

SKRIPSI

**HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI SAAT
MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN DISMENOREA**

(Di PMB Wina Afiantiningtyas, S.ST Kecamatan Geger Bangkalan)



Oleh :
SRI WAHYUNI
NIM. 20153020110

**PROGRAM STUDI DIPLOMA IV KEBIDANAN
STIKES NGUDIA HUSADA MADURA
2021**

HALAMAN PERSETUJUAN

HALAMAN PERSETUJUAN

Skripsi dengan judul:

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI SAAT MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN *DISMENOREA*

(Studi di PMB Wina Afiantiningtiyas, S.ST Gegger Bangkalan Tahun 2021)

Dibuat untuk melengkapi persyaratan menjadi Sarjana Terapan Kebidanan pada Program Studi Diploma IV Kebidanan STIKes Ngudia Husada Madura. Skripsi ini telah diperiksa, dikonsultasikan dan siap untuk diujikan pada sidang Skripsi pada tanggal 16 Agustus 2021 dan dinyatakan memenuhi syarat syah sebagai Skripsi pada Program Studi Diploma IV Kebidanan STIKes Ngudia Husada Madura.

Bangkalan, 16 Agustus 2021
Pembimbing



Alis Nur Diana S.ST., M.Kes
NIDN. 0729068502

Sri Wahyuni NIM. 20153020110 Program Studi DIV Kebidanan	Dosen Pembimbing Alis Nur Diana S.ST., M.Kes NIDN: 0729068502
HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTRI SAAT MENSTRUASI DENGAN KEJADIAN DISMENOREA	
ABSTRAK	
<p>Dalam menghadapi menstruasi, remaja terkadang mengalami kecemasan yang berdampak terhadap penurunan ambang nyeri sehingga menyebabkan nyeri haid (<i>Dismenorea</i>). Menurut <i>World Health Organization</i> (WHO) angka kejadian <i>Dismenorea</i> cukup tinggi diseluruh dunia, rata-rata insidensi terjadinya <i>Dismenorea</i> pada wanita muda antara 16,8%-81%. Berdasarkan studi pendahuluan di PMB Wina Afiantiningtiyas, S.ST Gegger Bangkalan tanggal 19 Januari 2021 jumlah remaja sebanyak 20 orang, yang mengalami <i>Dismenorea</i> 50% dan yang tidak mengalami cemas 50% serta yang mengalami kecemasan 50%. Tujuan penelitian ini adalah untuk menganalisis hubungan tingkat kecemasan dengan <i>dismenorea</i> remaja Putri Saat Menstruasi di PMB Wina Afiantiningtiyas, S.ST Gegger Bangkalan.</p> <p>Desain penelitian menggunakan <i>analitik</i> dengan pendekatan <i>cross sectional</i>. Jumlah sampel yang diambil 33 responden. Kriteria yang diambil, remaja putri yang menstruasi teratur, belum menikah, bersedia menjadi responden. Teknik pengambilan sampel menggunakan <i>probability sampling</i> yaitu <i>simple random sampling</i>. Teknik pengumpulan data menggunakan lembar kuesioner. Uji statistik menggunakan uji <i>Chi-square</i>.</p> <p>Hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa responden yang mengalami <i>Disminorea</i> sebanyak 28 (84,8%) responden, sedangkan yang tidak mengalami <i>Disminorea</i> yaitu sebanyak 5 (15,2%) responden, serta hampir separuhnya responden mengalami kecemasan berat yaitu 13 (39,4%) responden Setelah dilakukan uji statistik <i>Chi-Square</i> didapatkan hasil $p < \alpha$ (0,000) sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Menstruasi dengan Kejadian <i>Disminorea</i>. Remaja yang mengalami kecemasan atau stres akan terjadi peningkatan sintesis prostaglandin disertai oleh menurunnya kadar esterogen atau progesteron, kemudian terjadi kontraksi otot uterus, aliran darah uterin, iskemia uterin sehingga terjadi nyeri haid atau <i>Dismenorea</i></p> <p>Pada remaja putri yang akan menghadapi menstruasi untuk mengurangi rasa kecemasan saat <i>Dismenorea</i> dianjurkan untuk sering istirahat, olah raga, melakukan aktivitas lainnya.</p>	
Kata Kunci : Kecemasan, Remaja, Dismenorea.	

