

Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMKN 1 Rengasdengklok Tahun 2026

Salma Syahidah¹, Neneng Julianti², Rohani Siregar³, Ida Widaningsih⁴

^{1,2,3,4} Universitas Medika Suherman

Email: salmasyahidah25@gmail.com

Abstrak

Latar Belakang: Dismenore primer merupakan nyeri perut saat haid. Gejala dismenore yaitu rasa kram perut bagian bawah sampai punggung. Di Indonesia kejadian dismenore primer sebesar 60-70%. **Tujuan:** Untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok Kabupaten Karawang tahun 2026. **Metode:** Penelitian ini dilakukan dengan menggunakan metode kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini yaitu 233 remaja putri kelas XI. Sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus *slovin* dengan hasil 147 remaja putri kelas XI. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu menggunakan teknik *stratified random sampling* dan *random sampling*. Dengan menggunakan kriteria inklusi dan eksklusi. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu kuesioner. Analisis data pada penelitian ini yaitu univariat dan bivariat dengan menggunakan uji statistik *chi-square*. **Hasil:** menunjukkan variabel yang berhubungan dengan dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok adalah usia menarche ($p=0,002$), faktor genetik ($p=0,023$), dan tingkat stress ($p=0,000$). **Simpulan:** Dari 3 variabel yang diteliti hasilnya ada hubungannya dengan dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok.

Kata Kunci: Dismenore Primer, Remaja Putri

Abstract

Background: Primary dysmenorrhea is abdominal pain that occurs during menstruation. Symptoms of dysmenorrhea include cramping in the lower abdomen that may extend to the back. In Indonesia, the incidence of primary dysmenorrhea is 60–70%. **Objective:** To determine the factors associated with the occurrence of primary dysmenorrhea among eleventh-grade female students at SMKN 1 Rengasdengklok, Karawang Regency, in 2026. **Methods:** This study employed a quantitative method with a cross-sectional design. The population consisted of 233 eleventh-grade female students. The sample was determined using the Slovin formula, resulting in 147 eleventh-grade female students. The sampling techniques used were stratified random sampling and random sampling, based on predetermined inclusion and exclusion criteria. The research instrument used was a questionnaire. Data were analyzed using univariate and bivariate analyses with the Chi-Square statistical test. **Results:** The variables associated with the occurrence of primary dysmenorrhea among eleventh-grade female students at SMKN 1 Rengasdengklok were age at menarche ($p = 0.002$), genetic factors ($p = 0.023$), and stress level ($p = 0.000$). **Conclusion:** All three variables investigated were associated with primary dysmenorrhea among eleventh-grade female students at SMKN 1 Rengasdengklok.

Keywords: Primary dysmenorrhea, female adolescents.

1. PENDAHULUAN

Remaja yakni fase peralihan masa kanak-kanak menuju ke pubertas menuju kedewasaan, di mana individu mengalami proses pematangan dalam aspek fisiologis, psikologis, emosional, mental, serta sosial. Salah satu indikator utama masa remaja adalah munculnya karakteristik seksual primer, yang terkait ke aktivasi kelenjar reproduksi. Masa pubertas ditandai muncul karakteristik seksual sekunder, pertumbuhan fisik yang pesat, perubahan psikologis, serta menarche. Menstruasi, atau haid, merupakan tanda pubertas yang khas di wanita.

Di Indonesia, dismenore primer tetap merupakan masalah kesehatan reproduksi yang cukup penting. Data terkini menunjukkan bahwa prevalensi dismenore pada remaja perempuan berkisar antara 60-70%, dengan sebagian besar kasus merupakan dismenore primer

(Kementerian Kesehatan Republik Indonesia, 2023). Namun, banyak anak muda tidak mencari terapi yang tepat karena mereka percaya bahwa nyeri saat menstruasi adalah hal yang normal.

Provinsi Jawa Barat termasuk salah satu wilayah dengan populasi remaja yang cukup tinggi. Berlandaskan data BPS Provinsi Jawa Barat di 2024, kelompok usia 10–19 tahun menyumbang sekitar 17% dari total populasi. Serta laporan data profil kesehatan daerah pada rentang tahun 2021–2025, angka kejadian dismenore (nyeri haid) di Indonesia berkisar antara 64,25% hingga 72,89%. Dari total angka nasional tersebut, proporsi penderita dismenore primer adalah sebesar 54,89%.

Kabupaten Karawang, yang ada di bagian wilayah Jawa Barat, mempunyai jumlah penduduk yang substansial dengan karakteristik daerah yang berorientasi pada industri serta mengalami urbanisasi yang pesat. Menurut informasi dari Badan Pusat Statistik Kabupaten Karawang tahun 2024, populasi kabupaten tersebut mencapai kurang lebih 2,5 juta jiwa, dengan proporsi remaja berusia 10–19 tahun berkisar antara 16–18% dari keseluruhan penduduk. Mengacu pada data tren kesehatan reproduksi remaja perempuan Kemenkes RI, angka kejadian dismenore di Karawang diproyeksikan berada pada rentang 64,25%. Dari total persentase tersebut, sekitar 54,89% merupakan kasus dismenore primer (nyeri haid normal tanpa adanya kelainan pada organ reproduksi).

Hal ini menunjukkan bahwa kelompok remaja merupakan segmen populasi yang sangat penting dan berpotensi menghadapi berbagai tantangan terkait kesehatan reproduksi, seperti dismenore primer.

