



HUBUNGAN INDEX MASA TUBUH (IMT) DENGAN SKALA NYERI DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 2 KAMPAR

Putrianis Oktorika¹, Indrawati², Putri Eka Sudiarti³

^{1,2,3}Program Studi Sarjana Keperawatan Universitas Pahlawan Tuanku Tambusai

putrianisputri17@gmail.com

indrawatiigo@yahoo.com

ABSTRAK

Masalah menstruasi yang sering dialami oleh remaja adalah dismenorea. Prevalensi *dismenorea* di Indonesia sebesar sebesar 64,2%, yang terdiri dari 54,9% mengalami *dismenorea* primer dan 9,4% mengalami *dismenorea* sekunder. Faktor risiko yang berkaitan dengan *dismenorea* adalah *menarce* usia dini, riwayat keluarga dengan keluhan *dismenorea*, indeks masa tubuh yang tidak normal, kebiasaan memakan makanan cepat saji, durasi perdarahan saat haid, terpapar asap rokok, konsumsi kopi dan *alexythimia*, kebiasaan minum susu dan anemia. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan index masa tubuh (IMT) dengan skala nyeri dismenorea pada remaja putri di SMA Negeri 2 Kampar. Penelitian ini bersifat analitik dengan menggunakan pendekatan penelitian *Cross Sectional*. Sampel dalam penelitian ini siswi kelas II di SMA Negeri 2 Kampar yang berjumlah 131 orang dengan teknik pengambilan sampel *stratified random sampling*. Pengumpulan data melalui penyebaran kuesioner. Pengolahan data menggunakan *analisa univariat dan bivariat*. Hasil penelitian menunjukkan lebih dari separuh responden memiliki indeks masa tubuh tidak ideal sebanyak 70 orang (53,4%) dan lebih dari separuh mengalami skala *dismenorea* berat sebanyak 57 orang (43,5%). Hasil uji *Chi-square* didapatkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara index masa tubuh dengan kejadian dismenorea di SMA Negeri 2 Kampar. Untuk itu bagi pihak sekolah untuk dapat melakukan penyuluhan - penyuluhan tentang dismenorea agar dapat mencegah terjadinya *dismenorea*.

Kata Kunci : Index masa tubuh, skala nyeri dismenorea

✉Corresponding author :

Address : Jl. Tuanku Tambusai No. 23 Bangkinang

Email : indrawatiigo@yahoo.com

Phone : 085364845180

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan salah satu perubahan karakteristik awal pada remaja (Ningsih *et al*, 2013). Gangguan menstruasi yang sering terjadi pada remaja adalah *dismenorea* (Mundarti *et al*, 2014). *Dismenorea* atau nyeri haid adalah suatu gejala yang paling sering menyebabkan wanita muda pergi ke dokter untuk konsultasi dan pengobatan (Wiknjosastro, 2010). *Dismenorea* terdiri dari *dismenore primer* dan *sekunder*. *Dismenoreae primer* merupakan nyeri haid yang tidak didasari kondisi patologis, sedangkan *dismenorea sekunder* merupakan nyeri haid yang didasari dengan kondisi patologis (Larasati *et al*, 2016).

Menurut *World Health Organization* (WHO) tahun 2016 didapatkan 1.769.425 jiwa (90%) wanita di dunia mengalami *dismenorea* berat (Herawati, 2017). Angka kejadian *dismenorea* di Amerika Serikat 30% - 50% perempuan usia reproduksi. Sekitar 10% - 15% diantaranya terpaksa kehilangan kesempatan kerja, sekolah, dan kehidupan keluarga. Swedia ditemukan angka kejadian *dismenorea* pada wanita berumur 19 tahun sebanyak 72,42% (Oyoh & Sidabutar, 2015). Menurut hasil penelitian Singh *et al* (2011), sekitar 8,86% remaja yang mengalami *dismenorea primer* berat tidak hadir di sekolah dan sebanyak 67,08% remaja menarik diri dari kegiatan sosial, akademik, dan olahraga.

Prevalensi *dismenorea* di Indonesia sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami *dismenorea primer* dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami *dismenorea sekunder* (Herawati, 2017). Angka kejadian *dismenorea* pada kalangan wanita usia *produktif* berkisar 45% - 95% (Sadiman, 2017). *Dismenore primer* dialami oleh 60% - 75% remaja. Dilaporkan 30% - 60% remaja wanita yang mengalami *dismenorea*, didapatkan 7% - 15% tidak pergi ke sekolah (Larasati, 2016).

