

Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Kelas VII SMP Negeri 1 Gamping

Listia Ningsih¹, Nuli Nuryanti Zulala^{*2}, Fathiyatur Rohmah³

^{1,2,3} Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta

Email: ningsihlistia132@gmail.com, nuli.zulala@unisayogya.ac.id,
fathiyatur.rohmah@unisayogya.ac.id

Abstrak

World Health Organization (WHO) tahun 2023 melaporkan prevalensi dismenore primer di dunia mencapai 50%, di Indonesia 64,25% dan menurut data Dinas Kesehatan Yogyakarta menyebutkan prevalensi dismenore sebesar 56%. Dismenore primer merupakan salah satu gangguan menstruasi yang paling umum dialami oleh remaja putri, ditandai dengan nyeri perut bagian bawah tanpa disertai penyakit reproduksi. Dismenore primer disebabkan oleh berbagai faktor risiko seperti usia menarche, keturunan atau riwayat keluarga, siklus menstruasi, lama menstruasi, indeks massa tubuh (IMT), dan lain-lain. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui Hubungan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dan usia menarche dengan kejadian dismenore primer pada siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Gamping. Penelitian ini bersifat kuantitatif dengan desain analitik *crosssectional* yang menggunakan data primer. Sampel yang digunakan sebanyak 56 remaja putri yang diambil dengan menggunakan teknik Total Sampling. Data yang diperoleh dianalisis menggunakan uji *chi-square*. Dari hasil analisis IMT diperoleh 44,5% remaja putri dengan indeks massa tubuh normal dan 55,4% tidak normal, usia menarche normal 57,7% dan 49,2% tidak normal, mengalami dismenore primer 94,6% dan tidak mengalami dismenore primer 5,4%. Hasil uji *chi square* menunjukkan tidak ada hubungan yang signifikan antara IMT dengan kejadian dismenore primer ($p = 0,083$) dan antara usia menarche dengan kejadian dismenore primer ($p = 0,073$). Kesimpulan yang diperoleh mayoritas responden memiliki IMT dan usia menarche normal dengan mayoritas mengalami dismenore primer tetapi antara variabel tersebut tidak ada hubungan.

Kata kunci: Dismenore Primer, Indeks Massa Tubuh, Usia Menarche

Abstract

The World Health Organization (WHO) in 2023 reported that the prevalence of primary dysmenorrhea in the world reached 50%, in Indonesia 64.25% and according to data from the Yogyakarta Health Office, the prevalence of dysmenorrhea was 56%. Primary dysmenorrhea is one of the most common menstrual disorders experienced by adolescent girls, characterized by lower abdominal pain without being accompanied by reproductive diseases. Primary dysmenorrhea is caused by various risk factors such as age of menarche, heredity or family history, menstrual cycle, duration of menstruation, body mass index (BMI), and others. This study aims to determine the relationship between Body Mass Index (BMI) and age of menarche with the incidence of primary dysmenorrhea in seventh grade female students at SMP Negeri 1 Gamping. This study is quantitative with a cross-sectional analytical design using primary data. The sample used was 56 adolescent girls taken using the Total Sampling technique. The data obtained were analyzed using the chi-square test. From the results of the BMI analysis, 44.5% of female adolescents had a normal body mass index and 55.4% had an abnormal one, 57.7% had a normal menarche age and 49.2% had an abnormal one, 94.6% had primary dysmenorrhea and 5.4% did not experience primary dysmenorrhea. The results of the chi-square test showed no significant relationship between BMI and the incidence of primary dysmenorrhea ($p = 0.083$) and between the age of menarche and the incidence of primary dysmenorrhea ($p = 0.073$). The conclusion obtained was that the majority of respondents had a normal BMI and age of menarche with the majority experiencing primary dysmenorrhea but there was no relationship between these variables.