Perkembangan sektor industri di Kabupaten Karawang telah mengakibatkan perubahan dalam gaya hidup kaum muda, yang meliputi pola makan yang tidak seimbang, penurunan aktivitas fisik, tingkat stres yang tinggi baik dalam konteks akademik maupun sosial, serta kurangnya waktu istirahat yang memadai. Beberapa studi memperlihatkan bahwasanya faktor ini berkaitan ke peningkatan risiko terjadinya dismenore primer di remaja. Apabila dismenore primer tidak dikelola dengan baik, hal ini dapat mengakibatkan penurunan produktivitas, gangguan psikologis, serta penurunan prestasi akademik di kalangan remaja.

Mengacu pada populasi remaja yang signifikan di Kabupaten Karawang serta prevalensi keluhan kesehatan reproduksi yang tinggi di kalangan remaja, khususnya terkait nyeri menstruasi, diperlukan pelaksanaan penelitian untuk mengidentifikasi insiden dismenore primer pada remaja perempuan di Kabupaten Karawang pada tahun 2025. Hal ini akan berfungsi sebagai landasan untuk merancang program-program promosi dan pencegahan yang bertujuan meningkatkan kesehatan reproduksi remaja.

Banyak faktor yang diduga berhubungan dengan terjadinya dismenore primer. Faktor-faktor tersebut dapat berasal dari aspek biologis, genetik, psikologis, maupun gaya hidup. Dalam penelitian ini, faktor yang akan diteliti meliputi usia menarche, faktor genetik, dan tingkat stres. Usia menarche yang terlalu dini diduga meningkatkan risiko terjadinya dismenore primer karena organ reproduksi belum berkembang secara optimal ketika siklus ovulasi mulai berlangsung. Selain itu, semakin panjang masa paparan terhadap siklus menstruasi juga meningkatkan kemungkinan munculnya nyeri haid.

Faktor genetik juga berperan penting terhadap kejadian dismenore primer. Remaja yang memiliki ibu atau saudara perempuan dengan riwayat dismenore primer memiliki risiko lebih tinggi mengalami kondisi yang sama dibandingkan remaja tanpa riwayat keluarga. Kondisi tersebut diduga berkaitan dengan faktor hereditas yang memengaruhi sensitivitas terhadap nyeri, metabolisme prostaglandin, maupun karakteristik kontraksi uterus.

Selain faktor biologis, kondisi psikologis seperti stres juga diduga berhubungan dengan munculnya dismenore primer. Tingkat stres yang tinggi dapat mengganggu keseimbangan hormon melalui aktivasi poros hipotalamus-hipofisis-adrenal (HPA axis), sehingga

memengaruhi produksi hormon reproduksi dan meningkatkan persepsi terhadap rasa nyeri. Remaja yang mengalami tekanan akademik, masalah keluarga, maupun hubungan sosial cenderung memiliki tingkat stres yang lebih tinggi, sehingga berpotensi meningkatkan risiko maupun tingkat keparahan dismenore primer.

Berbagai penelitian di Indonesia menunjukkan bahwa usia menarche, faktor genetik, dan tingkat stres merupakan faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja. Namun demikian, hasil penelitian di beberapa daerah masih menunjukkan variasi karena adanya perbedaan karakteristik responden, lingkungan, budaya, serta pola hidup remaja. Oleh karena itu, penelitian pada lokasi yang berbeda tetap diperlukan untuk memperoleh gambaran faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore primer sesuai karakteristik wilayah setempat.

Dari studi pendahuluan yang dilakukan dengan metode wawancara 14 orang remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok terdapat 9 orang yang mengalami dismenore primer saat menstruasi dan belum mengetahui penyebabnya, sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai “Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri Kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok Kabupaten Karawang Tahun 2026.” Penelitian ini diharapkan dapat memberikan informasi mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer sehingga dapat menjadi dasar dalam upaya promotif dan preventif untuk meningkatkan kesehatan reproduksi remaja putri.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dilaksanakan memakai metode kuantitatif bersifat analitik dengan rancangan/desain *cross sectional* yang bertujuan untuk menelaah faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian dismenore primer pada remaja putri.

Populasi di studi ini sejumlah 233 remaja putri di SMKN 1 Rengasdengklok. Penentuan jumlah sampel dalam penelitian ini yaitu ditentukan dengan rumus slovin, mendapatkan hasil yaitu sebanyak 147 sampel. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan teknik *stratified random sampling* dan *simple random sampling*.

Studi ini dilaksanakan di SMKN 1 Rengasdengklok Kabupaten Karawang. Pengambilan data penelitian ini dilakukan pada bulan April-Agustus 2026 sebagai bahan dasar penelitian untuk melakukan penelitian selanjutnya.

Variabel independen pada penelitian ini yaitu usia menarche, faktor genetik, dan tingkat stress. Adapun variabel dependen pada penelitian ini ialah dismenore primer.

Penelitian ini dilaksanakan dengan memperhatikan prinsip-prinsip etika penelitian yang meliputi persetujuan etik (*ethical clearance*), *informed consent*, kerahasiaan (*confidentiality*), anonimitas (*anonymity*), keadilan (*justice*), kemanfaatan (*beneficence*), dan tidak merugikan (*non-maleficence*).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil

Analisis Univariat

Analisis univariat merupakan suatu kegiatan untuk menjelaskan karakteristik masing-masing variabel yang diteliti menggunakan angka atau nilai jumlah dan persentase dari masing-masing kategori disetiap variabel dengan mengeluarkan distribusi frekuensi, sehingga dapat menjadi informasi yang berguna.