Berdasarkan penelitian Wahono (2012) kejadian *dismenorea* di SMA Negeri 1 Pekanbaru mencapai 59,40% (264 orang) dengan jumlah populasi sebanyak 444 orang. Berdasarkan penelitian kejadian *dismenorea* di SMA Negeri 1 Pekanbaru mencapai 59,40% (264 orang) dengan jumlah populasi sebanyak 444 orang (Wahyuningsih, 2014). Berdasarkan penelitian Pialiani *et al* (2018) kejadian *dismenorea* di Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian menunjukkan nyeri haid pada siswi sebanyak 141 (94%) dan yang tidak *dismenorea* sebanyak 9 (6%) responden. Terdapat beberapa faktor risiko yang memengaruhi terjadinya *dismenorea*.

Faktor risiko yang berkaitan dengan *dismenorea* adalah *menarce* usia dini, riwayat

keluarga dengan keluhan *dismenorea*, kebiasaan memakan makanan cepat saji, durasi perdarahan saat haid, terpapar asap rokok, konsumsi kopi dan *alexithimia*, kebiasaan minum susu, anemia dan indeks masa tubuh yang tidak normal (IMT) (Larasati *et al*, 2016 ; Widayanti, 2018). IMT adalah alat untuk mengukur dengan membandingkan tinggi badan dan berat badan seseorang. IMT juga digunakan sebagai alat untuk mendiagnosa masalah obesitas. Seorang wanita dengan tubuh tidak ideal memiliki resiko lebih besar terhadap kejadian *dismenore*. Tubuh yang ideal bukanlah tubuh yang terlalu kurus ataupun yang terlalu gemuk (Proverawati & Misaroh 2010).

Wanita dengan tubuh terlalu kurus ataupun terlalu gemuk sangat berpotensi mengalami *dismenore*, karena semakin rendah Indeks massa tubuh maka tingkat *dismenore* akan semakin berat dan semakin tinggi indeks masa tubuh maka tingkat *dismenorea* semakin berat, karena saat wanita semakin gemuk, timbunan lemak memicu pembuatan hormon estrogen. Derajat nyeri *dismenore* pada setiap wanita tidak sama. Ada yang masih bisa beraktifitas (sesekali sambil meringis), adapula yang hingga tidak dapat beraktivitas oleh karena tidak bisa menahan rasa nyerinya (Proverawati & Misaroh 2010).

Salah satu permasalahan yang dapat menimbulkan *dismenore primer* adalah status gizi. *Overweight* merupakan salah satu faktor resiko dari *dismenore primer*. Namun di sisi lain, seseorang dengan *underweight* ternyata juga dapat mengalami *dismenore primer* (Beddu *et al*, 2015). Prevalensi peningkatan *dismenore* terjadi pada kelompok dengan IMT rendah. Penelitian yang dilakukan oleh Hirata *et al* (2013) menemukan frekuensi *dismenore* pada kelompok dengan berat badan di bawah ideal.

Indek masa tubuh yang termasuk kategori gemuk atau obesitas dapat menyebabkan gangguan pada siklus menstruasi, karena terdapat jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasi pembuluh darah. Artinya terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan menimbulkan nyeri. Mengonsumsi makanan yang berlemak juga dapat meningkatkan hormon prostaglandin yang dapat menyebabkan nyeri di bagian perut bawah atau *dismenorea* (Pratiwi, 2015). Hasil penelitian Zsasha (2016), menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara IMT berat badan lebih (obesitas) dengan *dismenorea*. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Widiana (2018) kejadian *dismenorea primer* lebih sering terjadi pada

wanita berusia 16 - 23 tahun yang memiliki BMI lebih dari wanita yang memiliki BMI normal.

Salah satu kelompok umur yang berisiko terjadinya gizi lebih (obesitas) adalah kelompok remaja. (Widyawati & Indriani, 2014). Meningkatkan terjadinya obesitas pada remaja yang menjadi faktor risiko terjadinya dismenore (Unani & Istiyorini, 2015). Salah satu faktor penyebab obesitas pada remaja adalah pola makan atau asupan makanan berlebih yang berasal dari jenis makanan olahan serba instan, minuman *soft drink*, makanan jajanan seperti makanan cepat saji yang tersedia di gerai makanan. Obesitas dapat terjadi pada remaja dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan tinggi kalori tanpa disertai konsumsi sayur dan buah yang cukup sebagai sumber serat (Sartika, 2011).