Keywords: Primary dysmenorrhea, Body Mass Index, Age at Menarche

1. PENDAHULUAN

World Health Organization (WHO) tahun 2023 melaporkan prevalensi dismenore primer di dunia mencapai 50% (Gurusinga et al., 2023). Angka kejadian dismenore primer di Amerika Serikat 85%, Italia 84,1%, Australia 80% dan Asia 84,2% secara spesifik Asia Tenggara yaitu Thailand 84,2%, Malaysia 69,4% dan Indonesia 64,25% atau sekitar 107.673 (Aulya et al., 2023). Secara nasional Presentase angka kejadian dismenore primer pada Provinsi Riau 95,7%, Maluku 90,25%, Jakarta 83,5%, 74,42%, dan Yogyakarta 56% (Artawan et al., 2023). Sedangkan pada tingkat Kabupaten di Yogyakarta Sebuah studi di Kabupaten Bantul, menemukan bahwa 64,4% remaja putri mengalami dismenore primer. Di Kabupaten Sleman menunjukkan bahwa 70,8 % remaja putri mengalami Dismenore primer (Lutfiyati & Susanti, 2023).

Dismenore primer adalah nyeri pada perut bagian bawah saat menstruasi tanpa disertai adanya kelainan atau penyakit reproduksi. Dismenore primer disebabkan oleh berbagai faktor risiko seperti usia menarche, keturunan atau riwayat keluarga, siklus menstruasi, lama menstruasi, indeks massa tubuh (IMT), dan lain-lain (Qomarasari et al., 2021). Dismenore dapat mengganggu kegiatan belajar, olahraga, dan aktivitas sosial. Banyak remaja terpaksa absen sekolah atau tidak dapat berkonsentrasi karena nyeri haid yang parah. Rasa nyeri yang berulang dan tidak tertangani menurunkan kenyamanan hidup serta berdampak pada kesehatan fisik dan mental, termasuk kepercayaan diri dan interaksi sosial. Perhatian politik terhadap masalah ini masih terbatas. Kebijakan Kesehatan Reproduksi: Peraturan Pemerintah Nomor 61 Tahun 2014 tentang Kesehatan Reproduksi mencakup pelayanan kesehatan reproduksi, namun implementasinya terkait penanganan dismenore belum optimal. Program Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR): Kementerian Kesehatan telah menginisiasi program PKPR di puskesmas untuk memberikan layanan kesehatan reproduksi bagi remaja, termasuk edukasi mengenai dismenore. Pemerintah dalam meningkatkan kesehatan reproduksi mengeluarkan UU No. 36 tahun 2009 tentang kesehatan mencantumkan kesehatan reproduksi pada bagian keenam pasal 71-77, isi pasal tersebut mengatakan bahwa kesehatan reproduksi dilaksanakan melalui kegiatan promotif, preventif, kuratif, dan rehabilitative.

Keputusan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor HK.01.07/MENKES/320/2020 dalam memberikan pelayanan yang bermutu dan berkesinambungan bidan harus memahami falsafah, kode etik, dan regulasi yang terkait dengan praktik kebidanan. Berdasarkan Pasal 46 Undang-Undang Nomor 4 Tahun 2019 tentang Kebidanan bahwa dalam menyelenggarakan praktik kebidanan, Bidan memberikan pelayanan meliputi pelayanan kesehatan ibu, pelayanan kesehatan anak, pelayanan kesehatan reproduksi perempuan dan keluarga berencana, serta pelaksanaan tugas berdasarkan pelimpahan wewenang, dan/atau pelaksanaan tugas dalam keadaan keterbatasan tertentu, dan dalam Pasal 47 mengatakan Bidan dapat berperan sebagai pemberi pelayanan kebidanan, pengelola pelayanan kebidanan, penyuluh dan konselor, pendidik, pembimbing, dan fasilitator klinik, penggerak peran serta masyarakat dan pemberdayaan perempuan dan/atau peneliti dalam penyelenggaraan praktik kebidanan (Febriani, 2024).

Di sekolah, upaya untuk menangani dismenore dilakukan dengan menyediakan fasilitas unit kesehatan sekolah (UKS), ruang istirahat yang nyaman, obat pereda nyeri (seperti paracetamol atau ibuprofen) dengan izin orang tua, serta kebersihan dan sanitasi yang baik, termasuk toilet bersih dan pembalut darurat. Masyarakat memiliki peran yang penting dalam mendukung remaja putri untuk mengelola dan mengurangi kejadian dismenore. Melibatkan bidan desa, kader kesehatan, atau tokoh masyarakat untuk menyampaikan informasi yang benar mengenai dismenore (Anggraini et al., 2023).