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMKN 1 Rengasdengklok Kabupaten Karawang Tahun 2026 (n=147)

Variabel	Kategori	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Dismenore	Dismenore	140	95,2
	Tidak Dismenore	7	4,8
	Total	147	100
Usia Menarche	< 12 tahun	48	32,7
	≥ 12 tahun	99	67,3
	Total	147	100
Faktor Genetik	Ada faktor genetik	98	66,7
	Tidak ada faktor genetik	49	33,3
	Total	147	100
Tingkat Stress	Stress	108	73,5
	Tidak stress	39	26,5
	Total	147	100

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan karakteristik dismenore primer, dari 147 responden terdapat 140 responden (95,2%) remaja putri kelas XI mengalami dismenore primer, sedangkan 7 responden (4,8%) remaja putri kelas XI tidak mengalami dismenore primer. Berdasarkan karakteristik usia menarche, dari 147 responden terdapat 48 responden (32,7%) remaja putri kelas XI usia menarche < 12 tahun, sedangkan 99 responden (67,3%) remaja putri kelas XI usia menarche ≥ 12 tahun. Berdasarkan karakteristik faktor genetik, dari 147 responden terdapat 98 responden (66,7%) remaja putri kelas XI ada faktor genetik, sedangkan 49 responden (33,3%) remaja putri kelas XI tidak ada faktor genetik. Berdasarkan karakteristik tingkat stress, dari 147 responden terdapat 108 responden (73,5%) remaja putri kelas XI mengalami stress, sedangkan 39 responden (26,5%) remaja putri kelas XI tidak ada mengalami stress.

Analisis Bivariat

Analisis bivariat digunakan untuk mengetahui adanya hubungan yang signifikan antara dua variabel, dapat juga digunakan untuk mengetahui apakah ada perbedaan yang signifikan antara dua atau lebih (sampel). Uji statistik ini menggunakan Teknik Analisa *chi-square*, yang menggunakan derajat kepercayaan 95% dengan α 5% sehingga nilai p (p value) < 0.05 yang berarti perhitungan statistiknya signifikan atau menunjukkan adanya hubungan antar variabel.

Tabel 2. Hubungan antara usia menarche dengan dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok Tahun 2026

Usia	Dismenore Primer				Total		p-value	OR % 95% CI
	Tidak Mengalami		Mengalami					
	N	%	N	%	N	%		
≥ 12 tahun	35	35,4	64	64,6	99	100,0	0,007	3,828 (1,424-9,893)
< 12 tahun	6	12,5	42	87,5	48	100,0		
Total	41	27,9	106	72,1	147	100,0		

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan hasil analisis hubungan usia menarche dengan dismenore primer, diketahui bahwa dari 48 responden yang berusia <12 tahun, sebanyak 42 responden (87,5%) mengalami

dismenore primer dan 6 responden (12,5%) tidak mengalami dismenore primer. Sementara itu, dari 99 responden yang berusia ≥ 12 tahun, sebanyak 64 responden (64,6%) mengalami dismenore primer dan 35 responden (35,4%) tidak mengalami dismenore primer. Hasil uji statistik menunjukkan $p\text{-value} = 0,007$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian dismenore primer. Nilai OR sebesar 3,828 (95% CI: 1,424–9,893) menunjukkan bahwa responden berusia < 12 tahun memiliki odds 3,828 kali lebih besar untuk mengalami dismenore primer dibandingkan responden berusia ≥ 12 tahun.

Tabel 3. Hubungan antara faktor genetik dengan dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok Tahun 2026

di SMKN 1 Rengasdengklok Tahun 2020								
Faktor Genetik	Dismenore Primer				Total		p-value	OR % 95% CI
	Tidak Mengalami		Mengalami					
	N	%	N	%	N	%		
Tidak Ada	20	40,8	29	59,2	49	100,0	0,023	2,529 (1,199-5,335)
Ada	21	21,4	77	78,6	98	100,0		
Total	41	27,9	106	72,1	147	100,0		

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan hasil analisis hubungan faktor genetik dengan dismenore primer, diketahui bahwa dari 98 responden yang memiliki faktor genetik, sebanyak 77 responden (78,6%) mengalami dismenore primer dan 21 responden (21,4%) tidak mengalami dismenore primer. Sementara itu, dari 49 responden yang tidak memiliki faktor genetik, sebanyak 29 responden (59,2%) mengalami dismenore primer dan 20 responden (40,8%) tidak mengalami dismenore primer. Hasil uji statistik menunjukkan $p\text{-value} = 0,023$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor genetik dengan kejadian dismenore primer. Nilai OR = 2,529 (95% CI: 1,199–5,335) menunjukkan bahwa responden yang memiliki faktor genetik memiliki odds 2,529 kali lebih besar untuk mengalami dismenore primer dibandingkan responden yang tidak memiliki faktor genetik.