Dismenorea dapat mengganggu aktivitas belajar serta juga dapat berdampak pada produktivitas dan kualitas hidup remaja secara tidak langsung. *Dismenorea* sangat berdampak pada remaja usia sekolah karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari - hari. Jika seorang siswi mengalami *dismenorea*, aktivitas belajar mereka di sekolah akan terganggu, terkadang ada yang sampai meminta izin untuk pulang bahkan ada yang pingsan. *Dismenorea* yang diderita siswi sering menjadi penyebab mereka tidak masuk sekolah (Ningsih *et al*, 2013).

Berdasarkan hasil data prasurvey peneliti lakukan pada tanggal 12 Maret tahun 2020 dengan cara menyebarkan pra kuisisioner yang dilakukan oleh peneliti di 2 Sekolah Menengah Atas pada siswi SMA Negeri 1 dan SMA Negeri 2 Kampar. Terdapat perbedaan yang signifikan pada penderita *dismenorea* di masing - masing sekolah tersebut. Dari 20 orang siswi SMA Negeri 1 Kampar peneliti wawancara, didapatkan 15 orang mengeluhkan nyeri pada saat satu hari sebelum *menstruasi* dan memuncak pada hari pertama *menstruasi*. Dari 15 orang yang mengeluh *dismenorea* 9 orang mempunyai berat badan lebih. Wawancara yang peneliti lakukan di SMA Negeri 2 Kampar, 19 orang mengatakan pada saat menstruasi sering menderita nyeri pada perut bagian bawah dan pinggang dan nyerinya timbul pada saat hari pertama *menstruasi*. Nyeri akan hilang apabila siswi mengkonsumsi obat paracetamol. Dari 19 siswi yang mengeluh *dismenorea* ini didapatkan 10 orang mempunyai berat badan lebih.

Dari daftar kehadiran siswi kelas II yang berjumlah 197 orang di sekolah SMA Negeri 2 Kampar, didapatkan data bahwa hampir di setiap bulannya sekitar 10% selalu ada siswa perempuan yang absen sehingga berpengaruh terhadap prestasinya di sekolah sehingga kualitas hidup remaja menurun. Maka berdasarkan hasil prasurvey penderita *dismenore primer* yang paling

dominan terjadi di SMA Negeri 2 Kampar. Berdasarkan latar belakang diatas maka perlu dilakukan penelitian tentang hubungan index masa tubuh (IMT) dengan skala nyeri dismenorea remaja putri di SMA Negeri 2 Kampar.

Rumusan masalah pada penelitian ini adalah “Apakah ada hubungan index masa tubuh (IMT) dengan skala nyeri dismenorea remaja putri di SMA Negeri 2 Kampar?”.

METODE PENELITIAN

Desain Penelitian

Penelitian ini bersifat analitik dengan menggunakan pendekatan penelitian *Cross Sectional* yaitu dimana variabel independen (index masa tubuh) dan variabel dependen (skala nyeri dismenorea) diteliti pada saat bersamaan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara index masa tubuh (variabel independen) dengan skala nyeri dismenorea (variabel dependen) (Supardi, 2013).

Lokasi dan Waktu Penelitian

Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 11 – 20 Mei tahun 2020 di SMA Negeri 2 Kampar.

Populasi dan Sampel

Populasi

Populasi merupakan keseluruhan atau totalitas objek yang diteliti yang ciri – cirinya diduga atau ditaksir (*estimated*) (Nasir, 2011). Populasi penelitian ini adalah semua siswi kelas 2 di SMA Negeri 2 Kampar Tahun 2020 sebanyak 197 orang.

Sampel

Sampel adalah sebagian yang diambil dari keseluruhan objek yang diteliti yang dianggap mewakili seluruh populasi (Notoadmojo, 2010). Sampel yang diambil berasal dari populasi penelitian yang memenuhi kriteria inklusi.

Teknik Pengambilan Sampel

Pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu dengan teknik *stratified random sampling* yaitu cara pengambilan sampel yang dilakukan secara random sederhana dengan memisahkan populasi menurut strata tertentu dan dari masing – masing kelompok (Nasir, 2011).

Analisa Data

Analisa Univariat

Analisa univariat yaitu dilakukan untuk menganalisa terhadap distribusi frekuensi setiap kategori pada variabel bebas (index masa tubuh) dan variabel terikat (skala nyeri *dismenorea*).