Terdapat penelitian yang membahas tentang hubungan indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian dismenore primer di SMP Muhammadiyah 2 Yogyakarta yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara Indeks massa tubuh (IMT) dengan kejadian dismenore primer dengan p value diperoleh sebesar $0,016 < 0,005$ (Ayshah fatmawaty, 2021).

Berdasarkan Studi Pendahuluan yang telah dilakukan di SMP Negeri 1 Gamping pada tanggal 23 Januari 2025 didapatkan jumlah siswi kelas VII Tahun 2025 Sebanyak 75 siswi. Dari Hasil wawancara yang dilakukan kepada 18 siswi terdapat, 13 siswi mengalami Dismenore primer, 5 siswi belum pernah mengalami dismenore, 9 siswi mengalami menarche dini, 12 siswi indeks massa tubuh dalam tingkat yang tidak normal. Berdasarkan latar belakang di atas, maka peneliti tertarik melakukan penelitian tentang Hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Usia Menarche dengan kejadian dismenore.

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif, dengan rancangan penelitian *korelasional* dengan pendekatan *Cross Sectional*, Populasi dalam penelitian ini 72 responden dengan pengambilan sampel menggunakan total *sampling* sebanyak 56 responden yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Kriteria Inklusi yaitu siswi kelas VII di SMP N 1 Gamping, siswi yang sudah mengalami menstruasi, dan siswi yang bersedia menjadi responden. Sedangkan kriteria eksklusi yaitu siswi yang mengundurkan diri atau berhenti saat pengumpulan data. Dalam penelitian ini terdapat 16 siswa yang tidak memenuhi kriteria inklusi yaitu karena belum mengalami menstruasi sehingga tidak dilakukan penelitian. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah IMT dan usia menarche, sedangkan variabel terikat adalah kejadian dismenore primer, dengan variabel pengganggu seperti stres, aktivitas fisik, lama menstruasi, siklus menstruasi, dan riwayat keturunan. Data dikumpulkan secara primer melalui pengukuran tinggi dan berat badan serta kuesioner. Peneliti mengabdosi kuesioner dari Eka Erna (2024) yang telah teruji validitas dan reliabilitasnya serta dinyatakan valid dan dapat diandalkan dengan tingkat keandalan 100%. Terdapat sepuluh pertanyaan dalam kuesioner mengenai dismenore primer, dengan nilai Cronbach's Alpha sebesar 0,748, yang melebihi nilai batas minimal 0,5 menunjukkan keandalan yang baik. Analisis data dilakukan secara univariat untuk melihat distribusi frekuensi dan bivariat menggunakan uji Chi-Square dengan tingkat signifikansi 0,05 untuk mengetahui hubungan antara variabel bebas dan variabel terikat. Pengolahan dan analisis data menggunakan program komputer, yaitu software SPSS. Penelitian ini telah mendapatkan uji etik dari komisi etik Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta dengan nomor etiknya 4729/KEP-UNISA/VIII/2025.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
IMT		
Tidak Normal	31	55,4
Normal	25	44,5
Total	56	100
Usia Menarche		
Tidak Normal	24	42,9
Normal	32	57,1
Total	56	100

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Dismenore Primer		
Tidak	3	5,4
Iya	53	94,6
Total	56	100

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 1 dapat diketahui bahwa karakteristik responden berdasarkan IMT dari total responden 56 siswi mayoritas berada di kategori tidak normal sebanyak 31 responden (55,4%), berdasarkan Usia Menarche mayoritas berada di kategori normal sebanyak 32 responden (57,1%), berdasarkan Dismenore Primer mayoritas berada di kategori mengalami dismenore primer sebanyak 53 responden (94,6%).

Tabel 2. Tabel Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) Dengan Kejadian Disminore Primer

Indeks Masa Tubuh (IMT)	Kejadian Dismenore Primer				Total		P Value
	Ya		Tidak				
	n	%	n	%	n	%	
Normal	22	88 %	3	12%	25	100%	0,083
Tidak Normal	31	100%	-	-	31	100%	
Jumlah	53	94,6%	3	5,4%	56	100%	

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 2 didapatkan mayoritas responden dari total responden 56 siswi dengan Indeks Masa Tubuh (IMT) tidak normal sebanyak 31 responden (100%) siswi mengalami dismenore primer. Nilai dari hasil uji bivariat menggunakan uji *Chi-square* didapatkan *p-value* 0,083 yang artinya tidak ada hubungan antara Indeks Masa Tubuh dengan dismenore primer.

