

HUBUNGAN TINGKAT DISMENOREA DENGAN PENGGUNAAN ANALGETIK PADA SISWA SMPN 4 PEUSANGAN KABUPATEN BIREUEN

Nurhidayati^{1*)}

¹Dosen Diploma-III Kebidanan Universitas Almuslim

^{*)}email : yun_bir_aceh@yahoo.com

ABSTRAK

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif. Walaupun pada umumnya tidak berbahaya, namun sering kali dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya. Tujuan penelitian ini untuk mengetahui hubungan tingkat dismenorea dengan penggunaan analgetik pada siswa SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen. Dengan jenis penelitian analitik. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini yaitu sampling jenuh (total sampling) dengan jumlah sampel 62 siswi, dan instrumen yang digunakan berupa form wawancara. Hasil penelitian dapat diketahui tingkat dismenorea siswi mayoritas berada pada kategori ringan. Umumnya siswi tidak menggunakan analgetik. Hasil uji statistik chi-square pada taraf uji 5%, didapatkan bahwa ada hubungan tingkat dismenorea dengan penggunaan analgetik pada siswa SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen.

Kata Kunci : Menstruasi, dismenorea, analgetik

1. Pendahuluan

Angka kejadian nyeri menstruasi di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia diperkirakan 55% perempuan usia produktif yang tersiksa oleh nyeri selama menstruasi. Angka prevalensi nyeri menstruasi berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif. Walaupun pada umumnya tidak berbahaya, namun sering kali dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya. Derajat nyeri dan kadar gangguan tentu tidak sama untuk setiap wanita. Ada yang masih bisa bekerja (sesekali sambil meringis), juga yang tidak kuasa beraktifitas karena nyerinya. (Provewati, 2009).

Dismenore dapat dialami lebih dari setengah wanita yang sedang menstruasi, dan prevalensinya sangat bervariasi. Berdasarkan data dari berbagai negara, angka kejadian *dismenore* di dunia cukup tinggi. Diperkirakan 50% dari seluruh wanita di

dunia menderita *dismenore* dalam sebuah siklus menstruasi. Pasien melaporkan nyeri saat haid, dimana sebanyak 12% nyeri haid sudah parah, 37% nyeri haid sedang, dan 49% nyeri haid masih ringan. Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dismenore* dan 10-15% diantaranya mengalami *dismenore* berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini akan menurunkan kualitas hidup pada individu masing-masing. Bahkan di perkiraan para perempuan di Amerika kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan akibat *dismenore*. (Calis, 2011).

Di Indonesia angka kejadian *dismenore* sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami *dismenore* primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami *dismenore* sekunder. *Dismenore* menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak hadir di sekolah dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari (Info Sehat, 2011).

Nyeri *dismenore* jika tidak segera diatasi akan mempengaruhi fungsi mental dan fisik individu

sehingga mendesak untuk segera mengambil tindakan atau terapi secara farmakologis atau non farmakologis. Terapi secara farmakologis salah satunya dengan pemberian obat-obat analgesik. Obat golongan NSAID (*Non Steroidal Anti Inflammatory Drugs*) dapat meredakan nyeri ini dengan cara memblok *prostaglandin* yang menyebabkan nyeri. Pengobatan dengan menggunakan NSAID memiliki efek samping yang berbahaya terhadap system tubuh lainnya (nyeri lambung dan resiko kerusakan ginjal), (Wibowo, 2004).

Penelitian Mulastin (2011) tentang hubungan status gizi dengan kejadian dismenorea remaja putri di SMA Islam Al-Hikmah Jepara, menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan status gizi normal mengalaminya dismenorea primer sebanyak 69 responden (68,4%) sedangkan sebagian kecil gizi gemuk juga mengalami kejadian dismenorea primer yaitu sebanyak 2 responden (1,9%). Banyak wanita mengalami ketidaknyamanan fisik selama beberapa hari sebelum periode menstruasi mereka datang. Kira-kira setengah dari seluruh wanita menderita *dismenorea* atau menstruasi yang menyakitkan. Hal ini khususnya sering terjadi di awal-awal masa dewasa. Gejala-gejala dari gangguan menstruasi dapat berupa payudara yang melunak, puting susu yang nyeri, bengkak, dan mudah tersinggung. Beberapa wanita mengalami gangguan yang cukup berat seperti kram yang disebabkan oleh kontraksi otot-otot halus rahim, sakit kepala, sakit pada bagian tengah perut, gelisah, letih, hidung tersumbat, dan ingin menengis.