<p>Sri Wahyuni ID Number 20153020110 DIV midwifery of program study</p>	<p>Advisor Alis Nur Diana S.ST., M.Kes NIDN: 0729068502</p>
<p>THE RELATIONSHIP OF THE LEVEL OF ANXIETY TO TEENAGERS DURING MENSTRUATION WITH THE INCIDENCE OF DYSMENORRHEA</p>	
<p>ABSTRACT</p> <p><i>In the face of menstruation, teenagers sometimes had anxiety that affects the thresholds pain that causes menstrual pain (Dysmenorrhea). According to World Health Organization (WHO) the incidence of Dysmenorrheais quite high throughout the world. The average incidence of Dysmenorrhea in young women is between 16,8%-81%, based on a preliminary study at PMB Wina Afiantiningtiyas, S.ST Gegger Bangkalan on 19th January 2021, the number of teenagers as many as 20 people, who had experienced Dysmenorrhea 50% and who did not experience anxiety 50% and who had experienced anxiety 50%. The purpose of this study is to analyze the relationship of anxiety levels with Dysmenorrhea of teenagers during menstruation at PMB Wina Afiantiningtiyas, S.ST Gegger Bangkalan.</i></p> <p><i>The Research design used analytics with a cross-sectional approach. The number of samples was taken, 33 respondents. The criteria taken in this research was some teenagers who have menstruate regularly, are unmarried, that are willing to be respondents. The technique of taking samples using probability sampling was simple random sampling. Data collections techniques were using questionnaire sheets. A statistical test is using the Chi-square test.</i></p> <p><i>The result of the study after it can be concluded that the respondents who experienced Dysmenorrhea were 5 (15,2%) respondents, and almost half of the respondents experienced severe anxiety 13(39,4%). The Chi-square statistical test obtained the result of $\rho < \alpha$ (0,000) so that it can be concluded that there was a relationship of teenagers Anxiety Levels During Menstruation with The Incidence of Dysmenorrhea. Adolescent who experience anxiety or stress will experience an increase in prostaglandin synthesis accompanied by decreased levels of estrogen or progesterone, the uterine muscle contractions, uterine blood flow, uterine ischemia resulting in menstrual pain or Dysmenorrhea.</i></p> <p><i>In young women who will face menstruation to reduce anxiety when Dysmenorrhea is recommended to often rest, exercise, do other activities.</i></p>	
<p>Keywords: Anxiety, Teenagers, Dysmenorrhea.</p>	

Pendahuluan

Remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa kanak-kanak ke masa dewasa batas usia remaja berbeda-beda sesuai dengan budaya setempat, menurut WHO Batasan usia remaja adalah 12 hingga 24 tahun (Lestari dkk, 2011). Menarche adalah tanda bahwa seorang remaja telah mengalami pubertas, pada masa pubertas kadar lutainizing hormone (LH) dan follicle stimulating (FSH) akan meningkat sehingga merangsang pembentukan hormone seksual. Cepat atau lambat kematangan seksual seseorang meliputi menstruasi, dan kematangan fisik individual, dipengaruhi faktor rasa tau suku banga, faktor iklim, dan

lingkungan anak. Usia menarche biasanya terjadi pada remaja putri yang berumur 12 hingga 13 tahun dalam rentang umur 10 hingga 16 tahun. Menstruasi merupakan proses alamiah pada perempuan Panjang siklus menstruasi adalah jarak antara tanggal mulainya yang lalu dan tanggal menstruasi berikutnya. Nyeri haid merupakan suatu keluhan ginekologi yang paling umum dan ditandai dengan nyeri, kram, dan sakit punggung yang terjadi selama mentruasi (Manurung, 2019). *Dismenorea* juga berpengaruh terhadap terjadinya gangguan psikologis seperti depresi, kecemasan dan *somatisasi* (Sukmiati dkk, 2017). Kecemasan yang timbul secara

terus menerus dan jika tidak segera diatasi dapat menimbulkan rasa takut yang berlebihan dan berulang-ulang terhadap menstruasi (Fitriani&Rohman, 2016).