Tabel 3. Tabel Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore Primer

Usia Menarche	Kejadian Dismenore Primer				Total		P Value
	Ya		Tidak				
	n	%	n	%	n	%	
Normal	32	100%	-	-	32	100%	0,073
Tidak Normal	21	87,5%	3	12,5%	24	100%	
Jumlah	53	94,6%	3	5,4%	56	100%	

Sumber: Data Primer 2025

Berdasarkan tabel 3 didapatkan mayoritas responden dari total responden total 56 siswi usia menarche normal diperoleh sebanyak 32 responden mengalami menarche normal (100 %). Nilai dari hasil uji bivariat menggunakan uji *Chi-square* didapatkan *p-value* 0,073 yang artinya tidak ada hubungan antara Indeks Masa Tubuh dengan dismenore primer.

PEMBAHASAN

1) Karakteristik Responden

Karakteristik responden dalam penelitian ini meliputi indeks massa tubuh (IMT), Usia menarche dan dismenore primer. Penelitian ini melibatkan 56 siswi kelas VII SMP Negeri 1

Gamping sebagai responden. karakteristik responden berdasarkan IMT dari total 56 siswi mayoritas berada di kategori tidak normal sebanyak 31 responden dengan presentase (55,4%), berdasarkan Usia Menarche mayoritas berada di kategori normal sebanyak 32 responden dengan presentase (57,1%), berdasarkan Dismenore Primer mayoritas berada di kategori mengalami dismenore primer sebanyak 53 responden dengan presentase (94,6%).

Pemilihan responden pada siswi kelas VII di SMP Negeri 1 Gamping didasarkan pada pertimbangan ilmiah dan praktis. Siswi kelas VII umumnya berada pada usia 12–13 tahun, yaitu masa awal pubertas di mana menarche (menstruasi pertama) mulai terjadi. Pada tahap ini, tubuh remaja putri mulai mengalami perubahan hormonal yang signifikan, termasuk munculnya siklus menstruasi dan gejala dismenore primer. Selain itu, masa ini juga merupakan periode kritis dalam pertumbuhan fisik yang ditandai dengan fluktuasi berat dan tinggi badan. Oleh karena itu, mengukur IMT pada kelompok usia ini sangat relevan untuk melihat apakah status gizi memiliki hubungan dengan munculnya dismenore primer (Sari, 2024).

Dismenore primer umumnya muncul 6–12 bulan setelah menarche, sehingga kelompok usia ini merupakan populasi yang tepat untuk mengamati awal munculnya dismenore. Selain itu, dengan mengambil responden dari satu tingkat kelas, data yang diperoleh lebih homogen, karena responden berada pada tahap perkembangan biologis dan psikologis yang relatif sama (Harahap, 2021). Hal ini dapat meminimalkan bias akibat perbedaan usia atau lama mengalami menstruasi. Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti, siswi kelas VII juga menunjukkan angka kejadian dismenore primer yang paling tinggi dibandingkan kelas lainnya di sekolah tersebut, sehingga semakin memperkuat relevansi pemilihan responden ini. Dari sisi etika dan operasional, siswi kelas VII juga lebih mudah dijangkau dan didampingi dalam proses edukasi serta pengumpulan data karena masih berada dalam lingkungan sekolah yang terkontrol (Kusdiyah, 2021).

2) Hubungan Indeks Masa Tubuh Dengan (IMT) Kejadian Dismenore Primer di SMP Negeri 1 Gamping

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2 bahwa dismenore primer pada siswi kelas VII SMP Negeri 1 Gamping, Dari hasil analisis bivariat antara IMT dengan kejadian dismenore primer dapat dilihat bahwa responden yang IMT tidak normal ($<18,5$ dan $> 24,9$) dan mengalami dismenore primer sebanyak 31 orang (100%). Responden yang memiliki IMT normal ($18,5-24,9$) sebanyak 25 responden, 22 responden mengalami dismenore primer dengan persentase (88%) dan 3 responden yang tidak mengalami dismenore primer (12%). Berdasarkan uji statistik menggunakan analisis *Chi-square* dengan nilai *p-value* = 0,083 Nilai ini lebih besar dari batas signifikansi yang ditetapkan ($\alpha = 0,05$) yang artinya tidak ada hubungan yang signifikan antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenore primer.