2. Landasan Teori

Dismenorea merupakan gangguan fisik yang berupa nyeri (kram perut). *Dismenorea* merupakan nyeri sebelum, sewaktu, dan sesudah haid. Gangguan ini biasanya mulai terjadi pada 24 jam sebelum terjadinya perdarahan menstruasi dan dapat terasa 24–36 jam. Kram tersebut terutama dirasakan di daerah perut bagian bawah menjalar ke punggung atau permukaan dalam paha. Pada kasus *dysmenorea* berat nyeri kram dapat disertai dengan muntah dan diare (Andira, Dita, 2010).

Faktor-faktor yang mempengaruhi *dismenorea* diantaranya faktor kejiwaan dimana pada remaja yang secara emosional belum stabil sehingga mudah untuk terjadinya *dismenorea*, faktor konstitusi yaitu ketahanan terhadap rasa nyeri seperti kondisi fisik lemah yang dapat mempengaruhi terjadinya *dismenorea*, faktor endokrin yaitu timbulnya rasa nyeri karena kontraksi rahim, faktor aktifitas dan faktor status gizi.

Dismenorea dapat diklasifikasikan menjadi tiga, yang pertama *dismenore* ringan merupakan nyeri hampir tidak terasa (sangat ringan) dan tidak menyenangkan. Rasa nyeri yang berlangsung beberapa saat dan nyeri masih bisa ditahan, hanya diperlukan istirahat sejenak (duduk, berbaring) sehingga dapat dilakukan kerja atau aktivitas sehari-hari. Kedua *dismenore* sedang merupakan nyeri yang menyebar ke perut bagian bawah, diperlukan obat untuk menghilangkan rasa nyeri tanpa perlu meninggalkan aktivitas sehari-hari. Ketiga *dismenore* berat merupakan nyeri disertai pusing, sakit kepala berat, muntah diare, untuk menghilangkan keluhan istirahat beberapa hari, dengan akibat meninggalkan aktivitas sehari-hari (Baziad, Ali, 2003).

Menurut Proverawati (2009), sebagian wanita beranggapan menstruasi dapat membuat rasa cemas karena disertai rasa nyeri ketika menstruasi tiba. Kondisi ini di kenal dengan nyeri menstruasi atau *dismenorea*, yaitu nyeri menstruasi yang memaksa wanita untuk istirahat atau berakibat pada menurunnya kinerja dan berkurangnya aktifitas sehari-hari (bahkan, kadang bisa membuat cemas tidak berdaya).

Gejala *dismenorea* dibagi dalam dua kondisi, yaitu *dismenorea* primer dan *dismenorea* sekunder. Gejala *dismenorea* primer yaitu rasa nyeri murni karena proses kontraksi rahim tanpa disertai penyakit dasar. *Dismenorea* primer biasanya nyeri haid yang terjadi sejak menarche dan tidak terdapat kelainan pada alat kandungan. Ciriannya terjadi beberapa waktu atau 6-12 bulan sejak menstruasi pertama (menarche). Rasa nyeri timbul sebelum menstruasi, atau di awal menstruasi, dan berlangsung beberapa jam atau beberapa kemudian. *Dismenorea* primer ini kadang dapat disertai mual, muntah, sakit kepala, atau diare.

Sedangkan *Dismenorea* Sekunder itu sendiri yaitu rasa nyeri yang disebabkan proses menstruasi dan produksi *prostaglandin* secara alami. Ciri yang khas pada *dismenorea* sekunder yaitu nyeri menstruasi tidak berkurang pada hari-hari menstruasi selanjutnya.

Menurut penelitian yang dilakukan Mulastin (2011) tentang hubungan status gizi dengan kejadian *dismenorea* remaja putri di SMA Islam Al-Hikmah Jepara. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden dengan status gizi normal mengalami *dismenorea* primer sebanyak 69 responden (68,4%) sedangkan sebagian kecil gizi gemuk juga mengalami kejadian *dismenorea* primer.

Analgetik (penghambat rasa nyeri) adalah zat-zat yang mengurangi atau menghalau rasa nyeri tanpa menghilangkan kesadaran. *Analgetik* ada dua jenis yaitu *analgetik narkotik* dan *analgetik non-narkotik*.

3. Metode Penelitian

Adapun jenis penelitian ini adalah analitik untuk mengetahui hubungan tingkat *dismenore* dengan penggunaan *analgetik* pada siswa SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen. Populasi dalam penelitian adalah siswi SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen yang berjumlah 62 orang.