Angka kejadian *Dismenorea* di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% wanita disetiap negara mengalaminya. Di Amerika Serikat angka Presentasinya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72% sementara di Indonesia diperkirakan 55% wanita usia produktif tersiksa oleh nyeri selama menstruasi, angka kejadian *Dismenorea* tipe primer di Indonesia adalah sekitar 54,89% sedangkan sisanya adalah tipe sekunder (Rahayu, 2020). Di Jawa Timur angka kejadian *Dismenorea* sebesar 64,25%

yang terdiri dari 54,89% *Dismenorea* primer 9,36% *Dismenorea* sekunder (Nadliroh, 2013). Berdasarkan studi pendahuluan di PMB Wina Afiantiningtiyas, S.ST Gegger Bangkalan pada tanggal 19 Januari 2021 melalui grubb WhatsApp jumlah remaja sebanyak 20 orang, dan yang mengalami *Dismenorea* sebanyak 10 orang (50%) dan yang tidak mengalami cemas sebanyak 5 orang (50%) serta yang mengalami kecemasan sebanyak 5 orang (50%).

Secara umum, nyeri haid muncul akibat kontraksi disritmik myometrium yang menampilkan satu gejala atau lebih, mulai dari nyeri yang ringan sampai berat di perut bagian bawah, bokong, dan

nyeri spasmodic disisi medial paha. Penyebab *Dismenorea* primer yaitu: faktor endokrin, kelainan organik, faktor kejiwaan dan gangguan psikis, faktor konstitusi, faktor alergi, faktor psikologis seperti kecemasan, depresi, pengalaman buruk seperti pelecehan seksual di masa lalu, dan stressor psikosial lain diyakini menjadi salah satu faktor resiko *Dismenorea*. *Dismenorea* dapat menimbulkan dampak bagi kegiatan atau aktivitas para wanita khususnya remaja, *Dismenorea* membuat wanita tidak bisa beraktivitas secara normal dan memerlukan obat keadaan tersebut menyebabkan menurunnya kualitas hidup wanita (Sukmiati dkk, 2017).

Langkah pencegahan ini adalah hal-hal yang dapat dilakukan sendiri oleh penderita nyeri haid, tanpa memerlukan obat-obatan yaitu dengan perhatikan pola dan siklus haidnya, lalu usahakan jangan setres, makan yang teratur, saat menjelang haid sebisa mungkin menghindari dari makanan yang cenderung asam dan pedas, istirahat yang cukup, tidur yang cukup, rajin minum susu dengan kalsium tinggi, lakukan olah raga teratur setidaknya 30 menit setiap hari, lakukan peregangan (*stretching*), jangan mengkonsumsi obat-obatan anti nyeri, jangan konsumsi alkohol, rokok, kopi maupun coklat, mendengarkan music juga bisa mengurangi rasa nyeeeri. Ada banyak cara

untuk mengobati nyeri haid diantaranya pengobatan farmakologi dan non farmakologi (Anurogo&Wulandari, 2011).

Untuk mengatasi rasa cemas saat menstruasi harus sering istirahat, olah raga dan melakukan aktivitas lainnya (Sukmiati dkk, 2016).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *analitik* Sedangkan berdasarkan waktu termasuk *cross sectional* dimana variabel-variabel yang termasuk efek di observasi sekaligus pada waktu yang sama (Notoatmodjo S, 2010).

HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa responden yang mengalami *Disminorea* sebanyak 28 (84,8%) responden, sedangkan yang tidak mengalami

Disminorea yaitu sebanyak 5 (15,2%) responden, serta hampir separuhnya responden mengalami kecemasan berat yaitu 13 (39,4%) responden.

Hasil uji statistik *Chi-Square* diperoleh nilai *p value* (0,000) dengan tingkat kemaknaan α (0,00), berarti nilai *p value* $< \alpha$.

Dengan demikian dapat disimpulkan bahwa H_0 ditolak yang berarti “ada hubungan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Menstruasi dengan Kejadian *Disminorea*”.