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa Indeks Massa Tubuh (IMT) tidak menjadi faktor penentu terjadinya Dismenore Primer pada remaja putri. Hal ini mengindikasikan bahwa perbedaan status gizi atau berat badan tidak secara langsung memengaruhi munculnya nyeri menstruasi pada responden penelitian ini. Terjadinya dismenore primer dapat dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diukur dalam penelitian ini, seperti riwayat keturunan yang dapat meningkatkan kecenderungan mengalami dismenore, karakteristik siklus menstruasi yang memengaruhi intensitas kontraksi uterus, tingkat stres yang dapat memicu ketidakseimbangan hormon, serta aktivitas fisik dan gaya hidup sehari-hari yang memengaruhi kondisi hormonal dan kesehatan reproduksi secara keseluruhan. Dengan demikian, meskipun IMT merupakan salah satu indikator status kesehatan, hasil ini menunjukkan bahwa dismenore primer lebih bersifat multifaktorial dan tidak hanya ditentukan oleh status gizi semata (Nataria, 2025).

Hasil penelitian ini bertolak belakang dengan (Rusydi et al., 2021) yang menyatakan bahwa remaja dengan status gizi tidak normal memiliki resiko lebih besar mengalami dismenore. Status gizi yang rendah (*underweight*) dapat diakibatkan karena asupan makanan yang kurang, termasuk zat besi. Sedangkan status gizi lebih (*overweight*) dapat juga mengakibatkan dismenore karena terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasi pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita, sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan mengakibatkan nyeri pada saat menstruasi. Sehingga status gizi tidak normal memiliki resiko untuk dismenore. Hal ini dapat terjadi karena faktor penyebab yang lain (Rusydi et al., 2021).

IMT merupakan alat sederhana untuk memantau status gizi seseorang khususnya yang berkaitan dengan kekurangan dan kelebihan berat badan maka mempertahankan berat badan normal memungkinkan seseorang dapat mencapai usia harapan hidup lebih panjang (Pratiwi et al., 2024). IMT hanya menggambarkan kondisi berat badan secara umum, namun tidak mencerminkan kualitas pola makan dan gaya hidup secara keseluruhan. Remaja dengan IMT normal bisa saja memiliki pola makan yang tidak sehat seperti sering mengonsumsi junk food tinggi lemak jenuh, gula, dan garam, namun rendah zat gizi penting seperti zat besi, magnesium, dan vitamin B kompleks yang berperan dalam fungsi hormon dan kontraksi otot rahim. Pola makan tidak seimbang tersebut dapat memicu peradangan, ketidakseimbangan hormon, dan meningkatkan risiko nyeri menstruasi meskipun tidak memengaruhi IMT secara langsung. Sebaliknya, remaja dengan IMT lebih tinggi tetapi memiliki pola makan seimbang dan aktif secara fisik mempunyai peluang untuk tidak mengalami dismenore (Thania et al., 2023).

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wahyuni et al., 2021) dengan judul hubungan indeks massa tubuh dengan dismenore pada remaja putri di SMP Pekanbaru. Berdasarkan hasil analisis data diperoleh hasil yang menunjukkan tidak ada hubungan antara indeks massa tubuh dengan kejadian dismenore. Tidak adanya hubungan ini disebabkan karena dismenore primer lebih dipengaruhi oleh faktor IMT yang relatif homogen sehingga variasi IMT yang kecil membuat perbedaan tingkat dismenore sulit terlihat. Faktor lain seperti usia menarche, riwayat keluarga, stres, aktivitas fisik, pola makan dan tidur juga dapat lebih berpengaruh terhadap timbulnya nyeri haid dibandingkan IMT. Di samping itu, jumlah sampel yang terbatas dapat memengaruhi kekuatan uji statistik, sehingga hubungan yang lemah tidak terdeteksi secara signifikan. Hal-hal tersebut dapat menjelaskan mengapa penelitian tidak menemukan adanya hubungan antara IMT dan dismenore. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang peneliti lakukan (Wahyuni et al., 2021).

3) Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenore Primer di SMP Negeri 1 Gamping

Dari hasil analisis bivariat antara usia menarche dengan kejadian dismenore primer dapat dilihat pada tabel 3 bahwa responden yang usia menarche normal (12-14 tahun) yang mengalami dismenore primer sebanyak 53 orang (94,6%) diantaranya usia menarche normal 32 orang dan usia menarche tidak normal 21 orang. Responden yang tidak mengalami dismenore primer sebanyak 3 orang dengan usia tidak normal (<12 & > 14 tahun). Faktor yang mempengaruhi dismenore primer yang pertama adalah usia menarche. Usia saat pertama kali menstruasi (menarche) berpengaruh terhadap seorang remaja mengalami dismenore primer. Dikarenakan secara fisiologis, usia menarche yang terlalu dini atau terlalu lambat dapat mencerminkan gangguan dalam keseimbangan hormonal atau kematangan sistem reproduksi, yang pada akhirnya dapat memengaruhi pola menstruasi dan potensi munculnya nyeri menstruasi. Oleh karena itu, pemantauan terhadap usia menarche penting dilakukan untuk

mendeteksi dini risiko terjadinya dismenore primer dan memberikan edukasi kepada remaja tentang manajemen nyeri menstruasi (Hidayah et al., 2025).

Berdasarkan tabel 3 diketahui bahwa responden berusia <12 tahun sebanyak 21 responden. Usia menarche mempengaruhi kejadian dismenore primer karena menarche dini mempercepat proses hormonal dan reproduktif, meningkatkan paparan prostaglandin, dan mempengaruhi sensitivitas terhadap nyeri. Oleh karena itu, remaja dengan menarche dini berisiko lebih tinggi mengalami dismenore primer (Trimayasari & Kuswandi, 2024). Sebanyak 32 responden dengan usia menarche normal mengalami dismenore primer, walaupun usia menarche normal resiko dismenore primer tetap bisa terjadi karena dismenore tidak hanya dipengaruhi oleh usia menarche saja. Ada berbagai faktor lain yang juga memengaruhi, baik secara fisiologis maupun psikologis (Harahap, 2021). Beberapa responden yang tidak mengalami dismenore primer sebanyak 3 responden. Adapun salah satu faktor yang memegang peranan penting penyebab dismenore primer adalah faktor kejiwaan atau stres. Faktor kejiwaan yang dapat mempengaruhi dismenore primer adalah emosional. Gadis remaja yang secara emosional tidak stabil, apalagi jika mereka tidak mendapat penerangan yang baik tentang proses menstruasi, maka akan mudah untuk timbul dismenore primer. Remaja putri kelas VII SMP di SMP N 1 Gamping mayoritas mengalami dismenore primer. Dilihat dari usia, mereka masih tergolong usia remaja, dimana pada usia ini emosi masih belum stabil sehingga menyebabkan dismenore primer (Aninda, 2024).

Keterkaitan usia menarche <12 tahun dengan dismenore primer terhadap wanita yang mengalami menstruasi pertama sering dibuat gelisah karena mental yang kurang siap dan perubahan hormonal. Hal tersebut salah satunya dipengaruhi usia. Menarche dapat menimbulkan berbagai masalah salah satunya yaitu keluhan nyeri saat menstruasi atau yang biasa disebut dismenore. Umumnya wanita merasakan dismenore primer. Sebanyak 90% wanita di dunia yang mengalami dismenore, lebih dari 50% diantaranya mengalami ketidaknyamanan saat menstruasi dan 10- 20% mengalami ketidaknyamanan yang parah (Kahanjak, 2024).

Berdasarkan hasil penelitian tentang Hubungan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenorea Primer Pada Remaja Kelas 3 Di SMP N 2 Jember. Hasil penelitian sebanyak 20 orang (23,81%) mengalami usia menarche tidak normal, sebanyak orang 64 (76,19,%) mengalami menarche normal dan sebanyak 69 orang (82,19%) mengalami dismenore primer dan 15 orang (17,86%) tidak mengalami dismenore primer. Hasil penelitian yaitu tidak ada hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenorea primer pada remaja. Ketidakadaan hubungan ini disebabkan karena dismenore primer tidak hanya dipengaruhi oleh faktor biologis, tetapi juga oleh faktor kejiwaan atau psikologis. Remaja yang mengalami stres, kecemasan, atau tekanan emosional lebih rentan mengalami persepsi nyeri yang meningkat akibat ketegangan otot dan peningkatan sensitivitas terhadap rasa sakit, sehingga dapat memicu atau memperberat dismenore, terlepas dari usia saat pertama kali menstruasi (menarche). Kondisi psikologis ini sering kali lebih dominan memengaruhi timbulnya nyeri haid dibandingkan usia menarche, sehingga usia menarche tidak tampak berhubungan dengan kejadian dismenore dalam penelitian tersebut. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang peneliti lakukan (Yuhbaba et al., 2023).

