, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, Indonesia;<sup>2,3</sup>Midwifery Departement, Poltekkes Kemenkes Banjarmasin, IndonesiaE-mail : [khoirunnisayuliawardani@gmail.com](mailto:khoirunnisayuliawardani@gmail.com)

---

**Abstrak**

*Dismenore* merupakan masalah kesehatan reproduksi yang sering terjadi pada remaja putri akibat dari ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbul rasa nyeri. Salah satu penyebab *dismenore* adalah faktor psikis (*stress*). Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan kepada 10 orang siswi di MA Hidayatullah Martapura, menunjukkan bahwa hasil wawancara singkat tentang *dismenore* didapatkan 2 orang (20%) tidak mengalami nyeri haid dan 8 orang (80%) lainnya mengalami nyeri haid. Sebanyak 6 dari 10 siswi (60%) mengalami kecemasan dan *stress* yang disebabkan banyaknya tugas yang diberikan di sekolah. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan *stress* dengan kejadian *dismenore* pada siswi di MA Hidayatullah Tahun 2019. Penelitian ini menggunakan metode penelitian *Survey analitik* dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi adalah seluruh siswi di MA Hidayatullah Martapura tahun 2019 yang berjumlah 150 orang dengan sampel diambil sebanyak 60 orang. Pengambilan sampel menggunakan random sampel secara acak (*Proportional Random Sampling*). Instrumen penelitian menggunakan kuesioner. Analisa data menggunakan uji statistik *Chi-square* dengan  $\alpha=0,05\%$ . Hasil pada penelitian ini didapatkan remaja yang mengalami *dismenore* adalah sebanyak 25 orang (41,7%) dan yang tidak mengalami *dismenore* adalah sebanyak 35 orang (58,3%). Remaja yang mengalami *stress* ringan sebanyak 34 orang (56,7%), dan *stress* sedang sebanyak 26 orang (43,3%) serta terdapat hubungan yang bermakna antara *stress* dengan kejadian *dismenore* nilai  $\rho$  sebesar 0,00. Pada penelitian ini didapatkan kesimpulan ada hubungan *stress* dengan kejadian *dismenore* pada siswi di MA Hidayatullah Martapura tahun 2019.

Kata Kunci : *Dismenore, Stress***Abstract**

*Dysmenorrhea* is a reproductive health problem that often occurs in young women due to an imbalance of the hormone progesterone in the blood resulting in pain. One of the causes of *dysmenorrhea* is psychological factors (*stress*). Based on preliminary studies conducted on 10 female students at MA Hidayatullah Martapura, showed that the results of a brief interview about *dysmenorrhea* found that 2 people (20%) had no menstrual pain and 8 (80%) had menstrual pain. As many as 6 out of 10 female students (60%) experience anxiety and *stress* due to the many tasks given at school. The purpose of this research was to determine the relationship between *stress* and the incidence of *dysmenorrhea* in female students at MA Hidayatullah in 2019. This study

*used an Analytical survey research method with a cross sectional approach. The population was all students in MA Hidayatullah Martapura on 2019, amounting to 150 people with 60 sample. Sampling used Proportional Random Sampling. The research instrument used a questionnaire. Analysis data used Chi-square statistical test with  $\alpha = 0.05\%$ . The result of this study were obtained found that teenagers 25 people (41.7%) who experienced dysmenorrhea and those 35 people (58.3%) who did not experience dysmenorrhea. Teenagers 34 people (56.7%) who experience mild stress and 26 people (43.3%) moderate tress and there was significant relationship between stress with the incidence of dysmenorrhea (  $p$  value 0.00). The conclusion of this study was a correlaition between stress and the incidence of dysmenorrhea in female students at MA Hidayatullah Martapura on 2019.*