Analisa Analisa Bivariat

Analisa bivariat digunakan untuk mengetahui hubungan index masa tubuh dengan skala nyeri *dismenorea*. data dianalisis dengan dibantu program *komputerisasi*. Dalam analisis data dibedakan tingkatannya, yaitu : analisis univariat dan bivariat. Analisis bivariat menggunakan tabel silang untuk menganalisis hubungan antara dua variabel. Menguji ada tidaknya hubungan antara variabel index masa tubuh dengan skala nyeri *dismenorea* digunakan analisis *Chi Square*, dengan tingkat kemaknaan $\alpha = 0,05$. Hasil yang diperoleh pada analisis *Chi Square* dengan menggunakan program SPSS yaitu *nilai p*, kemudian dibandingkan dengan $\alpha = 0,05$. Apabila *nilai probabilitas* $(P) \leq \alpha (0,05)$ H_0 ditolak artinya ada hubungan antara dua variabel dan apabila *probabilitas* $(P) > \alpha (0,05)$ H_0 diterima artinya tidak ada hubungan antara dua variabel.

HASIL PENELITIAN

Penelitian ini dilakukan pada tanggal 11 - 20 Mei 2020 yang meliputi remaja di SMA Negeri 2 Kampar, yang berjumlah 131 orang. Penelitian ini dilakukan dengan mendatangi rumah- rumah responden. Data yang diambil pada penelitian ini meliputi variabel independen (indeks masa tubuh (IMT)) dan variabel dependen (skala nyeri *dismenorea*) yang diukur dengan kuesioner. Selanjutnya hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel sebagai berikut :

A. Analisa Univariat

1. Indeks Masa Tubuh (IMT)

Tabel 4.1 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Indeks Masa Tubuh (IMT) Pada Responden di SMA Negeri 2 Kampar

No.	Indeks Masa Tubuh (IMT)	n	Persentase (%)
1.	Tidak Ideal	70	53,4
2.	Ideal	61	46,6
	Jumlah	131	100

Keterangan : Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.1 di atas dapat dilihat bahwa dari 131 responden, terdapat 70 responden (53,4%) responden memiliki indeks masa tubuh tidak ideal

2. Skala Nyeri Dismenorea

Tabel 4.2 Distribusi Frekuensi Berdasarkan Skala Nyeri Dismenorea Pada Responden di SMA Negeri 2 Kampar

No.	Skala Nyeri Dismenorea	n	Persentase (%)
1.	Ringan	52	39,7
2.	Sedang	22	16,8
3.	Berat	57	43,5
	Jumlah	131	100

Keterangan : Hasil Penelitian

Berdasarkan tabel 4.2 di atas dapat dilihat bahwa dari 131 responden, terdapat 57 responden (43,5%) mengalami skala nyeri *dismenorea* berat.

B. Analisa Bivariat

1. Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Skala Nyeri Dismenorea

Tabel 4.3 Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan Skala Nyeri Dismenorea di SMA Negeri 2 Kampar

Indeks Masa Tubuh	Skala Nyeri Dismenorea						Total	
	Ringan		Sedang		Berat			
	n	%	n	%	n	%		
Tidak Ideal	17	27,9	15	24,6	38	62,3	61	100
Ideal	35	50,0	7	10,0	19	27,1	70	100
Total	52	39,7	22	16,8	57	43,5	131	100

Keterangan : Hasil Penelitian diuji dengan uji statistik Chi-Square

Berdasarkan tabel 4.3 dapat dilihat bahwa dari 131 responden (100%), yang memiliki indeks masa tubuh tidak ideal sebanyak 61 orang (100%), ada sebanyak 17 orang (27,9%) responden yang skala nyeri ringan, sedangkan yang memiliki indeks masa tubuh ideal sebanyak 70 orang (100%), terdapat 19 orang (27,1%) responden yang mengalami skala nyeri *dismenorea* berat. Berdasarkan *uji statistik* diperoleh nilai *p value* = 0,001 ($p \leq 0,05$), dengan derajat kemaknaan ($\alpha = 0,05$). Ini berarti ada hubungan indeks masa tubuh dengan skala nyeri *dismenorea* di SMA Negeri 2 Kampar.

