



ARTIKEL RISET

URL artikel: <http://jurnal.fkm.umi.ac.id/index.php/woph/article/view/woph7217>

**FAKTOR YANG BERHUBUNGAN DENGAN KEJADIAN NYERI HAID
(*DYSMENORRHEA PRIMER*) PADA MAHASISWI FAKULTAS AGAMA ISLAM
UNIVERSITAS MUSLIM INDONESIA DALAM MERANCANG APLIKASI
*DYSMENORRHEA INSIGHTS***

^KTriya¹, Arman², Hasriwiani Habo Abbas³

^{1,2,3}Peminatan Epidemiologi, Fakultas Kesehatan Masyarakat, Universitas Muslim Indonesia

Email Penulis Korespondensi (K): triya19@gmail.com

triya19@gmail.com¹, arman@umi.ac.id², hasriwianihabo.abbas@umi.ac.id³

ABSTRAK

Dysmenorrhea primer merupakan nyeri yang terjadi sebelum atau selama menstruasi tanpa adanya kelainan patologis pada organ reproduksi. Kondisi ini dapat menimbulkan ketidaknyamanan, mengganggu konsentrasi belajar, serta memengaruhi aktivitas sehari-hari mahasiswa. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswa Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia sebagai dasar dalam perancangan aplikasi *Dysmenorrhea Insights*. Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian berjumlah 143 mahasiswa, dengan sampel sebanyak 105 responden yang diperoleh menggunakan rumus Slovin. Pengumpulan data dilakukan menggunakan kuesioner. Analisis data dilakukan secara univariat dan bivariat, kemudian hasil penelitian disajikan dalam bentuk tabel dan narasi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia menarche dengan kejadian dysmenorrhea primer ($p = 0,414$). Sementara itu, terdapat hubungan antara siklus menstruasi ($p = 0,044$), lama menstruasi ($p = 0,040$), tingkat stres ($p = 0,026$), pola makan ($p = 0,031$), dan riwayat keluarga ($p = 0,001$) dengan kejadian dysmenorrhea primer. Berdasarkan hasil penelitian, disarankan agar mahasiswa lebih memperhatikan faktor-faktor yang terbukti berhubungan dengan kejadian nyeri haid, seperti siklus menstruasi, lama menstruasi, tingkat stres, pola makan, dan riwayat keluarga, guna mengurangi risiko terjadinya dysmenorrhea primer yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan proses belajar.

Kata kunci: *dysmenorrhea primer*; usia menarche siklus menstruasi, tingkat stres, pola makan, riwayat keluarga.

Article history :

PUBLISHED BY :

Pusat Kajian dan Pengelola Jurnal
Fakultas Kesehatan Masyarakat UMI

Address :

Jl. Urip Sumoharjo Km. 5 (Kampus II UMI)
Makassar, Sulawesi Selatan.

Email :

jurnal.woph@umi.ac.id

Received : 14 Mei 2025

Received in revised form : 26 September 2025

Accepted : 5 April 2026

Available online : 30 April 2026

licensed by [Creative Commons Attribution-ShareAlike 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-sa/4.0/).



ABSTRACT

Primary dysmenorrhea is pain that occurs before or during menstruation without any pathological abnormalities in the reproductive organs. This condition can cause discomfort, disrupt learning, and affect daily activities among female students. Understanding these factors is crucial for developing effective interventions. This study aims to determine the factors associated with the occurrence of menstrual pain (primary dysmenorrhea) in female students of the Faculty of Islamic Studies, Muslim University of Indonesia, as a basis for designing the Dysmenorrhea Insights application. This study used a quantitative, cross-sectional design. The study population comprised 143 female students, and a sample of 105 respondents was obtained using the Slovin formula. Data collection was carried out using a questionnaire. Data analysis was conducted using univariate and bivariate methods, and the results are presented in tabular and narrative form. The results showed no relationship between age at menarche and the occurrence of primary dysmenorrhea ($p = 0.414$). Meanwhile, there was a relationship between menstrual cycle ($p = 0.044$), menstrual duration ($p = 0.040$), stress level ($p = 0.026$), diet ($p = 0.031$), and family history ($p = 0.001$) and the occurrence of primary dysmenorrhea. Based on the study results, it is recommended that female students pay more attention to factors proven to be associated with menstrual pain, such as menstrual cycle, duration, stress level, diet, and family history, to reduce the risk of primary dysmenorrhea, which can disrupt daily activities and learning.

Keywords : Primary dysmenorrhea; age at menarche; menstrual cycle; stress level; diet; family history.