Tabel 4. Hubungan antara tingkat stress dengan dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok Tahun 2026

di SWIKIN P Rengasdengklok Tahun 2020								
Tingkat Stress	Dismenore Primer				Total		p-value	OR % 95% CI
	Tidak Mengalami		Mengalami					
	N	%	N	%	N	%		
Tidak Stress	21	53,8	18	46,2	39	100,0	0,000	5,133 (2,318-11,368)
Stress	20	18,5	88	81,5	108	100,0		
Total	41	27,9	106	72,1	147	100,0		

Sumber : Data Primer 2026

Berdasarkan hasil analisis hubungan tingkat stres dengan dismenore primer, diketahui bahwa dari 108 responden yang mengalami stres, sebanyak 88 responden (81,5%) mengalami dismenore primer dan 20 responden (18,5%) tidak mengalami dismenore primer. Sementara itu, dari 39 responden yang tidak mengalami stres, sebanyak 18 responden (46,2%) mengalami dismenore primer dan 21 responden (53,8%) tidak mengalami dismenore primer. Hasil uji statistik menunjukkan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian dismenore primer. Nilai OR = 5,133 (95% CI: 2,318–11,368) menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres memiliki

odds 5,133 kali lebih besar untuk mengalami dismenore primer dibandingkan responden yang tidak mengalami stres.

Pembahasan

Dismenore Primer

Berdasarkan hasil penelitian, dari 147 responden mengalami dismenore primer sebanyak 140 orang (95,2%) dan tidak mengalami dismenore primer sebanyak 7 orang (4,8%). Hal ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja putri di SMKN 1 Rengasdengklok mengalami kejadian dismenore primer.

Menurut Destariyani, *et.al* (2023) kondisi tersebut dapat terjadi karena beberapa faktor, antara lain menarche dini, usia kurang dari 20 tahun, riwayat dismenorea dalam keluarga, sindrom pramenstruasi, kecemasan, merokok dan kurang latihan fisik.

Peneliti berasumsi tingginya kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMKN 1 Rengasdengklok Kabupaten Karawang dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor yang berkaitan dengan kondisi biologis dan psikologis remaja. Pada masa remaja, perubahan hormonal dan proses menstruasi yang belum sepenuhnya stabil dapat menyebabkan peningkatan produksi prostaglandin sehingga memicu kontraksi uterus dan menimbulkan nyeri menstruasi. Selain itu, faktor seperti usia menarche, adanya riwayat dismenore dalam keluarga, tingkat stres, serta aktivitas fisik juga dapat berperan terhadap terjadinya dismenore primer.

Usia Menarche

Berdasarkan hasil analisis univariat pada usia menarche dalam penelitian ini yaitu dari 147 responden terdapat 48 responden (32,7%) remaja putri kelas XI usia menarche < 12 tahun, sedangkan 99 responden (67,3%) remaja putri kelas XI usia menarche ≥ 12 tahun. Hal ini menunjukkan bahwa terdapat remaja putri yang mengalami usia menarche < 12 tahun.

Menurut penelitian Kundaryanti *et.al*, (2021), seorang yang memiliki usia menarche dibawah 12 tahun, atau disebut dengan menarche dini memiliki peluang yang lebih besar untuk mengalami dismenore. Semakin cepat usia menstruasi terjadi menyebabkan kontraksi uterus yang terus menerus sehingga suplai darah ke uterus terhenti dan terjadilah dismenorea. Usia menarche yang terlalu dini dimana organ-organ reproduksi belum berkembang secara maksimal.

Peneliti berasumsi masih ditemukannya remaja putri yang mengalami menarche pada usia <12 tahun menunjukkan bahwa menarche dini masih dapat terjadi pada kelompok remaja putri di SMKN 1 Rengasdengklok. Menarche yang terjadi lebih dini dapat berkaitan dengan kematangan sistem reproduksi yang berlangsung lebih cepat serta perubahan hormonal yang terjadi pada usia yang relatif muda. Kondisi tersebut dapat menyebabkan remaja lebih lama terpapar siklus menstruasi sehingga berpotensi meningkatkan kemungkinan mengalami keluhan menstruasi, termasuk dismenore primer.

Faktor Genetik

Hasil analisis univariat faktor genetik pada penelitian ini dari 147 responden terdapat 98 responden (66,7%) remaja putri kelas XI ada faktor genetik, sedangkan 49 responden (33,3%) remaja putri kelas XI tidak ada faktor genetik.

Pada penelitian terdahulu oleh Udayar *et al.*, (2022) mengungkapkan bahwa riwayat keluarga memiliki kejadian 3,57 kali lebih besar untuk berisiko mengalami dismenore primer.

Peneliti berasumsi tingginya proporsi responden yang memiliki faktor genetik dalam penelitian ini menunjukkan bahwa riwayat dismenore dalam keluarga cukup banyak ditemukan pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok Karawang. Adanya riwayat dismenore

pada ibu atau anggota keluarga perempuan lainnya dapat menjadi salah satu faktor yang meningkatkan kecenderungan seorang remaja untuk mengalami dismenore primer. Hal ini kemungkinan berkaitan dengan faktor genetik yang dapat memengaruhi respons tubuh terhadap perubahan hormonal dan produksi prostaglandin selama menstruasi.

Tingkat Stress

Hasil analisis univariat tingkat stress pada penelitian ini dari 147 responden terdapat 108 responden (73,5%) remaja putri kelas XI mengalami stress, sedangkan 39 responden (26,5%) remaja putri kelas XI tidak ada mengalami stress.

Dalam penelitian terdahulu oleh Shintya, *et.al* (2023) bahwa stres merupakan salah satu faktor yang dapat menyebabkan terjadinya dismenore, yaitu salah satu gangguan saat mengalami menstruasi. Stres dapat meningkatkan produksi hormon prostaglandin yang dapat merangsang kontraksi otot uterus sehingga terjadi nyeri.