Untuk menggali informasi tentang penggunaan *analgetik* pada saat *dismenore*, respondennya adalah siswi-siswi SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen. Tehnik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan secara *Total Populasi* (seluruh populasi dijadikan sampel).

Instrumen penelitian berupa format wawancara yang berisi pertanyaan yang berkaitan dengan tingkat *dismenore* dan penggunaan *analgetik*

Analisa data untuk penelitian ini menggunakan komputerisasi. Langkah-langkah analisa data yang dilakukan adalah:

a. Analisa univariat

Analisa data untuk mengetahui distribusi frekuensi variabel penelitian dan mencari persentasi

$$\text{Rumus : } P = \frac{f}{N} \times 100 \%$$

Keterangan : P : presentase
f : frekuensi
N : jumlah sampel

b. Analisa bivariat

Analisa ini dilakukan untuk menguji hipotesis dengan menentukan hubungan antara dua variabel yang diteliti dalam rangka menjawab tujuan penelitian, uji statistik dengan menggunakan *Chi-Square test* dengan menggunakan program SPSS Versi 16 yaitu:

$$\chi^2 = \sum \frac{(O - E)^2}{E}$$

Keterangan :
 χ^2 : Chi Squire test
O : Nilai yang diamati dalam bentuk sampel
E : Nilai yang diharapkan dari sebuah sampel tersebut

Adapun ketentuan yang dipakai adalah hipotesis awal (Ho) diterima jika hasil uji statistik χ^2 hitung

$< \chi^2$ tabel atau $p > 0,05$, Ho ditolak jika hasil uji statistik χ^2 hitung $\geq \chi^2$ tabel atau $p \leq 0,05$, tingkat kepercayaan (*confidencel level*) 95% dan pada derajat keterbatasan (*degree of freedom*): $(b-1)(k-1)$. b= baris, k=kolom

4. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Gambaran Umum Lokasi Penelitian

SMPN 4 Peusangan terletak di Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen dengan batas-batasnya, sebelah barat berbatasan dengan Desa Cot Puuk. Sebelah timur berbatasan dengan Desa Pulo Sena, Sebelah selatan berbatasan dengan Desa Cot Rabo Tunong, dan sebelah utara berbatasan dengan Desa Pulo Iboh.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan pada tanggal 30 Juli 2015 terhadap 62 siswi di SMPN 4 Peusangan dengan judul “Hubungan tingkat *dismenorea* dengan penggunaan *analgetik* di SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen”. Alat ukur menggunakan form wawancara, maka diperoleh hasil sebagai berikut :

Analisa univariat

a. Tingkat *dismenorea* siswi SMPN 4 Peusangan

Berikut ini deskripsi variabel Tingkat *dismenorea* :

Tabel 1 : Distribusi frekuensi tingkat *dismenorea* siswi di SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Ringan	44	71
2	Sedang	13	21
3	Berat	5	8
Jumlah		62	100

Berdasarkan tabel 1, dapat dilihat bahwa hasil penelitian terhadap 62 responden dapat diketahui tingkat *dismenorea* siswi di SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen mayoritas berada dalam kategori ringan, yaitu 44 responden (71%).

b. Penggunaan *analgetik* oleh siswi di SMPN 4 Peusangan

Tabel 2 : Distribusi frekuensi penggunaan *analgetik* oleh siswi di SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen

No	Kategori	Frekuensi	%
1	Ada	13	21
2	Tidak ada	49	79
Jumlah		62	100

Berdasarkan tabel 2, dapat dilihat bahwa hasil penelitian terhadap 62 responden dapat diketahui bahwa penggunaan analgetik oleh siswi di SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen mayoritas berada dalam kategori tidak ada, yaitu 49 responden (79%).

Analisa bivariat

Tabel 3 : Hubungan tingkat dismenorea dengan penggunaan analgetik di SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen

No	Tingkat Dismenorea	Penggunaan Analgetik		Total	Persen (%)	X ² hitung	P-Value
		Ada	Tidak ada				
1	Ringan	0	44	44	71	43,432	0,00
2	Sedang	8	5	13	21		
3	Berat	5	0	5	8		
Total		13	49	61	100		

Berdasarkan tabel 3, menunjukkan bahwa dari 62 responden, hasil uji statistik *chi-square* pada $\alpha=0,05\%$ didapatkan *p-value* 0,00 dan *chi-square* pada $df=2$ (5,991) didapatkan x^2 hitung 43,432 > x^2 tabel 5,991, sehingga dapat disimpulkan H_0 diterima dan H_0 ditolak, artinya ada hubungan antara tingkat *dismenorea* dengan penggunaan analgetik pada siswi SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen.