PEMBAHASAN

A. Pembahasan Penelitian

Hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 131 remaja putri di SMA Negeri 2 Kampar tentang “hubungan indeks masa tubuh dengan kejadian skala nyeri *dismenorea* di SMA Negeri 2 Kampar”. Berdasarkan hasil uji statistik didapatkan bahwa ada hubungan indeks masa tubuh dengan kejadian skala nyeri *dismenorea* di SMA Negeri 2 Kampar. Penelitian dilakukan dengan cara berkunjung langsung kerumah – rumah respnden, dimana dalam sehari peneliti sanggup melakukan penelitian pada 13 dan 14 orang responden. Penelitian dilakukan selama 10 hari. Peneliti

menggunakan alat pelindung diri pada saat datang kerumah responden seperti masker dan handscun. Pada saat sampai dirumah responden langkah awal yang peneliti lakukan adalah menjelaskan tujuan peneliti melakukan penelitian dan tidak merugikan responden jika menjadi responden peneliti. Responden yang setuju menjadi responden maka menandatangani lembar persetujuan responden, dan baru dilakukan pengukuran berat badan, tinggi badan dan menjawab kuesioner. Data yang didapatkan kemudian diolah dan disajikan dalam bentuk tabel.

1. Hubungan Indeks Masa Tubuh dengan Skala Nyeri Dismenorea di SMA Negeri 2 Kampar

Hasil penelitian dapat dilihat bahwa ada hubungan indeks masa tubuh dengan skala nyeri dismenorea. Hasil penelitian ini didukung oleh teori yang dikemukakan oleh Proverawati & Misaroh (2010) wanita dengan tubuh terlalu kurus ataupun terlalu gemuk sangat berpotensi mengalami dismenore, karena semakin rendah Indeks massa tubuh maka tingkat dismenore akan semakin berat dan semakin tinggi indeks masa tubuh maka tingkat dismenorea semakin berat, karena saat wanita semakin gemuk, timbunan lemak memicu pembuatan hormon estrogen. Derajat nyeri dismenore pada setiap wanita tidak sama. Ada yang masih bisa beraktivitas, adapula yang hingga tidak dapat beraktivitas.

Menurut Pratiwi (2015), wanita yang mengalami obesitas dapat menyebabkan gangguan pada siklus menstruasi. Jaringan lemak yang berlebihan yang dapat mengakibatkan hiperplasi pembuluh darah, yang artinya terdesaknya pembuluh darah oleh jaringan lemak pada organ reproduksi wanita sehingga darah yang seharusnya mengalir pada proses menstruasi terganggu dan menimbulkan nyeri. Mengonsumsi makanan yang berlemak juga dapat meningkatkan hormon prostaglandin yang dapat menyebabkan nyeri di bagian perut bawah atau dismenorea.

Menurut Widayanti (2018), dismenore primer lebih sering terjadi pada wanita yang memiliki BMI tidak normal dari wanita yang memiliki BMI normal. Dismenore primer terjadi karena ada peningkatan prostaglandin yang dapat menyebabkan spasme miometrium yang berlebihan dan menyebabkan kontraksi uterus yang abnormal, yang mana kadar prostaglandin pada wanita dengan BMI tidak normal lebih tinggi dari pada wanita dengan BMI normal.

Hasil penelitian ini didukung oleh penelitian oleh Zsasha (2016), menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara IMT berat badan lebih dengan *dismenorea*. Menurut penelitian yang dilakukan oleh Widyana (2018) kejadian *dismenorea* primer lebih sering terjadi pada wanita berusia 16 - 23 tahun yang memiliki BMI lebih dari wanita yang memiliki BMI normal. Penelitian yang dilakukan Sakinah (2016), status gizi lebih berpeluang meningkatkan kejadian dismenorea primer.

Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil bahwa indeks masa tubuh mempengaruhi terjadinya dismenorea. Semakin banyak lemak dalam tubuh maka semakin tinggi risiko seseorang menderita dismenorea. Penelitian ini menemukan 17 orang (13%) siswi yang memiliki IMT tidak normal tetapi mengalami skala nyeri dismenorea ringan. Hal ini disebabkan karena pada siswi yang obesitas atau terlalu kurus karena siswi tersebut rutin melakukan aktivitas olahraga sehingga pada saat dismenorea dapat membantu mengurangi nyeri dismenorea. Faktor lain yang juga dapat mempengaruhinya yaitu ada jenis makanan yang dikonsumsi remaja putri yang dapat mengurangi skala nyeri dismenorea seperti rutin mengonsumsi jamu, ramuan tradisional seperti air peras kunyit campur madu yaitu sebanyak 10 orang (58,8%), dan lain – lainnya.