Peneliti berpendapat bahwa ada hubungan tingkat kecemasan remaja putri saat menstruasi dengan kejadian *Dismenorea* karena jika pada saat menstruasi tetap tenang dan siap maka tidak ada dampak dengan *Dismenorea*.

Menurut Supriatin 2014 Pada remaja yang tidak siap dalam menghadapi menstruasi akan mengalami kecemasan dan mengakibatkan penurunan terhadap ambang nyeri yang pada akhirnya membuat nyeri haid menjadi lebih berat dengan tingkat kronis dan akut, gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik (*Somatik*) seperti gangguan saluran pencernaan, nyeri saat haid dan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi. Remaja yang mengalami kecemasan atau stres akan terjadi peningkatan sintesis prostaglandin disertai oleh menurunnya kadar esterogen atau progesteron, kemudian terjadi kontraksi otot uterus, aliran darah uterin, iskemia uterin sehingga terjadi nyeri haid atau *Dismenorea*.

Menurut Oktavianto (2014) Kecemasan banyak dialami oleh remaja putri dengan *Dismenorea* Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan oleh Handayani dkk. (2013), dari 90 remaja *Dismenorea*, terdapat 47 orang (52,2%) mengalami kecemasan rendah dan 43 orang (47,8%) mengalami kecemasan tinggi. Seorang remaja yang mengalami kecemasan dapat mengakibatkan penurunan terhadap ambang nyeri yang pada akhirnya membuat nyeri haid menjadi lebih berat dengan tingkat kronis dan akut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Ada hubungan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Saat Menstruasi dengan Kejadian *Disminorea* PMB Wina Afiantiningtiyas, S.ST Geger Bangkalan.

Saran

Diharapkan hasil penelitian ini dapat menjadi informasi yang berguna untuk perkembangan ilmu kesehatan khususnya tentang kecemasan saat menstruasi.

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi bahan untuk penelitian lebih lanjut secara luas dan mendalam dengan menggunakan metode yang lebih baik untuk mengetahui lebih banyak mengenai faktor-faktor penyebab kecemasan. Serta dapat menjadi bahan pertimbangan untuk lebih meningkatkan pengetahuan dan keterampilan dalam bidang kesehatan selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

Anurogo Dito & Wulandari Ari, 2011. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: C.V ANDI OFFSET.

Fitriani Hemi & Rohman Riryn Yuliana, 2016, 'Pengaruh Konseling Terhadap Kecemasan Remaja Putri

yang Mengalami Menarche', *Jurnal Ilmu Keperawatan*, vol. IV, no. 2

Lestari Tri Wiji, dkk. 2011. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Berbasis Kompetensi*. Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC.

Manurung Melva & Manurung Marenta, 2019, 'Tingkat Kecemasan dan Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Dismenorea* di Yayasan Parulia 4 Porsea Kabupaten Toba Samosir', *Jurnal Keperawatan Priority* vol. 2, no. 1

Nadliroh Umi, 2013, 'Kecemasan Remaja Putri dalam Menghadapi Nyeri Haid (*Dismenorea*) pada Siswa Kelas VII di SMPN 1 Mojoanyar Kabupaten Mojekerto', *Jurnal Hospital Majapahit*, vol. 5, no. 1

Notoatmodjo, Soekidjo. 2010. *Promosi Kesehatan & Ilmu Perilaku*. Jakarta : PT Rineka Cipta.

Oktavianto Eka, 2018, 'Nyeri dan Kecemasan Berhubungan dengan Kualitas Hidup Remaja *Dismenorea*', *jurnal Health Sciences and Pharmacy*, vol. 2, no. 1

Sukmiati Eti, Khoirunnisa Marjani & Rahayu D, 2017, 'Hubungan Kecemasan Remaja Putri Kelas VII

dengan Kejadian
Dismenorea di SMPN 27
Bandung', *Jurnal
Kesehatan Aeromedika*,
vol. III, no. 1

Rahayu Septiana, 2020, 'Analisis
Kejadian *Dismenorea*
Pada Siswi Wanita di
SMAN Kelekar', *Jurnal
Masker Medika*, vol. 8,
no. 1