PENDAHULUAN

Dysmenorrhea primer adalah rasa sakit saat berlangsungnya menstruasi yang dapat menimbulkan ketidaknyamanan dan mengganggu aktivitas sehari-hari. Nyeri haid terjadi karena penyempitan disritmik dari lapisan *myometrium* yang menyebabkan manifestasi, misalnya rasa sakit yang lebih ringan hingga rasa sakit yang parah. *Dysmenorrhea primer* dapat menimbulkan gejala antara lain diare, muntah, mual, emosi yang tidak stabil, dan sakit kepala. Gejala seperti ini timbul ada yang sebelum haid dan sedikit demi sedikit hilang ketika darah haid keluar, dan ada yang timbul sebelum haid dan hilang setelah menstruasi selesai.¹

Kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) banyak dianggap remaja putri sebagai hal yang biasa dirasakan pada saat menstruasi, padahal *dysmenorrhea* akut bisa mengakibatkan gangguan kesehatan lainnya dan juga gangguan psikologis, sehingga banyak remaja putri yang tidak menyadari kalau mereka sebenarnya terkena *dysmenorrhea*, karena menganggap perasaan nyeri dan kram perut yang dirasakan saat menstruasi ini merupakan hal yang biasa atau lumrah terjadi saat menstruasi.² Terdapat beberapa faktor risiko yang dapat menyebabkan nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) yaitu usia menarche, siklus menstruasi, lama menstruasi, tingkat stres, pola makan dan riwayat keluarga.³

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka *dysmenorrhea* di dunia sangat besar rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami *dysmenorrhea*. Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dysmenorrhea*, dimana 10-15% mengalami *dysmenorrhea* berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun. Di Amerika diperkirakan perempuan kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan akibat *dysmenorrhea*. *Dysmenorrhea* menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak hadir di sekolah atau perkuliahan dan tidak menjalani kegiatan sehari-hari.⁴

Di Indonesia angka kejadian *dysmenorrhea* atau nyeri haid cukup signifikan yaitu sekitar 60-70% wanita di Indonesia mengalami kondisi tersebut. Prevalensi *dysmenorrhea* atau nyeri haid di Indonesia mencapai 64,25% yang terdiri dari 54,89% mengalami *dysmenorrhea* primer dan 9,36% mengalami *dysmenorrhea* sekunder.⁵ Berdasarkan profil kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2018, angka kejadian *dysmenorrhea* cukup tinggi yaitu tingkat nyeri ringan sebesar 57,7%, nyeri sedang 38,5%, dan

nyeri berat sebesar 3,8%. Mahasiswi yang mengalami nyeri haid (*dysmenorrhea Primer*) akan mengalami gangguan konsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan sehingga membuat proses belajar mengajar terganggu, serta sulit untuk beraktivitas secara normal. *Dysmenorrhea primer* termasuk salah satu keluhan terkait menstruasi yang banyak dialami oleh wanita.⁶ Berdasarkan observasi awal yang dilakukan pada mahasiswi di Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia, di dapatkan sebagian besar mahasiswi mengalami nyeri haid pada saat menstruasi dibandingkan dengan mahasiswi yang tidak mengalami nyeri haid pada saat menstruasi.

Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada semua orang agar mau berperilaku hidup sehat dan membawa perubahan ke arah yang lebih baik. Perubahan yang dihasilkan melalui pemberian pendidikan kesehatan dipengaruhi oleh pengetahuan. Banyak cara untuk mendapatkan pengetahuan salah satunya adalah melalui media pembelajaran seperti internet, misalnya untuk mendapatkan informasi lengkap mengenai nyeri haid sangat mudah didapatkan dengan cara mencari di internet, namun dengan mengikuti perkembangan teknologi *mobile* saat ini yang begitu pesat, memungkinkan dikembangkannya sebuah aplikasi mengenai *dysmenorrhea* pada remaja yang bisa digunakan tanpa terbatas ruang dan waktu.⁷

METODE

Jenis penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Penelitian ini dilaksanakan di Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia. Populasi dalam penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia angkatan 2024 yaitu sebanyak 143 mahasiswi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *simple random sampling* dengan jumlah sampel 105 mahasiswi. Analisis yang digunakan yaitu analisis univariat dan analisis bivariat.

HASIL

Analisis Univariat

Usia

Tabel 1. Distribusi Responden Berdasarkan Usia pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Usia	n	%
17 Tahun	7	6,7
18 Tahun	73	69,5
19 Tahun	25	23,8
Total	105	100

Berdasarkan Tabel 1 diketahui bahwa responden yang paling banyak adalah responden dengan umur 18 tahun yaitu sebanyak 73 (69,5%) orang, sedangkan yang paling sedikit diperoleh pada umur 17 tahun yaitu 7 orang (6,7%).

Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primr*)

Tabel 2. Distribusi Responden Berdasarkan Kejadian Nyeri Haid pada Mahasiswi

Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Kejadian Nyeri Haid (Dysmenorrhea Primer)	n	%
Nyeri	84	80,0
Tidak Nyeri	21	20,0
Total	105	100

Berdasarkan Tabel 2 diketahui bahwa kategori tertinggi terdapat pada responden yang mengalami nyeri haid (*Dysmenorrhea Primer*) yaitu sebanyak 84 (80,0%) orang, sedangkan yang terendah yaitu kategori tidak mengalami nyeri haid (*Dysmenorrhea Primer*) yaitu 21 (20,0%) orang.