**Keywords:** *Dysmenorrhea, Stress*

---

## PENDAHULUAN

Berdasarkan laporan cakupan pelayanan kesehatan remaja Puskesmas Martapura 2 pada bulan November tahun 2019 didapatkan hasil cakupan pelayanan kesehatan remaja untuk kegiatan Program Kesehatan Pelayanan Remaja (PKPR) sebanyak 1427 pelayanan untuk tingkat SLTA yang dilakukan pada 7 Sekolah Menengah Atas di wilayah kerja Puskesmas Martapura 2. Dari ke-7 sekolah tersebut didapati hasil rincian sebagai berikut, sebanyak 225 pelayanan di MA Hidayatullah, 184 pelayanan di MA Al Amin, 200 pelayanan di SMA IT As Salam, 204 pelayanan di SMA Muhammadiyah, 196 pelayanan di MA Manbaul Ulum, 210 pelayanan di SMAN 1 Martapura dan 208 pelayanan di MA Bangun Jaya Putri. Berdasarkan data tersebut MA Hidayatullah merupakan sekolah yang memiliki cakupan Program Kesehatan Pelayanan Remaja (PKPR) terbanyak di Wilayah Kerja Puskesmas Martapura 2 berupa pelayanan pemberian penyuluhan dan layanan pemberian tablet Fe. Berdasarkan laporan daftar kehadiran siswi MA Hidayatullah didapati setiap bulannya cukup banyak siswi yang tidak hadir saat proses pembelajaran dikarenakan sakit, yang salah satunya disebabkan oleh dismenore yang mereka alami. Pada bulan September terdapat 86 siswi (43%) yang tidak hadir dikarenakan sakit dan sekitar 20% diantaranya dikarenakan dismenore, pada bulan Oktober terdapat 119 siswi (61%) yang tidak hadir di karenakan sakit dan sekitar 31% diantaranya karena dismenore dan pada bulan November terdapat 112 siswi (57%) yang tidak hadir dikarenakan sakit dan sekitar 27% diantaranya dikarenakan dismenore (Laporan kehadiran siswa MA Hidayatullah 2018).

Nyeri haid atau dismenore adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbul rasa nyeri yang sering terjadi pada wanita. (Ernawati, 2010). Beberapa faktor yang dapat menyebabkan dismenore yaitu, faktor konstitusional, faktor endokrin, faktor obstruksi kanalis servikalis dan faktor psikis. Salah satu faktor psikis tersebut adalah stress. Saat seseorang wanita mengalami stress terjadi respon neuroendokrin sehingga menyebabkan *Corticotrophin Releasing Hormone* (CRH) yang merupakan regulator hipotalamus utama menstimulasi sekresi *Adrenocorticotrophic Hormone* (ACTH). ACTH akan meningkatkan sekresi kortisol adrenal. Hormon-hormon tersebut menyebabkan sekresi *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Leuteinizing Hormone* (LH) terhambat sehingga menyebabkan sintesis dan pelepasan progesteron terganggu. Kadar Progesteron yang rendah meningkatkan sintesis Prostaglandin  $F2\alpha$  dan E2. Ketidakseimbangan  $F2\alpha$  dan E2 dengan *Prostasiklin* (PGI<sub>2</sub>) menyebabkan peningkatan aktivasi PGF $2\alpha$ . Peningkatan aktivasi menyebabkan iskemia pada sel-sel miometrium dan peningkatan kontraksi uterus. Peningkatan kontraksi yang berlebihan menyebabkan dismenore (Wiknjastro dan Wijayanti, 2011).

Studi Pendahuluan yang dilaksanakan pada tanggal 01 Desember 2018 kepada 10 siswi di MA Hidayatullah Martapura di dapati sebanyak 6 orang (60%) saat ini sedang haid dan 4 orang (40%) lainnya baru saja selesai haid dalam minggu ini. Dari hasil wawancara singkat didapatkan 2 orang (20%) tidak mengalami nyeri haid dan 8 orang (80%) lainnya mengalami nyeri haid beberapa hari sebelum dan saat haid yang terkadang mengganggu aktivitas mereka, sehingga mengharuskan mereka untuk beristirahat dan adapula yang hingga pergi ke tenaga medis. Sebanyak 6 dari 10 siswi (60%) mengatakan bahwa banyaknya tugas yang diberikan di sekolah dan jadwal kegiatan sekolah yang sangat padat serta sehubungan dengan akan diadakannya ulangan semester pada akhirnya membuat mereka mengalami kecemasan dan stress.

Berdasarkan latar belakang tersebut peneliti tertarik untuk mengambil judul " Hubungan Stress dengan Kejadian Disminorea pada Siswi di MA Hidayatullah Martapura Tahun 2019".