4. KESIMPULAN

Kesimpulan hasil penelitian yang dilakukan pada 56 siswi di SMP Negeri 1 Gamping, ialah sebagai berikut:

- a. Indeks Massa Tubuh (IMT) dan usia menarche pada siswi kelas VII SMP Negeri 1 Gamping didapatkan hasil dari 56 siswi dengan IMT tidak normal 31 siswi (55,4%) dan IMT normal

- 25 siswi (44,6%) sedangkan usia menarche tidak normal 24 siswi (42,9%) dan usia menarche normal 32 siswi (57,1%).
- b. Kejadian dismenore primer pada siswi kelas VII SMP Negeri 1 Gamping sebanyak 53 siswi (94,6%) mengalami dismenore primer dan 3 siswi (5,4%) yang tidak mengalami dismenore primer.
 - c. Dari hasil oleh data SPSS menggunakan uji *Chi-square* didapatkan hasil tidak ada hubungan antara Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenore primer *p-value* 0,083 dan tidak ada hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenore primer *p-value* 0,073.

5. DAFTAR PUSTAKA

- Anggraini, D. D., Lubis, K., Purba, T. J., Hutabarat, N. I., Rangkuti, N. A., Tiyas, A. H., Anita, A., Sari, H., & Wijayanti, W. (2023). *Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan* (Issue September).
- Ardifi, T. M. (2024). Hubungan Antara Status Gizi Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Kelas XII. *Innovative: Journal Of Social Science Research*, 4(5), 217-227.
- Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Apriani, R. (2021). Hubungan usia menarche dan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore primer pada siswi di jakarta. *Menara Medika*, 4(1).
- Eka, E.W., Studi Sarjana Keperawatan, P., Institut Teknologi Sains Dan Kesehatan Insan Cendekia Jombang Hubungan Dysmenorrhea Primer Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Putri. *jurnal Medika Jombang*
- Febriani, A., Juwita, S., Febrianita, Y., Bahri, S., & Abdurrah, U. (2024). *Penyuluhan Dismenore Serta Upaya Penanganan Secara Komplementer Di SMA N 16 Pekanbaru*. 4(6), 267–271.
- Anggraini, D. D., Lubis, K., Purba, T. J., Hutabarat, N. I., Rangkuti, N. A., Tiyas, A. H., Anita, A., Sari, H., & Wijayanti, W. (2023). *Ilmu Kesehatan Anak dalam Kebidanan* (Issue September).
- Artawan, I. P., IKetut Alit Adianta, Ik. A. A., & Ida Ayu Manik Damayanti, I. A. M. D. (2022). Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat Iv Itekes Bali Tahun 2022. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*, 6(2), 94–99. <https://doi.org/10.37294/jrkn.v6i2.412>
- Desi, E. (2024). *Midwifery Health Journal* , Vol 9 (No 2) 2024. 9(2), 139–144.
- Firdausi, N. I. (2020).
- Hidayah, F. N., Yuliawati, S., Masyarakat, F. K., & Diponegoro, U. (2025). *HUBUNGAN STATUS GIZI DAN USIA MENARCHE DENGAN KEJADIAN DISMENORE*. 12, 269–273.
- Kahanjak, D. N. (2024). *Hubungan Usia Menarke , Status Gizi , Kadar Lemak , dan Kadar Hemoglobin dengan Kejadian Dismenore Siswa SMP Negeri 4 Palangka Raya Relationship Between Menarche Age , Nutritional Status , Fat Levels , and Hemoglobin Levels with the Incidence of Dysmenorr*.
- Ketut, N., Rachma, A., Sapitri, N., Mardiah, A., Adipatria, A., Azhar, B., Ayu, I., & Mahayani, M. (2024). Usia Menarche, Frekuensi Konsumsi Fast Food, Status Gizi, Stres Akademik dan Aktivitas Fisik Berhubungan dengan Dismenore Primer pada Siswi di SMA Negeri 2 Mataram. *Action Research Literate*, 8(1), 42–59. <https://arl.ridwaninstitute.co.id/index.php/arl>
- Lutfiyati, A., & Susanti, D. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Di SMPN 1 Sleman Yogyakarta. *Riset Informasi Kesehatan*, 10(1), 18–24. <https://doi.org/10.30644/rik.v8i2.514>