Usia Menarche

Tabel 3. Distribusi Responden Berdasarkan Usia *Menarche* pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Usia Menarche	n	%
<i>Menarche Dini</i>	37	35,2
<i>Menarche Normal</i>	38	64,8
Total	105	100

Berdasarkan Tabel 3 diketahui bahwa responden paling banyak mengalami usia *menarche* normal yaitu 68 (64,8%) orang, sedangkan yang mengalami *menarche* dini yaitu sebanyak 37 (35,2%) orang.

Siklus Menstruasi

Tabel 4. Distribusi Responden Berdasarkan Siklus Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Siklus Menstruasi	n	%
<i>Oligomenorea</i>	43	41,0
<i>Polimenorea</i>	30	28,6
Normal	32	30,5
Total	105	100

Berdasarkan Tabel 4 diketahui bahwa yang tertinggi yaitu pada mahasiswi yang mengalami *oligomenorea* yakni sebanyak 43 (41,0%) orang, dan terendah yaitu yang mengalami *polimenorea* yakni 30 (28,6%) orang.

Lama Menstruasi

Tabel 5. Distribusi Responden Berdasarkan Lama Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Lama Menstruasi	n	%
<i>Hipermenorea</i>	49	46,7
<i>Hipomenorea</i>	26	24,8
Normal	30	28,6
Total	105	100

Berdasarkan Tabel 5 diketahui bahwa yang tertinggi yaitu pada mahasiswi yang mengalami *hipermenorea* yakni sebanyak 49 (46,7%) orang, dan terendah yaitu yang mengalami *hipomenorea* yakni 26 (24,8%) orang.

Tingkat Stres

Tabel 6. Distribusi Responden Berdasarkan Tingkat Stres pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Tingkat Stres	n	%
Sedang	35	33,3
Ringan	30	28,6
Normal	40	38,1
Total	105	100

Berdasarkan Tabel 6 diketahui bahwa yang paling banyak dialami oleh responden yaitu tingkat stres normal yakni sebanyak 40 (38,1%) orang, dan paling sedikit yaitu dengan tingkat stres ringan yakni 30 (28,6%) orang.

Pola Makan

Tabel 7. Distribusi Responden Berdasarkan Pola Makan pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Pola Makan	n	%
Tidak Teratur	57	54,3
Teratur	48	45,7
Total	105	100

Berdasarkan Tabel 7 diketahui bahwa yang tertinggi yaitu responden dengan pola makan tidak teratur yakni sebanyak 57 (54,3%) orang, dan yang terendah yaitu responden dengan pola makan teratur yakni 48 (45,7%) orang.

Riwayat Keluarga

Tabel 8. Distribusi Responden Berdasarkan Riwayat Keluarga pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Riwayat Keluarga	n	%
Ada	58	55,2
Tidak Ada	47	44,8
Total	105	100

Berdasarkan Tabel 8 diketahui bahwa yang memiliki riwayat keluarga dengan kejadian nyeri haid yaitu sebanyak 58 (55,2%) orang, sedangkan yang tidak memiliki riwayat keluarga dengan kejadian nyeri haid yaitu sebanyak 47 (44,8%) orang.

Analisis Bivariat

Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*)**Tabel 9.** Hubungan Usia *Menarche* dengan Kejadian Nyeri Haid pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Usia <i>Menarche</i>	Kejadian Nyeri Haid (<i>Dysmenorrhea Primer</i>)				Total	P Value
	Nyeri		Tidak Nyeri			
	n	%	n	%	N	
<i>Menarche</i> Dini	28	75,7	9	24,3	37	100,0
<i>Menarche</i> Normal	56	82,4	12	17,6	68	100,0
Total	84	80,0	21	20,0	105	100,0

Berdasarkan Tabel 9 diketahui bahwa 37 (100%) orang yang mengalami *menarche* dini terdiri atas 28 (75,7%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 9 (24,3%) orang yang tidak mengalaminya. Sementara itu, 68 (100%) orang yang usia *menarchenya* normal terdiri atas 56 (82,4%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 12 (17,6%) orang yang tidak mengalami nyeri haid.

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* yaitu $0,414 > 0,05$, artinya tidak ada hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.

Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*)**Tabel 10.** Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Nyeri Haid pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Siklus Menstruasi	Kejadian Nyeri Haid (<i>Dysmenorrhea Primer</i>)				Total	P Value
	Nyeri		Tidak Nyeri			
	n	%	n	%	n	
<i>Oligomenorea</i>	38	88,4	5	11,6	43	100,0
<i>Polimenorea</i>	25	83,3	5	16,7	30	100,0
Normal	21	65,6	11	34,4	32	100,0
Total	84	80,0	21	20,0	105	100,0

Berdasarkan Tabel 10 diketahui bahwa 43 (100%) orang yang mengalami *oligomenorea* terdiri atas 38 (88,4%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 5 (11,6%) orang yang tidak mengalaminya. Kemudian sebanyak 30 (100%) orang yang mengalami *polimenorea* terdiri atas 25 (83,3%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 5 (15,7) orang yang tidak mengalami nyeri haid. Sementara itu, 32 (100%) orang pada kelompok dengan siklus menstruasi normal terdapat 21 (65,6%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 11 (34,4%) orang yang tidak mengalami nyeri haid.

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* yaitu $0,044 < 0,05$, artinya ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.

Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*)

Tabel 11. Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Nyeri Haid pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Lama Menstruasi	Kejadian Nyeri Haid (<i>Dysmenorrhea Primer</i>)				Total		P Value
	Nyeri		Tidak Nyeri		N	%	
	n	%	n	%			
<i>Hipermenorea</i>	44	89,8	5	10,2	49	100,0	0,040
<i>Hipomenorea</i>	20	76,9	6	23,1	26	100,0	
Normal	20	66,7	10	33,3	30	100,0	
Total	84	80,0	21	20,0	105	100,0	

Berdasarkan Tabel 11 diketahui bahwa 49 (100%) orang yang mengalami *hipermenorea* terdiri atas 44 (89,8%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 5 (10,2%) orang yang tidak mengalaminya. Kemudian sebanyak 26 (100%) orang yang mengalami *hipomenorea* terdiri atas 20 (76,9%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 6 (23,1%) orang yang tidak mengalami nyeri haid. Sementara itu, 30 (100%) orang pada kelompok dengan lama menstruasi normal terdapat 20 (66,7%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 10 (33,3%) orang yang tidak mengalaminya.

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* yaitu $0,040 < 0,05$, artinya ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*)

Tabel 12. Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Nyeri Haid pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Tingkat Stres	Kejadian Nyeri Haid (<i>Dysmenorrhea Primer</i>)				Total		P Value
	Nyeri		Tidak Nyeri		N	%	
	n	%	n	%			
Sedang	30	85,7	5	14,3	35	100,0	0,026
Ringan	19	63,3	11	36,7	30	100,0	
Normal	35	87,5	5	12,5	40	100,0	
Total	84	80,0	21	20,0	105	100,0	

Berdasarkan Tabel 12 diketahui bahwa 35 (100%) orang dengan tingkat stres sedang terdiri atas 30 (85,7%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 5 (14,3%) orang yang tidak mengalaminya. Kemudian sebanyak 30 (100%) orang dengan tingkat stres ringan terdiri atas 19 (63,3%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 11 (36,7%) orang yang tidak mengalami nyeri haid. Sementara itu, 40 (100%) orang dengan tingkat stres normal terdapat 35 (87,5%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 5 (12,5%) orang yang tidak mengalaminya.

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* yaitu $0,026 < 0,05$, artinya ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*)

Tabel 13. Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Nyeri Haid pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Pola Makan	Kejadian Nyeri Haid (<i>Dysmenorrhea Primer</i>)				Total		P Value
	Nyeri		Tidak Nyeri		N	%	
	n	%	n	%			
Tidak Teratur	50	87,7	7	12,3	57	100,0	0,031
Teratur	34	70,8	14	29,2	48	100,0	
Total	84	80,0	21	20,0	105	100,0	

Berdasarkan Tabel 13 diketahui bahwa 57 (100%) orang dengan pola makan tidak teratur terdiri atas 50 (87,7%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 7 (12,3%) orang yang tidak mengalaminya. Sementara itu, 48 (100%) orang dengan pola makan teratur terdiri atas 34 (70,8%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 14 (29,2%) orang yang tidak mengalami nyeri haid.

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* yaitu $0,031 < 0,05$, artinya ada hubungan antara pola makan dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.

Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*)

Tabel 14. Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Nyeri Haid pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Riwayat Keluarga	Kejadian Nyeri Haid (<i>Dysmenorrhea Primer</i>)				Total		P Value
	Nyeri		Tidak Nyeri		N	%	
	n	%	n	%			
Ada	53	91,4	5	8,6	58	100,0	0,001
Tidak Ada	31	66,0	16	34,0	47	100,0	
Total	84	80,0	21	20,0	105	100,0	

Berdasarkan Tabel 14 diketahui bahwa 58 (100%) orang yang memiliki riwayat keluarga dengan kejadian nyeri haid terdiri atas 53 (91,4%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 5 (8,6%) orang yang tidak mengalaminya. Sementara itu, 47 (100%) orang yang tidak memiliki riwayat keluarga dengan kejadian nyeri haid terdiri atas 31 (66,0%) orang yang mengalami nyeri haid, dan 16 (34,0%) orang yang tidak mengalami nyeri haid.