## BAHAN DAN METODE

Rancangan penelitian ini menggunakan desain penelitian *survey analitik* dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Rancangan penelitian ini digunakan untuk mengetahui hubungan stress dengan kejadian dismenore pada siswi di MA Hidayatullah Martapura tahun 2019, dengan variabel independen dalam penelitian ini adalah stress, Variabel independen dalam penelitian ini adalah stress. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi di MA Hidayatullah Martapura tahun 2019 yang berjumlah 150 orang. Sampel sebanyak 60 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan *proportional random sampling* dengan cara undian. Data yang diperoleh diolah secara manual, disajikan dalam tabel dan dianalisis menggunakan uji *chi-square*.

## HASIL DAN PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### a. Umur Responden

Tabel 1  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Umur  
Pada Siswi di MA Hidayatullah Martapura  
Tahun 2019

No	Umur (tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	15	23	38,3
2	16	25	41,7
3	17	12	20,0
Total		60	100,0

Berdasarkan tabel 1 dari 60 responden terbanyak berumur 16 tahun yaitu sebanyak 25 orang (41,7%).

#### b. Usia Menarche

Tabel 2  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Usia Menarche  
Pada Siswi di MA Hidayatullah Martapura  
Tahun 2019

No	Umur (tahun)	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	10	6	10,0
2	11	21	35,0
3	12	14	23,3
4	13	19	31,7
Total		60	100,0

Berdasarkan tabel 2 dari 60 responden terbanyak mendapatkan Menarche pada usia 11 tahun yaitu sebanyak 21 orang (35,0%).

### c. Lama Menstruasi

Tabel 3  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi  
Pada Siswi di MA Hidayatullah Martapura  
Tahun 2019

No	Lama Menstruasi	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	<7 hari	15	25,0
2	7 hari	26	43,3
3	>7 hari	19	31,7
	Total	60	100,0

Berdasarkan tabel 3 dari 60 responden terbanyak mengalami lama menstruasi selama 7 hari yaitu sebanyak 26 orang (43,3%).

### d. Penangan Nyeri Haid

Tabel 4  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Penanganan Nyeri Haid  
Pada Siswi di MA Hidayatullah Martapura  
Tahun 2019

No	Penanganan	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Kompres air hangat	6	24,0
2	Minum obat	10	40,0
3	Minum jamu	9	36,0
	Total	25	100,0

Berdasarkan tabel 4 dari 25 responden yang mengalami dismenore terbanyak mendapatkan penanganan Nyeri Haid dengan Minum Obat yaitu sebanyak 10 orang (40,0%).

### e. Kejadian Dismenore

Table 5  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Kejadian Dismenore  
Pada Siswi di MA Hidayatullah Martapura  
Tahun 2019

No	Kejadian Dismenore	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Tidak dismenore	35	58,3
2	Dismenore	25	41,7
	Total	60	100,0

Berdasarkan tabel 4.6, dari 60 responden yang mengalami Dismenore adalah sebanyak

25 orang (41,7%).

**f. Tingkat Kejadian Dismenore**

Tabel 6  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Dismenore  
Pada Siswi di MA Hidayatullah Martapura  
Tahun 2019

No	Stress	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Ringan	18	72,0
2	Sedang	7	28,0
3	Berat	0	0,0
Total		25	100,0

Berdasarkan tabel 6 dari 25 responden yang mengalami Dismenore sebanyak 18 orang (72,0%) mengalami Dismenore Ringan.

**g. Stress**

Table 7  
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Stress  
Pada Siswi di MA Hidayatullah Martapura  
Tahun 2019

No	Stress	Frekuensi (f)	Persentase (%)
1	Ringan	34	56,7
2	Sedang	26	43,3
3	Berat	0	0,0
Total		60	100,0

Berdasarkan tabel 7, dari 60 responden yang mengalami stress ringan sebanyak 34 orang (56,7%).