- Nataria. (2025). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran. *Universitas Pembangunan Nasional*, 2, 1–9.
- Pratiwi, H. G., Tamalsir, D., & Riyanti, N. (2024). Hubungan anemia dengan derajat dismenore pada mahasiswa tingkat pertama fakultas kedokteran universitas pattimura tahun akademik 2022/2023. *Pameri (Pattimura Medical Review)*, 6(1), 44.
- Rusydi, R., Tamtomo, D. G., & Kartikasari, L. R. (2021). *Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Dismenorea Primer Pada Remaja Relationship Between Body Mass Index with Dysmenorrhea Primer in Adolescents*. 3(1), 80–85.
- Thania, W. F., Arumsari, I., & Aini, R. N. (2023). Konsumsi Makanan Cepat Saji berhubungan dengan Dismenore Primer pada Remaja di Wilayah Urban. *Muhammadiyah Journal of Nutrition and Food Science (MJNF)*, 4(1), 37. <https://doi.org/10.24853/mjnf.4.1.37-45>
- Wahyuni, R. S., Oktaviani, W., Kebidanan, A., & Pekanbaru, I. (2018). *Hubungan indeks massa tubuh dengan dismenorea pada remaja putri di smp pekanbaru*. 3(3), 618–623.
- Yuhbaba, Z. N., & Novitasari, F. (2007). *Hubungan Usia Menarche Dengan Kejadian Dismenorea Primer Pada Remaja Kelas 3 Smp Di Smpn 2*. 2(2), 97–101.
- Karomah, I., Maryanti, S. A., & Bachri, S. (2024). Hubungan Indeks Massa Tubuh Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Nurul Islam Jember. *Jember Maternal and Child Health Journal*, 1(1), 29-39.
- Lutfiyati, A., & Susanti, D. (2021). Hubungan Status Gizi Dengan Gangguan Siklus Menstruasi Di SMPN 1 Sleman Yogyakarta. *Riset Informasi Kesehatan*, 10(1), 18–24. <https://doi.org/10.30644/rik.v8i2.514>
- Putu Artawan, I., Ketut Alit Adianta, I., & Ayu Manik Damayanti, I. (2022). Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat Iv Itokes Bali Tahun 2022 (The Correlation Between Menstrual Pain (Primary Dysmenorrhea) And Sleep Quality In Year 4 Bachelor Of Nursing Students Of It. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*.
- Sari, A. A. P. F., & Damayanti, A. L. (2024). Kita Muda Punya Batasan Hubungan Strees Dan Indeks Massa Tubuh (IMT) Dengan Kejadian Dismenorea Pada Siswi SMPN 26 Kota Jambi Tahun 2024. *MIDWIFERY HEALTH JOURNAL*, 9(2), 139-144.
- Harahap, A. H., Octaviani, J., Kusdiyah, E., Tan, E. I. A., Fitri, A. D., & Herlambang, H. (2021). Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Derajatdismenore Pada Mahasiswi Kedokteran Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi. *Electronic Journal Scientific of Environmental Health And Disease*, 2(1), 18–24. <https://doi.org/10.22437/esehad.v2i1.13747>
- Wardani, P. K., Fitriana, F., & Casmi, S. C. (2021). Hubungan siklus menstruasi dan usia menarche dengan Dismenor Primer pada siswi kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*, 2(1).
- Sagugurat, S. (2024). Hubungan Usia Menarche Dan Lama Menstruasi Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 31 Padang (Doctoral Dissertation, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Alifah Padang).
- Pratiwi, H. G., Tamalsir, D., & Riyanti, N. (2024). Hubungan anemia dengan derajat dismenore pada mahasiswa tingkat pertama fakultas kedokteran universitas pattimura tahun akademik 2022/2023. *Pameri (Pattimura Medical Review)*, 6(1), 44.