Hasil uji statistik menggunakan uji *chi-square* didapatkan nilai *p value* yaitu $0,001 < 0,05$, artinya ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia.

PEMBAHASAN

Karakteristik Responden Berdasarkan Usia

Jumlah persentase paling besar pada karakteristik usia mahasiswi yaitu pada usia 18 tahun. Pada kelompok usia 18 tahun yaitu sebanyak 73 (69,5%) orang, kemudian usia 19 tahun 25 (23,8%) orang, dan usia responden yang paling sedikit yaitu usia 17 tahun yaitu 7 (6,7%) orang.

Batasan usia sendiri terdiri dari tiga fase, yaitu remaja awal (10-13 tahun), remaja menengah (14-17 tahun) dan remaja akhir (18-21 tahun). Pada periode ini terjadi pertumbuhan yang cepat, yang

ditandai dengan perubahan fisik, psikis dan perkembangan organ-organ reproduksi. Pada masa perkembangan reproduksi disebut dengan masa pubertas, pubertas ditandai dengan permulaan menstruasi.⁸

Hubungan Usia Menarche dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*) pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Usia *menarche* adalah usia dimana seorang wanita mengalami menstruasi pertama untuk pertama kalinya. Usia *menarche* yang terlalu cepat dapat menimbulkan keresahan karena secara mental belum siap.⁹ Usia *menarche* di usia yang lebih awal dapat menyebabkan alat-alat reproduksi belum siap atau belum dapat berfungsi dengan optimal untuk mengalami perubahan-perubahan sehingga dapat menimbulkan nyeri pada saat menstruasi berlangsung. Usia *menarche* yang terbilang cepat yaitu usia kurang dari 12 tahun, dapat lebih berisiko dengan terjadinya keluhan *dysmenorrhea primer*.¹

Usia *menarche* yang terjadi pada usia <12 tahun merupakan usia yang tergolong dini atau terlalu cepat. Usia *menarche* yang lebih dini <12 tahun menyebabkan organ reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan sehingga menimbulkan nyeri saat menstruasi. Usia *menarche* tidak pasti atau bervariasi pada setiap wanita, kejadian *dysmenorrhea primer* membawa dampak yang cukup besar seperti menurunnya konsentrasi dan motivasi belajar pada individu.¹⁰

Pada penelitian ini diperoleh nilai *p value* yaitu $0,414 > 0,05$, artinya tidak ada hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Juwita, 2023) yang menyatakan *p value* = $0,194 > 0,05$, artinya tidak terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian *dysmenorrhea primer*. Pada penelitian tersebut dikatakan bahwa tingkat nyeri *dysmenorrhea primer* yang dialami oleh responden tidak bergantung oleh usia *menarche*, namun bisa terjadi karena hormon prostaglandin yang dimiliki oleh remaja. Meningkatnya produksi hormon prostaglandin pada remaja merupakan stimulant timbulnya kontraksi yang kuat di *myometrium* serta dapat memiliki efek terjadinya vasokonstriksi pada pembuluh darah.¹¹

Diketahui pula penelitian lain yang sejalan dengan penelitian ini yaitu penelitian yang dilakukan oleh (Hidayat et al.,) yang menyatakan *p value* = $0,576$ sehingga (*p value* > $0,05$) maka dapat diartikan bahwa tidak terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian *dysmenorrhea primer*.¹²

Hubungan Siklus Menstruasi dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*) pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Siklus menstruasi adalah perputaran menstruasi pada seorang wanita. Lebih jelasnya, siklus menstruasi adalah perputaran menstruasi yang terjadi setiap bulan pada wanita, kecuali wanita tersebut hamil.¹³ Siklus menstruasi pada perempuan normalnya berkisar 21-35 hari, dan 10-15% yang memiliki siklus menstruasi 28 hari. Perhitungan dalam satu siklus adalah pendarahan dimulai dari hari pertama yang kemudian dihitung sampai dengan hari terakhir yaitu satu hari sebelum pendarahan menstruasi berikutnya dimulai.¹⁴

Pada penelitian ini diperoleh nilai *p value* yaitu $0,044 < 0,05$, artinya ada hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam

Universitas Muslim Indonesia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Hikma et al., 2021) didapatkan nilai $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$, yang berarti terdapat hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian *dysmenorrhea primer*. Siklus menstruasi tersebut dikaitkan dengan ketidakseimbangan hormon prostaglandin di awal menstruasi sehingga menimbulkan kontraksi yang begitu kuat dan sering terjadi pada otot uterus yang dapat menyebabkan terjadinya *dysmenorrhea primer*.¹⁵

Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Wardani et al., 2021) yang menyatakan $p\text{ value} = 0,000 < 0,05$ artinya terdapat hubungan antara siklus menstruasi dengan kejadian *dysmenorrhea primer*. Dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari (ada pula setiap 21-35 hari) yaitu pada hari 1-14 terjadi pertumbuhan dan perkembangan folikel primer yang dirangsang oleh hormon FSH. Gangguan perdarahan menstruasi dapat menimbulkan resiko patologis apabila dihubungkan dengan banyaknya kehilangan darah, mengganggu aktivitas sehari-hari, adanya indikasi inkompatibel ovarium pada saat konsepsi atau adanya tanda-tanda kanker.¹³

Hubungan Lama Menstruasi dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*) pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Lama menstruasi ialah jumlah hari saat keluarnya darah, pada saat awal menstruasi sampai dengan selesainya menstruasi.¹ Lama menstruasi ada yang disebut dengan *hipomenorea* jika lama menstruasinya < 3 hari, normal jika lama menstruasinya 3-7 hari, dan dikatakan *hipermenorea* jika lama menstruasinya > 7 hari. Lama menstruasi normal adalah 3-7 hari, bila menstruasi terjadi lebih lama mengakibatkan uterus lebih sering berkontraksi dan semakin banyak prostaglandin yang dikeluarkan.⁴

Pada penelitian ini diperoleh nilai $p\text{ value}$ yaitu $0,040 < 0,05$, artinya ada hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia. Yang mana hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2023) yang menyatakan $p\text{ value} = 0,028 < 0,05$ artinya terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian *dysmenorrhea primer*. Dalam penelitian tersebut disebutkan bahwa wanita yang mengalami menstruasi lebih lama dari menstruasi normal akan mengalami nyeri ketika menstruasi. Hal ini dikarenakan kontraksi otot uterus yang berlebihan dalam fase sekresi sehingga produksi hormon prostaglandin menjadi berlebih.³

Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian yang dilakukan oleh (Horman et al., 2021) yang menyatakan bahwa $p\text{ value} = 0,003 < 0,05$, yang artinya terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian *dysmenorrhea primer*. Semakin lama menstruasi terjadi, maka semakin sering uterus berkontraksi, akibatnya semakin banyak pula prostaglandin yang dikeluarkan. Akibat produksi prostaglandin yang berlebihan, maka timbul rasa nyeri. Selain itu, kontraksi uterus yang terus menerus juga menyebabkan *supply* darah ke uterus berhenti sementara, sehingga terjadilah *dysmenorrhea primer*.¹⁶

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*) pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Stres adalah respon tubuh terhadap tekanan, baik internal maupun eksternal. Stres dapat memicu pengeluaran hormon dan peptida yang akan memperbanyak terbentuknya prostaglandin, hal ini dapat

merangsang kontraksi otot uterus yang menyebabkan nyeri pada saat menstruasi. Wanita yang mengalami *dysmenorrhea primer* biasanya akan terganggu kenyamanannya dalam melakukan aktivitas sehari-hari dikarenakan nyeri yang dialami. Oleh sebab itu, pentingnya untuk mengontrol stres yang dialami.¹⁷

Pada penelitian ini diperoleh nilai *p value* yaitu $0,026 < 0,05$, artinya ada hubungan antara tingkat stres dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Asriyani et al., 2022) yang menyatakan bahwa *p value* = $0,001 < 0,05$, artinya terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian *dysmenorrhea primer*. Penyebab terjadinya *dysmenorrhea primer* adalah meningkatnya produksi prostaglandin di endometrium yang memiliki efek vasokonstriksi dan menimbulkan rasa nyeri.⁹

Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian lain yang dilakukan oleh (Shintya & Tandungann, 2023) yang menyatakan bahwa *p value* = $0,000 < 0,05$ artinya terdapat hubungan antara tingkat stres dengan kejadian *dysmenorrhea primer*. Hal ini disebabkan karena pada saat seseorang mengalami stres tubuh akan meningkatkan sekresi kortisol adrenal yang dapat mengganggu pelepasan hormon progesteron. Jika pelepasan hormon progesteron terganggu maka sintesis prostaglandin akan meningkat yang akan mempengaruhi kontraksi otot uterus, kontraksi uterus yang berlebihan akan menyebabkan nyeri atau kram pada perut.¹⁷

Hubungan Pola Makan dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*) pada Mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Pola makan adalah kebiasaan atau cara seseorang dalam memilih, mengonsumsi, dan mengatur makanan sehari-hari. Pola makan adalah susunan jenis serta jumlah pangan yang dikonsumsi oleh seseorang pada waktu tertentu. Rentang nilai pola makan seseorang didasari atas dasar jadwal makanan lengkap (*full meat*) dan makan selingan (*snack*). Makanan lengkap biasanya dilakukan tiga kali sehari (makan pagi, makan siang, dan makan malam), sedangkan makanan selingan biasa diberikan antara makan pagi dan makan siang dan antara makan malam.¹⁸