Peneliti berasumsi tingginya proporsi remaja putri yang mengalami stres dalam penelitian ini menunjukkan bahwa stres merupakan kondisi yang cukup banyak dialami oleh remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok Karawang. Kondisi stres pada remaja dapat dipengaruhi oleh berbagai tuntutan yang dihadapi, seperti tuntutan akademik, tugas sekolah, hubungan sosial, maupun perubahan emosional selama masa remaja. Keadaan stres tersebut dapat memengaruhi keseimbangan hormonal dalam tubuh dan respons fisiologis selama siklus menstruasi.

Hubungan Antara Usia Menarche dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMKN 1 Rengasdengklok Tahun 2026

Penelitian yang dilakukan di SMKN 1 Rengasdengklok Kabupaten Karawang pada tahun 2026 menggunakan Teknik Analisa *chi-square*, didapat nilai 0.007 ($p < 0.05$) yang secara statistik H_0 ditolak, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara usia menarche dengan dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa usia menarche merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri. Remaja yang mengalami menarche pada usia lebih muda cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami dismenore primer. Usia menarche yang lebih muda menunjukkan bahwa seorang remaja telah memasuki fase menstruasi lebih awal, sehingga perubahan hormonal yang berkaitan dengan siklus menstruasi mulai terjadi pada usia yang lebih muda. Dismenore primer sendiri berkaitan dengan peningkatan produksi prostaglandin yang menyebabkan kontraksi uterus dan vasokonstriksi, sehingga menimbulkan nyeri menstruasi (McKenna & Fogleman, 2021).

Hal ini sejalan dengan hasil penelitian (Indarna, 2021) pada siswi kelas XI di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang. Hal ini karena menarche pada usia lebih awal yaitu <12 tahun menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan-perubahan sehingga timbul nyeri ketika menstruasi.

Begitu juga dengan penelitian yang dilakukan oleh Destariyani *et.al*, (2023) dengan hasil uji statistik dari 9 orang responden dengan usia menarche dini sebanyak 8 orang (26,7%) mengalami dismenorea, hal ini terjadi karena sistem reproduksi yang belum matang, mengakibatkan rendahnya produksi estrogen.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Abror, *et.al*, (2024). Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* pada usia menarche dengan kejadian dismenorea primer menunjukkan $p\text{-value} = 0,023 (<0,05)$, yang menunjukkan ada hubungan antara usia menarche dengan dismenorea primer pada siswi di SMA Negeri 8 Palembang yang terjadi akibat sistem

reproduksi yang belum dapat bekerja secara optimal, maka tekanan dalam rongga rahim meningkat.

Peneliti berasumsi bahwa adanya hubungan antara usia menarche dengan dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok menunjukkan bahwa remaja yang mengalami menarche pada usia <12 tahun perlu mendapatkan edukasi mengenai menstruasi, pengenalan tanda dan gejala dismenore, serta cara penanganan nyeri menstruasi yang tepat dapat diberikan sejak remaja mengalami menarche.

Hubungan Antara Faktor Genetik dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMKN 1 Rengasdengklok Tahun 2026

Penelitian yang dilakukan di SMKN 1 Rengasdengklok Kabupaten Karawang pada tahun 2026 menggunakan Teknik Analisa *chi-square*, didapat nilai 0.023 ($p < 0.05$) yang secara statistik H_0 ditolak, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara faktor genetik dengan dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok.

Adanya hubungan antara faktor genetik dengan dismenore primer menunjukkan bahwa riwayat keluarga dapat berperan dalam meningkatkan kemungkinan seorang remaja mengalami nyeri menstruasi. Faktor genetik dapat memengaruhi respons tubuh terhadap perubahan hormonal selama siklus menstruasi serta respons terhadap produksi mediator inflamasi, termasuk prostaglandin. Prostaglandin mempunyai peranan penting dalam mekanisme terjadinya dismenore primer karena dapat meningkatkan kontraksi uterus dan menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah sehingga menimbulkan nyeri. (McKenna & Fogleman, 2021).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian oleh Simamora (2022), yang dilakukan terhadap 296 perempuan, di mana 259 perempuan yang mengalami dismenorea primer memiliki riwayat keluarga dismenorea.

Hasil penelitian ini sama dengan penelitian yang dilakukan (Susianty *et al.*, 2022) yang menemukan hubungan kategori antara riwayat keluarga dengan kejadian dismenore primer ($r=0,592; p=0,000$). Remaja putri yang memiliki riwayat keluarga dengan dismenore meningkatkan resiko terkena dismenore primer, dari penelitian ini menunjukkan jika Riwayat dismenore pada keluarga merupakan factor resiko yang tidak bisa dihindari.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Destariyani (2023), bahwa dismenore lebih mungkin terjadi bila ada riwayat keluarga dengan kondisi tersebut terkait dengan variabel genetik yang menurun ke keturunannya, salah satunya self-duplication, pada saat sel membelah, maka gen akan menduplikat diri sehingga sifat ibu bisa menurun.

Peneliti berpendapat bahwa faktor genetik mempunyai hubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok. Riwayat keluarga dapat menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan dalam mengidentifikasi remaja yang berisiko mengalami dismenore. Oleh karena itu, pengkajian mengenai riwayat menstruasi dan riwayat keluhan menstruasi dalam keluarga dapat menjadi bagian dari upaya deteksi dini, sehingga remaja yang memiliki faktor risiko dapat memperoleh edukasi dan penanganan yang sesuai.

Hubungan Antara Tingkat Stress dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Kelas XI Di SMKN 1 Rengasdengklok Tahun 2026

Penelitian yang dilakukan di SMKN 1 Rengasdengklok Kabupaten Karawang pada tahun 2026 menggunakan Teknik Analisa *chi-square*, didapat nilai 0.000 ($p < 0.05$) yang secara statistik H_0 ditolak, yang berarti terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok.