Penelitian ini juga menemukan siswi yang memiliki IMT normal tetapi mengalami skala nyeri dismenorea berat yaitu sebanyak 19 orang (14,5%). Hal ini bisa disebabkan karena remaja putri tersebut memiliki faktor penyebab lain yang membuat skala nyeri dismenorea yang dideritanya menjadi berat seperti anemia, menarche yang terlalu dini, riwayat keluarga yang memiliki dismenorea berat, stres yang dialami remaja dan lain – lainnya. Kemungkinan ini bisa saja menjadi penyebab, mengingat penyebab nyeri dismenorea dipengaruhi oleh multifaktor tidak hanya disebabkan oleh satu faktor IMT.

Seseorang yang tidak memiliki IMT normal akan menjadi salah satu faktor penyebab yang akan dapat memperberat nyeri dismenorea pada remaja putri. Untuk itu peneliti menyarankan kepada penelitian selanjutnya untuk meneliti faktor – faktor lain yang dapat memperberat skala nyeri dismenorea pada remaja putri sehingga bisa melihat faktor yang dominan dalam mempengaruhi skala nyeri dismenorea pada

remaja putri. Hasil penelitian ini juga dapat digunakan sebagai acuan agar pihak sekolah lebih meningkatkan penyuluhan kepada remaja putri tentang dismenorea agar bisa menghindari faktor – faktor penyebab skala nyeri dismenorea. Bagi remaja putri diharapkan memiliki berat badan normal agar bisa mengurangi nyeri dismenorea karena berat badan yang tidak normal dapat memperberat skala nyeri pada saat dismenorea.

B. Keterbatasan Penelitian

Dalam penelitian ini peneliti menemukan berbagai macam bentuk keterbatasan. Peneliti menyadari bahwa penelitian ini belum sempurna walaupun penelitian ini telah dilakukan secara maksimal namun dari berbagai keterbatasan tersebut membuat hasil penelitian ini tidak mendapatkan hasil yang maksimal, keterbatasan dalam penelitian ini diantaranya yaitu pada penelitian ini peneliti menggunakan instrumen kuesioner, sehingga pada saat responden mengisi kuesioner kemungkinan responden kurang jujur dan penelitian ini menggunakan metode korelasi hanya untuk mengetahui hubungan antara kedua variable.

Kesimpulan

Dari hasil penelitian dan pembahasan pada bab-bab sebelumnya, maka dapat ditarik kesimpulan pada penelitian ini yang berjudul “Hubungan Indeks Masa Tubuh (IMT) dengan Kejadian Skala Nyeri Dismenorea di SMA Negeri 2 Kampar Tahun 2020 sebagai berikut :

1. Lebih dari separuh responden memiliki indeks masa tubuh tidak normal.
2. Lebih dari separuh responden mengalami skala nyeri dismenorea berat.
3. Terdapat hubungan yang bermakna antara indeks masa tubuh dengan kejadian skala nyeri dismenorea di SMA Negeri 2 Kampar.

Saran

1. Aspek Teoritis

- a. Dapat menjadikan penelitian ini sebagai acuan dalam memberikan penyuluhan tentang dismenorea pada siswi agar dapat mencegah terjadinya dismenorea di SMA Negeri 2 Kampar.
- a. Diharapkan bagi responden untuk dapat meningkatkan informasi dan pengetahuan tentang dismenorea dan mengupayakan memiliki berat badan ideal atau IMT normal, sehingga siswi dapat melakukan pencegahan agar terhindar dari dismenorea.

2. Aspek Praktis

Diharapkan dengan adanya penelitian ini bisa menjadi acuan awal bagi peneliti

selanjutnya untuk menghubungkan ke variabel – variabel lainnya yang mempengaruhi kejadian skala nyeri dismenorea dan dapat menjadi bahan kepustakaan bagi peneliti selanjutnya untuk melakukan penelitian tentang dismenorea.