**h. Hubungan Stress dengan Kejadian Dismenore**

Tabel 8  
Hubungan Stress dengan Kejadian Dismenore pada Siswi  
Di MA Hidayatullah Martapura Tahun 2019

Kejadian Dismenore	Tingkat Stress						Total	%	
	Ringan		Sedang		Berat				
	F	%	f	%	f	%			
Tidak dismenore	24	70,6	11	42,3	0	0,0	35	100,0	
Dismenore	10	29,4	15	57,7	0	0,0	25	100,0	
Total	34	100,0	26	100,0	0	100,0	60	100,0	
<i>Person Chi -square</i>		<i>p value 0,00</i>				<i>α= 0,05</i>			
<i>Odds Ratio</i>		8,7							

Berdasarkan uji statistic *Chi-square* pada tabel 8 dengan  $\alpha = 0,05$  didapatkan  $p$  value 0,00. Sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara *stress* dengan kejadian *dismenore* pada siswi di MA Hidayatullah Martapura tahun 2019.

## B. Pembahasan

Beberapa faktor yang mempengaruhi *dismenore* saat menstruasi terjadi didalam penelitian ini yaitu menarche yang terlalu dini dan lamanya menstruasi, hal ini didukung oleh penelitian Gustina (2015) terdapat hubungan yang bermakna antara usia menarche dan lamanya menstruasi dengan kejadian *dismenore*. Didalam penelitian ini sebanyak 41 responden mendapatkan menarche pada usia <12 tahun. Usia menarche yang terlalu dini atau <12 tahun menyebabkan masalah pada remaja, organ-organ reproduksi belum berkembang secara maksimal dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit saat menstruasi. Selain itu didalam penelitian ini terdapat sebanyak 45 responden mengalami lama menstruasi >7 hari. Lamanya menstruasi juga turut mempengaruhi terhadap kejadian *dismenore*, semakin lama menstruasi terjadi maka semakin sering uterus berkontraksi, akibatnya semakin banyak pula prostaglandin yang dikeluarkan. Prostaglandin yang berlebihan dapat menimbulkan rasa nyeri saat menstruasi atau *dismenore*.

Penyebab stres pada siswa karena adanya tuntutan akademis yang dinilai terlalu berat dengan adanya jadwal pembelajaran yang begitu padat disertai pemberian tugas yang menumpuk setiap harinya. Hal ini ini di dukung oleh pernyataan Hartono (2011) yang menyatakan faktor penyebab stress digolongkan menjadi beberapa kelompok seperti tekanan fisik, psikologi, sosial ekonomi dan tuntutan akademik. Hasil penelitian didapatkan bahwa sebanyak 40 orang siswi yang mengalami *dismenore*, terdapat 25 orang mengalami stress sedang dan dari 20 orang siswi yang tidak mengalami *dismenore* 11 orang mengalami stress sedang.

Terdapat hubungan antara stress dengan kejadian *dismenore* pada siswi di MA Hidayatullah Martapura tahun 2019. Menurut Wiknjosastro dan Wijayanti (2011) saat seseorang wanita mengalami stress terjadi respon neuroendokrin sehingga menyebabkan *Corticotrophin Releasing Hormone* (CRH) yang merupakan regulator hipotalamus utama menstimulasi sekresi *Adrenocorticotrophic Hormone* (ACTH). ACTH akan meningkatkan sekresi kortisol adrenal. Hormon-hormon tersebut menyebabkan sekresi *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Leuteinizing Hormone* (LH) terhambat sehingga menyebabkan sintesis dan pelepasan progesteron terganggu. Kadar Progesteron yang rendah meningkatkan sintesis Prostaglandin F2 $\alpha$  dan E2. Ketidakseimbangan F2 $\alpha$  dan E2 dengan *Prostasiklin* (PGI2) menyebabkan peningkatan aktivasi PGF2 $\alpha$ . Peningkatan aktivasi menyebabkan iskhemia pada sel-sel miometrium dan peningkatan kontraksi uterus. Peningkatan kontraksi yang berlebihan menyebabkan *dismenore*. Pada penelitian ini adanya tuntutan akademik yang terlalu berat dapat memicu terjadinya stress pada siswi dan dapat memicu timbulnya rasa nyeri saat menstruasi atau *dismenore*.

## KESIMPULAN

Berdasarkan hasil pembahasan pada penelitian yang dilakukan di MA Hidayatullah Martapura Tahun 2019, dengan jumlah responden sebanyak 60 orang, dapat disimpulkan bahwa remaja yang mengalami *dismenore* adalah sebanyak 25 orang (41,7%) dan yang tidak mengalami

*dismenore* adalah sebanyak 35 orang (58,3%). Remaja yang mengalami stress ringan sebanyak 34 orang (56,7%), stress sedang sebanyak 26 orang (43,3%). Ada hubungan antara *stress* dengan kejadian *dismenore* yaitu 0,00 ( $\rho < \alpha = 0,05$ ).