Stres dapat memengaruhi mekanisme kontraksi uterus dan respons tubuh terhadap perubahan selama menstruasi. Kondisi psikologis yang tidak baik dapat menyebabkan ketegangan otot, perubahan pola tidur, perubahan nafsu makan, serta menurunnya kemampuan seseorang dalam mengelola nyeri. Dengan demikian, stres tidak selalu menjadi penyebab langsung terjadinya dismenore, tetapi dapat berperan dalam meningkatkan sensitivitas terhadap nyeri menstruasi dan memperburuk keluhan yang sudah ada. (Sherkia, 2025)

Hasil penelitian ini sejalan dengan hasil penelitian oleh Pujiati (2024), menandakan adanya hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan intensitas dismenore primer. Koefisien korelasi sebesar 0,392 menunjukkan bahwa kedua variabel memiliki kekuatan yang cukup. Artinya, individu yang mengalami stres memiliki kemungkinan lebih tinggi mengalami dismenore primer selama siklus menstruasinya dibandingkan dengan yang tidak mengalami stres.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Lestari, *et.al* (2024) yang memiliki hasil nilai p-value 0,008 ($\alpha < 0,05$) artinya H_0 ditolak, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMA Budhi Warman 1 Jakarta.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Dwiasrini *et.al*, (2023) di SMA Muhammadiyah 18 Jakarta dengan hasil uji statistik dengan menggunakan *Chi square* diperoleh P-value $0,008 \leq 0,05$ maka dapat disimpulkan siswi yang memiliki tingkat stress memiliki peluang 6,125 kali mengalami dismenore dibandingkan dengan siswi yang tidak mengalami stress.

Berdasarkan hasil penelitian, teori, dan penelitian terdahulu, peneliti berpendapat bahwa stres mempunyai hubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok. Kondisi stres dapat memengaruhi respons fisiologis tubuh dan meningkatkan sensitivitas terhadap nyeri menstruasi. Oleh karena itu, upaya penanganan dismenore pada remaja tidak hanya berfokus pada aspek fisik, tetapi juga perlu memperhatikan kondisi psikologis. Edukasi mengenai manajemen stres, istirahat yang cukup, aktivitas fisik, pengaturan pola hidup, serta kemampuan mengenali dan mengelola tekanan psikologis dapat menjadi bagian dari upaya untuk membantu remaja dalam mengurangi keluhan dismenore.

4. KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian mengenai faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenore primer pada remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok Tahun 2026, dengan jumlah 147 responden, dapat disimpulkan sebagai berikut:

- 1) Berdasarkan hasil penelitian terhadap 147 remaja putri kelas XI di SMKN 1 Rengasdengklok Karawang, sebagian besar responden mengalami dismenore primer sebanyak 140 orang (95,2%), usia menarche diatas 12 tahun sebanyak 99 orang (67,3%), memiliki faktor genetik sebanyak 98 orang (66,7%), dan mengalami stres sebanyak 108 orang (73,5%).
- 2) Dapat diketahui bahwa dari 48 responden yang berusia <12 tahun, sebanyak 42 responden (87,5%) mengalami dismenore primer dan 6 responden (12,5%) tidak mengalami dismenore primer. Sementara itu, dari 99 responden yang berusia ≥ 12 tahun, sebanyak 64 responden (64,6%) mengalami dismenore primer dan 35 responden (35,4%) tidak mengalami dismenore primer. Hasil uji statistik menunjukkan p-value = 0,007 ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara usia dengan kejadian dismenore primer. Nilai OR sebesar 3,828 (95% CI: 1,424–9,893) menunjukkan bahwa responden berusia <12 tahun memiliki odds 3,828 kali lebih besar untuk mengalami dismenore primer dibandingkan responden berusia ≥ 12 tahun.