DAFTAR PUSTAKA

- Ade US. (2019).” Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer di Pondok Pesantren Al-Imdad Yogyakarta.” *Naskah Publikasi. Universitas ‘Aisyiyah.*
- Adriani M & Wirjatmadi B. (2012). Pengantar Gizi Masyarakat. Jakarta: Kencana.
- Almetsiar S. (2011). ”Gizi Seimbang Dalam Daur Kehidupan”. *Jakarta : PT Gramedia Pustaka Utama.*
- Azrida M, Sharrif SA, Thamrin A. (2018).” Kejadian Dismenorhoe Pada Mahasiswi Dengan Anemia.” *Jurnal Kesehatan, Vol. 1 No. 3.*
- Beddu S, Mukarramah S, Lestahulu V.(2015). Hubungan Status Gizi dan Usia Menarche dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri. *The Southeast Asian Journal of Midwifery. Volume 1. Nomor 1 : 16–21.*
- Gulo W. (2010). Metodologi Penelitian. Jakarta : Grasindo.
- Handayani RY, Rahayu LS. (2014). Faktor - Faktor Yang Berhubungan Dengan Nyeri Menstruasi (Dismenorea) Pada Remaja Putri Di Beberapa SMA Di Kabupaten Rokan Hulu. *Jurnal Maternity and Neonatal. Volume 1 Nomor 4 : 161 – 171.*
- Herawati R. (2017). “ Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Nyeri Haid (Dismenorea) Pada Siswi Madrasah Aliyah Negeri Pasir Pengaraian.” *Journal UPP.*
- Hidayat, A.A. (2009).” Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisa Data.” *Jakarta, Salemba Medika.*
- Kristianingsih A, Utami VW, Yanti DE. (2015).” Risiko Dismenore Primer Pada Siswi Sekolah Menengah Pertama (SMP) Yayasan Badrul Latif (YBL) Kecamatan Natar Kabupaten Lampung Selatan.” *Jurnal Dunia Kesmas Volume 4. Nomor 3.*
- Korompis, GC. (2015).” Biostatistik Untuk Keperawatan.” *Jakarta : EGC.*
- Larasati TA dan Alatas F. (2016). “Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja.” *Majority , Volume 5, Nomor 3.*
- Listiyana AD, Mardiana, Prameswari GN. (2013). Obesitas Sentral Dan Kadar Kolesterol Darah Total. *Jurnal Kesehatan Masyarakat. Volume 9. Nomor 1 : 37 – 43.*