Pembahasan

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat *dismenorea* pada siswi SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen secara keseluruhan berada pada kategori ringan. Sebagian besar siswi mengatakan pada saat menstruasi berlangsung, rasa nyeri yang dirasakan dapat ditahan, hanya berlangsung beberapa saat dan diperlukan istirahat sejenak sehingga aktivitas sehari-hari mereka tidak terganggu. Gejala yang dirasakan yaitu nyeri perut bagian bawah atau kram dan beberapa saat akan hilang.

Asumsi yang mendasari penelitian ini adalah tingkat *dismenorea* siswi yang merupakan gangguan fisik yang berupa nyeri (kram), nyeri dirasakan sebelum, sewaktu atau sesudah haid, dengan tiga tingkat *dismenorea* yaitu *dismenorea* ringan, *dismenorea* sedang dan *dismenorea* berat.

Dari hasil penelitian didapatkan bahwa penggunaan analgetik oleh siswi SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen secara keseluruhan berada pada kategori tidak. Sebagian besar siswi tidak menggunakan obat anti nyeri pada saat menstruasi karena nyeri yang dirasakan dapat ditahan dan hanya berlangsung beberapa saat.

Penggunaan analgetik oleh siswi yang merupakan obat anti nyeri. Selain dengan menggunakan obat anti nyeri pada saat *dismenorea* dapat juga diatasi dengan pola hidup sehat, seperti asupan gizi seimbang, istirahat yang cukup, relaksasi, olahraga teratur, kompres air hangat di daerah perut jika nyeri terasa dan menggosok perut secara perlahan dengan tangan hingga terasa hangat.

Dari hasil perhitungan statistik menggunakan uji *chi-square*, didapatkan ada hubungan antara tingkat *dismenorea* dengan penggunaan analgetik pada siswi SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen. Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang mengalami tingkat *dismenorea* ringan tidak menggunakan analgetik, karena nyeri yang dirasakan hanya berlangsung beberapa saat dan tidak mengganggu aktifitas sehari-hari sehingga mereka tidak menggunakan obat untuk menghilangkan rasa nyeri.

Pada menstruasi dengan tingkat *dismenorea* ringan sebaiknya tidak menggunakan obat anti nyeri, karena nyeri masih bisa ditahan dan hanya perlu istirahat beberapa saat. *Dismenorea* ringan sebaiknya ditangani secara alami seperti kompres hangat di daerah perut untuk mengurangi rasa nyeri. Untuk *dismenorea* berat sebaiknya konsultasi dengan dokter spesialis, jika ada kelainan bisa ditangani dengan segera.

5. Simpulan

Berdasarkan penelitian yang telah dilaksanakan maka penulis dapat menyimpulkan bahwa tingkat *dismenorea* siswi mayoritas berada pada kategori ringan. Umumnya siswi tidak menggunakan analgetik. Hasil uji statistik *chi-square* pada taraf uji 5%, didapatkan bahwa ada hubungan tingkat *dismenorea* dengan penggunaan analgetik pada siswa SMPN 4 Peusangan Kabupaten Bireuen

Daftar Pustaka

- Provewati, Atikah. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Calis, Karim Anton. (2011). *Dysmenorrhea*. [Internet]. <http://emedicine.medscape.com/article/253812-overview>.
- Info Sehat. (2011). *Angka Kejadian Dismenore di Indonesia*. [Internet]. <http://www.indoforum.org>.
- Wibowo. (2004). *Penanganan Dismenore*. [Internet]. <http://emedicine.medscape.com/article/253812-overview>.

- Mulastin. (2011). Hubungan Status Gizi dengan Kejadian Dismenorea Remaja Putri di SMA Islam Al-Hikmah Jepara. Skripsi: AKBID Islam Al Hikmah Jepara.
- Maulana, Mirza. (2009). *Seluk Beluk Reproduksi dan Kehamilan*. Yogyakarta: Garailmu.
- Andira, Dita. (2010). *Seluk Beluk Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: A'PLUS BOOK.
- Baziad, Ali. (2003). *Menopause dan Andropause*. Jakarta. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawihardjo.

Penulis :

Nurhidayati, M.PH.

Lahir di Matang Sagoe, pada 25 Januari 1957. Merupakan Dosen pada Program Diploma III Kebidanan Universitas Almuslim, Bireuen Aceh. Menyelesaikan S1 di Universitas Malikussaleh, dan S2 bidang kesehatan masyarakat di Universitas Gajah Mada. Saat ini menjabat sebagai Direktur Diploma III Kebidanan Universitas Almuslim Bireuen - Aceh.