Pada penelitian ini diperoleh nilai *p value* yaitu $0,031 < 0,05$, artinya ada hubungan antara pola makan dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Zen et al., 2024) yang menyatakan *p value* = $0,005 < 0,05$, artinya terdapat hubungan antara pola makan dengan kejadian *dysmenorrhea primer*. Pola kebiasaan makan yang buruk, seperti mengonsumsi makanan cepat saji. Hal tersebut sangat memicu terjadinya nyeri haid (*dysmenorrhea primer*).¹⁹

Hasil penelitian ini juga didukung dengan penelitian lain yang dilakukan oleh (Fauziyah et al., 2024) yang menyatakan bahwa ada hubungan antara pola makan dengan kejadian *dysmenorrhea primer*, dimana didapatkan *p value* = $0,002 < 0,05$. Dalam penelitian tersebut menyatakan bahwa pola makan yang tidak baik sering mengakibatkan terjadinya *dysmenorrhea primer* dibandingkan dengan pola makan yang baik. Hal ini menunjukkan bahwa pentingnya pola makan yang baik dan benar untuk mengurangi rasa *dysmenorrhea* pada saat menstruasi sedang berlangsung.²⁰

Hubungan Riwayat Keluarga dengan Kejadian Nyeri Haid (*Dysmenorrhea Primer*) pada Mahasiswi

Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia

Riwayat keluarga diartikan sebagai faktor-faktor genetik dan riwayat penyakit dalam keluarga yang mengidentifikasi seseorang dengan risiko lebih tinggi untuk mengalami suatu penyakit.²¹ Riwayat penyakit pada keluarga merupakan riwayat medis pada keluarga atau saudara yang mempunyai hubungan darah. Sebagian besar ada kesamaan dalam kondisi fisik pada keluarga, dan terdapat genetik dan riwayat keluarga yang memiliki keterkaitan terhadap kejadian *dysmenorrhea primer*. Riwayat keluarga adalah salah satu faktor risiko dari kejadian *dysmenorrhea*, karena secara fisiologi dan anatomi seseorang secara umum sama dengan orang tuanya atau dengan keturunannya.¹

Pada penelitian ini diperoleh nilai *p value* yaitu $0,001 < 0,05$, artinya ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Sari et al., 2023) yang menyatakan *p value* = $0,003 < 0,05$, artinya terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian *dysmenorrhea primer*. wanita yang memiliki riwayat *dysmenorrhea primer* pada keluarganya memiliki prevalensi yang lebih besar untuk terjadinya *dysmenorrhea primer*. Anak dari ibu yang memiliki masalah menstruasi akan mengalami menstruasi yang tidak menyenangkan, ini merupakan alasan yang dapat dihubungkan terhadap tingkah laku yang dipelajari dari ibu. Alasan riwayat keluarga merupakan faktor risiko *dysmenorrhea primer* yaitu dihubungkan dengan kondisi seperti endometriosis.³

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian (Septiyani & Simamora, 2022), berdasarkan hasil uji *chi-square* menunjukkan bahwa ada hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian *dysmenorrhea primer* dengan *p value* = $0,000 < 0,05$. Hal ini disebabkan karena riwayat keluarga mempunyai kontribusi besar untuk terjadinya *dysmenorrhea primer*, karena adanya faktor genetik yang dapat memengaruhi keadaan wanita.²¹

KESIMPULAN DAN SARAN

Tidak terdapat hubungan antara usia *menarche* dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia. Berbeda dengan siklus menstruasi, lama menstruasi, tingkat stres, pola makan, dan riwayat keluarga, yang terdapat hubungan dengan kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea primer*) pada mahasiswi Fakultas Agama Islam Universitas Muslim Indonesia. Diharapkan mahasiswi lebih memperhatikan faktor-faktor yang terbukti berhubungan dengan kejadian nyeri haid, seperti menjaga pola makan yang sehat, mengelola stres dengan baik, serta mencatat siklus dan durasi atau lama menstruasi secara rutin. Hal ini penting untuk membantu mengantisipasi dan mengelola nyeri haid agar tidak mengganggu aktivitas sehari-hari.

DAFTAR PUSTAKA

1. Dwimisti LP, Adiwiryono RM, Trimawartinah. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Keluhan Dismenore Primer pada Remaja Siswi SMK Kesehatan Mulia Karya Husada Jakarta Selatan Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Al-Irsyad*. 2024;17(1):61–75.
2. Sari TM, Suprida, Amalia R, Yunola S. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Dismenore pada