- Marmi J. (2013). Gizi dalam Kesehatan Reproduksi. *Yogyakarta: Pustaka Belajar*.
- Mundarti, Pratikto J, Triwibowo M. (2014). "Pemberian Tablet Zinc Terhadap Tingkat Nyeri Disminorea Primer." *Journal LINK Vol 10, No 03,ISSN : 1829 – 5754*.
- Nasir, A., Muhith, A., Ideputri, ME.(2011)". Buku Ajar : Metodologi Penelitian Kesehatan, Konsep Pembuatan Karya Tulis dan Thesis Untuk Mahasiswa Kesehatan." *Yogyakarta : Nuha Medika*.
- Ningsih R, Setyowati, Rahmah H. (2013). Efektivitas Paket Pereda Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenore. *Jurnal Keperawatan Indonesia, Volume 16. Nomor .2 : 67-76*.
- Notoadmojo, S. (2010)." Metodologi Penelitian Kesehatan." *Jakarta : Rineka Cipta*.
- Oyoh dan Sidabutar J. (2015)." Menurunkan Dismenoreaa Primer melalui Hipnoterapi pada Siswi Sekolah Menengah Pertama." *Jurnal Keperawatan Volume 3 Nomor 2*.
- Paath EF. (2010). Gizi dalam Kesehatan Reproduksi. *Jakarta: EGC*.
- Pebrina M.(2016). Hubungan Status Gizi dengan Dismenore. *Jurnal Kesehatan Medika Saintika. Volume 7. Nomor 2 : 35-44*.
- Potter, Patricia A, Anne G, Perry. (2010). Fundamental Keperawatan Buku I Ed. 7. *Jakarta: EGC*.
- Pialiani Y, Sukarya WS, Rosady DS. (2018)." Hubungan Antara Tingkat Stres dengan Dismenore pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung." *ISSN : 2460 - 657X Volume 4, No. 2*.
- Pratiwi H, Rodiani. (2015)." Obesitas sebagai Resiko Pemberat Dismenore pada Remaja." *Majority, Volume 4, Nomor 9*.
- Proverawati A & Misaroh (2010)." Menarche : Menstruasi Pertama Penuh Makna." *Yogyakarta : Maha Medika*.
- Pundati TM, Sistiarani C, Hariyadi B. (2016). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswa Semester VIII Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto. *Jurnal Kesmas Indonesia. Volume 8. Nomor 1 : 40-48*.
- Reda, Prastiwi s, Warsono. (2018)." Hubungan Perilaku Merokok Dengan Siklus Menstruasi Pada Mahasiswi Universitas Tribhuwana Tungadewi Malang." *Nursing News Volume 3, Nomor 1*.
- Rifki YS, Ermawati, Medison I. (2016)." Hubungan Paparan Asap Rokok Lingkungan dengan Kejadian Dismenorea Primer." *Jurnal Kesehatan Andalas ; 5(3)*.
- Ropitasari, Safitri I. (2015)." Hubungan Anemia dengan Tingkat Dismenore." *IJEMC, Volume 2 No. 2*.
- Rustam E. (2014). Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Nyeri Haid (Dismenore) dan Cara Penanggulangannya. *Jurnal Kesehatan Andalas. Diakses pada tanggal 12 Maret dari <http://jurnal.fk.unand.ac.id>*.
- Sadiman. (2017)." Analisis Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorhea". *Jurnal Kesehatan, Volume VIII, Nomor 1, hlm 41-49*.
- Sakinah. (2016)." Faktor-Faktor Yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenorea Primer Pada Remaja." *Skripsi. Institut Pertanian Bogor*.
- Sartika RA. (2011)." Faktor Risiko Obesitas Pada Anak 5-15 Tahun di Indonesia". *Makara, Kesehatan, Vol. 15, No. 1 : 37 – 43*.
- Sastrawinata. (2011). Obstetri Pathologi. Elstar Offset.
- Singh A, Kiran D, Singh H. (2011). Prevalence and severity of dismenorrhea: a problem related to menstruation, among first and second year female medical students. *Indian Journal Physiol Pharmacol. Volume 52. Nomor 4 : 389 - 397*.
- Smeltzer & Bare (2013). Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah Brunner Suddarth Edisi 8. *Jakarta: EGC*.
- Sukarni KI, Wahyu P. (2013)." Buku Ajar Keperawatan Maternitas." *Yogyakarta : Maha Medika*.
- Supardi. (2013)." Aplikasi Statistika dalam Penelitian Konsep Statistika yang Lebih Komprehensif." *Jakarta, Change Publication*.
- Tamsuri A. (2010). Konsep dan Penatalaksanaan Nyeri. *Jakarta : EGC*.
- Unani NN & Istiyorini H. (2015). Hubungan Antara Status Gizi (Indeks Massa Tubuh) dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja di Akademi Kebidanan Bina Husada Tangerang. *Jurnal Ilmiah Bina Cendekia Kebidanan, Volume 1. Nomor 1 : 1 - 9*.
- Wahono. (2012). Analisis risiko kelebihan berat badan terhadap kejadian dismenore primer pada remaja di SMA 1 Pekanbaru. *Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Riau*.
- Wahyuningsih E, Sari LP. (2014)." Hubungan Kadar Hemoglobin Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi Kelas Xi Sma Negeri 1 Wonosari Klaten." *Jurnal Involusi Kebidanan, Vol. 4, No. 7 : 67-78*.
- Widayamti ED, Panggayuh A, Yuwamida AM. (2018). "Anemia Dan Nyeri Dismenorea." *Jurnal Informasi Kesehatan Indonesia (JIKI), Volume 1, No. 2 : 97-102*.
- Widjanarko B.(2012). Dismenore Tinjauan Terapi pada Dismenore Primer. *Majalah*

Kedokteran Damianus, Volume 5, Nomor : 50 - 62.

- Widyana ED, Panggayuh A, Yuwamida AM. (2018). Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Dismenorea pada Remaja Putri di SMP Pekanbaru. *Jurnal Endurance. Volume. Nomor 3 : 618-623.*
- Widyawati & Indriani. (2014). “Faktor – Faktor Yang Berhubungan Dengan Obesitas Pada Anak Sekolah Dasar Usia 6 – 14 Tahun di SD Budi Mulya Yogyakarta Tahun 2014”. *Naskah Publikasi. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Aisyiyah Yogyakarta.*
- Widyastuti Y, Rahmawati A, Purnamaningrum YE. (2010).” Kesehatan Reproduksi.” *Yogyakarta : Fitramaya.*
- Wiknjosastro H. (2010). Ilmu Kandungan. *Jakarta : Yayasan Bina Pustaka.*
- Zsasha N. (2016). Hubungan Antara Indeks Massa Tubuh dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Kedokteran Unisba Tingkat 1 Tahun 2016. *Universitas Bandung, Volume 2. Nomor 2 : 805–810.*