### UCAPAN TERIMA KASIH

Terimakasih kepada Poltekkes Kemenkes Banjarmasin yang sudah memfasilitasi terlaksananya penelitian ini, kepada Kepala MA Hidayatullah Martapura dan Puskesmas Martapura 2 sudah memberikan ijin untuk pengambilan data primer maupun sekunder dalam penelitian ini.

### DAFTAR PUSTAKA

- Amiruddin, R & Hasmi. (2014). *Determinan Kesehatan Ibu dan Anak*. Jakarta : CV. Trans Info
- Ernawati. 2010. Terapi Relaksasi dapat Menurunkan Nyeri Dismenore pada Mahasiswa Universitas Muhamadiyah Semarang. Prosiding seminar nasional Unimus. Diakses dari <http://download.portalgarud.org>
- Kusmiran, E . 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Laporan PKPR Puskesmas Mertapura 2 . 2018. Cakupan Pelayanan Kesehatan Remaja
- Riskesdes RI. 2010. Angka Kejadian Dismenore
- Wijayanti, D. 2009. *Fakta Penting Sekitar Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Diglossis Printika
- Wiknjosastro, H. 2008. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Wiknjosastro, H. 2011. *Ilmu Kandungan*. Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Yani, W. 2009. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Fitramaya
- Berlinawati, N dkk. 2016. Hubungan antara Tingkat *Stress* dengan *Dismenore* pada Siswi kelas tiga di SMK Batik Surakarta. *Journal of Faculty of Medicine*, Vol.1. Diakses dari <http://www.ejournal.ums.ac.id>
- Anurogo, D dkk. 2011. *Cara jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Jakarta : ANDI
- Handoko, T. 2008. *Manajemen Personalia dan Sumber Daya Manusia*. Yogyakarta: BPFE
- Hartono, dkk. 2011. *Buku Ajar Keperawatan Jiwa*. Jakarta: Salemba Medika
- Hawari, D. 2008. *Manajemen Stres Cemas dan Depresi*. Jakarta : FK UI

- Indriyani, D. 2008. Kebiasaan Makan yang Berhubungan dengan Kespro Remaja Putri. *Jurnal Gizi dan Pangan* Diakses dari <http://www.ejurnal.itb.ac.id>
- Indriyani, D. 2013. *Keperawatan Maternitas pada Area Keperawatan Maternal*. Yogyakarta : Graha Ilmu
- Manuaba, IBG dkk. 2008. *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Fitramaya
- Prawirohardjo, S. 2008. *Gangguan Haid dan Siklusnya*. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Sarfino. 2008. *Psikologi Kesehatan Edisi 6*. Jakarta. JWS
- Stuart & Laria. 2008. *Buku Saku Keperawatan Jiwa*. Jakarta: EGC
- Wangsa, T. 2010. *Menghadapi Stress dan Depresi*. Yogyakarta: Oriza
- Wulandari, A. 2010. *Cara Jitu Menghadapi Stress*. Yogyakarta: ANDI
- Hidayat, A.A.A. 2010. *Metode Penelitian Kebidanan dan Teknik Analisa Data* . Jakarta : Salemba Medika
- Notoatmodjo, S. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta
- Saryono. 2010. *Metodologi Penelitian Kesehatan Penuntun Praktis Bagi Pemula*. Yogyakarta: Mitra Cendikia
- Setiawan & Saryono. 2011. *Metode Penelitian Kebidanan* . Yogyakarta: Nuha Medika
- Gustina, T. 2015. Hubungan antara Usia Menarche dan Lama Menstruasi dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMK Negeri 4 Surakarta. Diakses dari <http://eprints.ums.ac.id/>
- Priyanti. 2014. Hubungan Tingkat Stress Terhadap Dismenore pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Mambaul'ulum. Diakses dari <http://jurnalp2m.poltekkesmajapahit.ac.id/>
- Potter & Perry. 2008. *Buku Ajar Fundamental Keperawatan* . Jakarta: EGC