- Remaja Putri di MAN 1 OGAN KOMERING ULU Tahun 2021. *Jurnal Ilmu Kesehatan UMC*. 2022;11(1):42–51.
3. Sari TM, Suprida, Amalia R, Yunola S. Faktor - Faktor yang Berhubungan dengan Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*. 2023;8(2):219–31.
 4. Mouliza N. Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di MTS Negeri 3 Medan Tahun 2019. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*. 2020;20(2):545. doi:10.33087/jiubj.v20i2.912
 5. Oktami AT, Septiwiarsi, Andini RF. Hubungan Status Gizi dan Pola Makan dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri. *Jurnal Kesehatan Bhakti Husada*. 2023;09(02):17–26. doi:https://e-journal.akperakbid-bhaktihusada.ac.id/index.php/jurnal/article/download/182/117/
 6. Munir R, Lestari F, Zakiah L, Kusmiati M, Anggun A, Dhea A, et al. Analisa Faktor Yang Mempengaruhi Nyeri Haid (Dismenorhea) Pada Mahasiswa Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor. *Detector: Jurnal Inovasi Riset Ilmu Kesehatan*. 2024;2(1):62–70.
 7. Kurnia H, Suptiani LP. Rancangan Aplikasi Berbasis Android “Menstruasi Sehat” dalam Mengatasi Dismenorhoe pada Remaja Puteri di masa Pandemic Covid-19. *Media Informasi*. 2022;18(2):170–8. doi:10.37160/bmi.v18i2.119
 8. Artawan IP, IKetut Alit Adianta IkAA, Ida Ayu Manik Damayanti IAMD. Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat Iv Itokes Bali Tahun 2022. *Jurnal Riset Kesehatan Nasional*. 2022;6(2):94–9. doi:10.37294/jrkn.v6i2.412
 9. Asriyani I, Ilmi AF, Fahriati AR. Hubungan Stres dan Usia Menarche dengan Kejadian Dismenorea pada Remaja MTsN 1 Kota Tangerang Selatan. *Frame of Health Journal*. 2022;1(2):115–23.
 10. Melliniawati T, Kirana MC, Aenia D, Alfiani RR, Nurzakiah A, Nasution AS. Pengaruh Usia Menarche Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Kelas 3 SMP di Pondok Pesantren X Depok. *Jurnal Bidan Pintar*. 2021;2(2):284–95. doi:10.30737/jubitar.v2i2.1957
 11. Juwita L. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Tingkat Nyeri Dismenorea a Primer Pada Remaja Putri. *JPK : Jurnal Penelitian Kesehatan*. 2023;13(2):33–43. doi:10.54040/jpk.v13i2.242
 12. Hidayat HA, Putri PMS, Adi S, Redjeki ES. Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi SMA Negeri 7 Malang. *Sport Science and Health*. 2024 Aug 29;6(8):909–19. doi:10.17977/um062v6i82024p909-919
 13. Wardani PK, Fitriana F, Casmi SC. Hubungan Siklus Menstruasi dan Usia Menarche dengan Dismenor Primer pada Siswi Kelas X. *Jurnal Ilmu Kesehatan Indonesia (JIKSI)*. 2021;2(1):1–10. doi:10.57084/jiksi.v2i1.414
 14. Arma U, Bakar A, Yosmiryanti M. Hubungan Siklus Menstruasi dengan Stomatitis Aftosa Rekuren. *Padjadjaran Journal of Dental Researchers and Students*. 2023;7(1):75–81. doi:10.24198/pjdrs.v7i1.45586
 15. Hikma YA, Yunus Moch, Hapsari A. Hubungan Siklus Menstruasi, Kualitas Tidur, dan Status Gizi, Terhadap Dismenore Primer pada Remaja Putri. *Sport Science and Health*. 2021;3(8):630–41. doi:10.17977/um062v3i82021p630-641
 16. Horman N, Manoppo J, Meo LN. Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Puteri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Keperawatan*. 2021;9(1):38. doi:10.35790/jkp.v9i1.36767
 17. Shintya LA, Tandungan ST. Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Dismenorea Pada

-
- Mahasiswa Universitas Klabat. Klabat Journal of Nursing. 2023;5(1):1–9. doi:10.37771/kjn.v5i1.886
18. Azzahra F, Ambarwati D, Pangesti WD. Pengaruh Pola Makan terhadap Kejadian Dismenore pada Remaja. *Jurnal Riset Kesehatan Masyarakat*. 2023;3(2):87–95. doi:10.14710/jrkm.2023.18722
 19. Zen SH, Sari IP, Idriani, Anggraini D. Hubungan Pola Makan Dengan Dismenorea Primer Pada Remaja Awal Di SMP Global Insani School Bogor. 2024;1–9.
 20. Fauziah S, Jaya D, Purnamasari ERW. Hubungan Pola Makan Dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Smk Kesehatan Annisa 3 Citeureup Tahun 2023. *Jurnal Pendidikan dan Pengajaran*. 2024;2(4):25–34.
 21. Septiyani T, Simamora S. Riwayat Keluarga , Aktivitas Fisik dan Pola Makan terhadap Kejadian Dismenorea Primer pada Wanita. *Journal of Agri-food, Nutrition and Public Health*. 2022;2(2):88–96.