- 3) Dapat diketahui bahwa dari 98 responden yang memiliki faktor genetik, sebanyak 77 responden (78,6%) mengalami dismenore primer dan 21 responden (21,4%) tidak mengalami dismenore primer. Sementara itu, dari 49 responden yang tidak memiliki faktor genetik, sebanyak 29 responden (59,2%) mengalami dismenore primer dan 20 responden (40,8%) tidak mengalami dismenore primer. Hasil uji statistik menunjukkan $p\text{-value} = 0,023$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara faktor genetik dengan kejadian dismenore primer. Nilai $OR = 2,529$ (95% CI: 1,199–5,335) menunjukkan bahwa responden yang memiliki faktor genetik memiliki odds 2,529 kali lebih besar untuk mengalami dismenore primer dibandingkan responden yang tidak memiliki faktor genetik.
- 4) Dapat diketahui bahwa dari 108 responden yang mengalami stres, sebanyak 88 responden (81,5%) mengalami dismenore primer dan 20 responden (18,5%) tidak mengalami dismenore primer. Sementara itu, dari 39 responden yang tidak mengalami stres, sebanyak 18 responden (46,2%) mengalami dismenore primer dan 21 responden (53,8%) tidak mengalami dismenore primer. Hasil uji statistik menunjukkan $p\text{-value} = 0,000$ ($p < 0,05$), sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat stres dengan kejadian dismenore primer. Nilai $OR = 5,133$ (95% CI: 2,318–11,368) menunjukkan bahwa responden yang mengalami stres memiliki odds 5,133 kali lebih besar untuk mengalami dismenore primer dibandingkan responden yang tidak mengalami stres.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, M. A., Lasiaprillianty, I. W., & Danianto, A. (2022). *Diagnosis dan Tata Laksana Dismenore Primer*. 49(4), 201–206.
- Anjaswari, I. G. A. D., Artini, I. G. A., Antari, N. K. A. J., & Andayani, N. L. N. (2023). *Aktivitas Fisik Berhubungan Dengan Kejadian Nyeri Dismenore Primer Pada Remaja Putri*. Majalah Ilmiah Fisioterapi Indonesia, 11(1), 96. <https://doi.org/10.24843/MIFI.2023.v11.i01.p18>
- Aouad, P., Bui, M., Sarraf, S., Donnelly, T., Chen, Y., Jaaniste, T., Eden, J., & Champion, G. D. (2022). Primary dysmenorrhoea in adolescents and young women: A twin family study of maternal transmission, genetic influence and associations. *Australian and New Zealand Journal of Obstetrics and Gynaecology*, 62(5), 725–731. <https://doi.org/10.1111/ajo.13560>
- Attiya, R., Ayu, P., Handaria, D., & Noviasari, N. A. (2024). *Sering Mengonsumsi Kopi Dan Fast Food, Dapat Meningkatkan Risiko Terjadinya Dismenorea Primer Pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Muhammadiyah Semarang (UNIMUS)*. 5(3), 36–43.
- Badan Pusat Statistik Kabupaten Karawang. (2024). *Kabupaten Karawang Dalam Angka 2024*. BPS Kabupaten Karawang.
- Badan Pusat Statistik Provinsi Jawa Barat. (2024). *Statistik Penduduk Jawa Barat*. BPS Jawa Barat.
- Barcikowska, Z., Rajkowska-Labon, E., Grzybowska, M. E., Hansdorfer-Korzon, R., & Zorena, K. (2020). *Inflammatory Markers in Dysmenorrhea and Therapeutic Options*. International Journal of Environmental Research and Public Health, 17(4), 1191. <https://doi.org/10.3390/ijerph17041191>
- Destariyani, E., Apsara, I. K. ., & Baska, D. Y. (2023). *Hubungan Usia Menarche dan Siklus Menstruasi dengan Dismenore: Hubungan Usia Menarche dan Siklus Menstruasi dengan Dismenore*. Jurnal Kebidanan, 12(02), 140–144. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v12i02.281>

- Diana, S., Herdiana, H., & Prima, E. (2023). *Pengaruh Menarche Dini, Stress Dan Perilaku Konsumsi Fast-food Dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri DI SMPN 01 Sukalarang*. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1265–1274. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.744>
- Dwiasrini, F., Wulandari, R., & Yolandia, R. A. (2023). *Hubungan Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Cepat Saji, dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi Kelas XII Di SMA Muhammadiyah 18 Jakarta Tahun 2023*. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1254–1264. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.743>
- Dwi Aresthi, K., Niyati Fitri, H., & Paulus Y, A. (2020). *Pengaruh Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Aktivitas Fisik Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Kota Kupang*. 4(APRIL).
- Glass, D. J., Geerkens, J. T., & Martin, M. A. (2022). *Psychosocial and energetic factors on human female pubertal timing: a systematized review*. *Evolutionary Human Sciences*, 4, e28. <https://doi.org/10.1017/ehs.2022.24>
- Harahap, H. A. A. (2023). *Hubungan Tingkat Stres, Kebiasaan Minum Kopi Kekinian, dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Fakultas Ushuluddin dan Humaniora UIN Walisongo*.
- I. Widaningsih, “Dukungan Petugas Kesehatan dan Dukungan Keluarga dengan Pengatahuan tentang Imunisasi Dasar di Bantar Jaya Pebayuran”, *Indonesia. J. Heal. Sci.*, vol. 6, no. 2, hal. 9-14 , 2022.
- Indarna, A. (2021). *Usia Menarche dan Lamanya Menstruasi Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang*. *Journal of Nursing and Public Health*, 9(2), 11-17. <https://doi.org/10.37676/jnph.v9i2.1789>
- Irawan, R. (2022). *Hubungan antara Intensitas Aktivitas Fisik dan Derajat Keparahan Dysmenorrhea Primer Pada Mahasiswi Preklinik Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Katolik Indonesia Atma Jaya*. *Damianus Journal of Medicine*, 21(2), 127–135. <https://doi.org/10.25170/djm.v21i2.3461>
- Itani, R., Soubra, L., Karout, S., Rahme, D., Karout, L., & Khojah, H. M. J. (2022). *Primary Dysmenorrhea: Pathophysiology, Diagnosis, and Treatment Updates*. *Korean Journal of Family Medicine*, 43(2), 101–108. <https://doi.org/10.4082/kjfm.21.0103>
- Julianti, N., Widiastuty, S. (2023). *Dismenore Primer Pada Remaja Putri Kelas X Di SMAN 1 Cikarang Timur Tahun 2022*
- Karawang, D. K. K. (n.d.). *Profil Kesehatan Kabupaten Karawang Tahun 2023*. 39.
- Kementerian Kesehatan Republik Indonesia. (2023). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2023*. Kemenkes RI.
- Kundryanti, R., Aulya, Y., Apriani, R., 2021. *Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji Dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi di Jakarta*. *Jurnal Menara Medika*. Vol. 4 No. 1
- Latifah, N. H., & Farida, E. (2024). *Hubungan Antara Status Gizi, Stres. Dan Konsumsi Minuman Berkafein Dengan Primary Dhysmenorrhea Pada Mahasiswi Universitas Negeri Semarang*. 6(3), 254–265.
- Latabi, S. S., Jusuf, herlina, & Mahdang, P. A. (2025). *Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Menstrual Disorders Pada Pegawai Wanita Di Balai Pengelola Transportasi Darat Kelas II Provinsi Gorontalo*. *Jurnal Kolaboratif Sains*.
- Lestari, AS., Fatimah., Indriyanti, T. (2024). *Hubungan Tingkat Stress dan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Dismenoree Primer Pada Remaja Putri*. Universitas MH. Thamrin Jakarta.
- Mardha Sari, M., Syafitri, E., Marsaulina, I., & Sakinah, A. (2025). *Hubungan Konsumsi Kopi*

- Dengan Dismenorea Di Pondok Pesantren Ma'had Muhammad Saman Medan Tahun 2025.* 4(2), 457–463.
- McKenna, K. A., & Fogleman, C. D. (2021). Dysmenorrhea. *American Family Physician*, 104(2), 164–170.
- Mona, D. S., Kusyairi, A., & Salam, A. Y. (2025). Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Santri Putri Di Pondok Pesantren Hafsfwaty. 3(6), 970–986.
- Musmundiroh, & Sukoco Nabilah, N. (2021). Pengaruh Pemberian Terapi Air Kelapa Hijau Terhadap Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Daarul Fikri Kabupaten Bekasi Tahun 2021. 1–9.
- Neneng Julianti. (2025). Desain penelitian eksperimen dalam kebidanan. Bandung: Penerbit Akademik.
- Nurfadillah, H., Maywati, S., & Aisyah, I. S. (2021). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswi Universitas Siliwangi. *Jurnal Kesehatan Komunitas Indonesia*, 17(1).
- Prastiwi, D., & Mumpuni, S. (2022). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri. *Jurnal Kebidanan*.
- Prawirohardjo, S. (2020). *Ilmu Kandungan*. Edisi Ke-4. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Pujiati, E. (2024). Tingkat Stress Terhadap Intensitas Dismenore Primer Pada Remaja Putri : Studi-Cross Sectional. Vol 15, No. 1 110-118
DOI: <https://doi.org/10.26751/jikk.v15i1.2190>
- Putri, A. (2024). Hubungan Konsumsi Kafein Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di SMA Stella Duce 1 Yogyakarta. Universitas Kristen Duta Wacana. Fakultas Kedokteran
- Rahmel, LA., Wathan, FM., Dhamayanti, R., Arif, A. (2024). Hubungan Aktivitas Fisik, Kualitas Tidur dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi SMA Negeri 8 Palembang. Vol 7, No. 1. <http://dx.doi.org/10.30633/jsm.v7i1.2002>
- Ramandhani, NG., Sugiharti, RK., Simanjuntak, H., & Widaningsih, I. (2025). Kompres Hangat Menurunkan Dismenore Pada Remaja Putri. *Borneo Nursing Journal (BNJ)*, 7(2), 1179–1184. <https://doi.org/10.61878/bnj.v8i1.394>
- Ramadhini, A., Usman, E., & Aladin. (2024). Hubungan Konsumsi Kopi Dengan Kejadian Dismenore. 2(3).
- Salamah, Q. N., Nasir, N. M., & Supriadi. (2023). Hubungan Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorea Primer pada Mahasiswa Kesehatan. *Muhammadiyah Journal of Midwifery (MyJM)*.
- Sarwono, S. W. (2010). *Psikologi Remaja: Definisi Remaja*.
- Sherkia Ichtiarsi Prakasiwi., Aric Vranada. (2025). ABDIKAN (Jurnal Pengabdian Masyarakat Bidang Sains dan Teknologi) Vol. 4 No. 4 (2025) 352 – 361
- Shintya, L. A., & Tandungan, S. T. (2023). Hubungan tingkat stress dengan kejadian dismenorea pada mahasiswi Universitas Klabat. *Klabat Journal of Nursing*, 5(1), 1-9.
- Simamora, S., Septiyani, T. (2022). Riwayat Keluarga, Aktivitas Fisik dan Pola Makan Terhadap Kejadian Dismenore Primer pada Wanita. 2(2), 88-96
- Siregar, R. (2022). Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Perilaku Pemeriksaan Payudara Sendiri (Sadari) Pada Remaja Putri Kelas X. 6(1), 35–42.
<https://doi.org/https://doi.org/10.24269/ijhs.v6i1.4355>
- Sugiyono. (2021). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, dan R&D*. Bandung: Alfabeta
- Susanti, N., Ershanda, M., Rizqika, I., & Oesraini, D. D. (2023). Hubungan Antara Kebiasaan Minum Kopi dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Universitas X Kota

Medan. 6(8), 994–999. <https://doi.org/10.56338/jks.v6i8.3888>

Susianty, Fitria, & Rahmawati. (2022). *Hubungan Usia Menarche Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Dysmenorrhea Primer Remaja Putri*. Jurnal Kesehatan As-Shiha.

Udayar, S.E., Jeergiyal, D.P. and Kruthika, K. (2022) ‘Prevalence and Predictors of Dysmenorrhea and its Impact on Quality of Life among Tribal Adolescent Girls in India’, *Unnes Journal of Public Health*, 11(1), pp. 23–32. Available at: <https://journal.unnes.ac.id/sju/index.php/ujph/article/view/45965>.

World Health Organization. (2021). *Adolescent Reproductive Health*. WHO.