

## Hubungan Kejadian Dismenorea Primer dengan Kualitas Tidur pada Remaja Putri

Nadia Wulandari<sup>1</sup> Bayhakki<sup>2</sup> Hellena Deli<sup>3</sup>

Program Studi Ilmu Keperawatan, Fakultas Keperawatan, Universitas Riau, Kota Pekanbaru, Provinsi Riau, Indonesia<sup>1,2,3</sup>

Email: [nadia.wulandari0456@student.unri.ac.id](mailto:nadia.wulandari0456@student.unri.ac.id)<sup>1</sup> [ba\\_i\\_hq@yahoo.com](mailto:ba_i_hq@yahoo.com)<sup>2</sup>  
[hellenadeli.hd@gmail.com](mailto:hellenadeli.hd@gmail.com)<sup>3</sup>

### Abstrak

**Pendahuluan:** Dismenorea merupakan rasa sakit yang terjadi diperut bagian bawah yang terjadi pada saat tidur dan berhubungan dengan kualitas tidur dimana itu terdiri dari seberapa lama seseorang membutuhkan waktu sampai tertidur (latensi), lamanya waktu tidur (durasi), dan komponen lain yang sifatnya variatif. Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan kejadian dismenore primer dengan kualitas tidur pada remaja putri. **Metode:** Penelitian ini menggunakan desain deskriptif dengan pendekatan *cross sectional*. Sampel penelitian adalah 194 orang mahasiswi keperawatan yang diambil berdasarkan kriteria inklusi menggunakan teknik *puposive sampling*. Alat pengumpul data yang digunakan adalah kuesioner dan analisis yang digunakan yaitu analisis bivariat dengan menggunakan uji *spearman rank*. **Hasil:** Kejadian dismenore yang terbanyak adalah kategori berat berjumlah 92 orang (47,4%) dan 179 responden (92,3%) menunjukkan kualitas tidur buruk. Hasil uji statistik menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kejadian dismenore primer dengan kualitas tidur ( $p\text{ value } 0,021 < \alpha (0,05)$ ). **Kesimpulan:** Penelitian menunjukkan hasil dimana terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian dismenore primer dengan kualitas tidur mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau pada angkatan 2022 dan angkatan 2023.

**Kata Kunci:** Dismenore primer, Kualitas Tidur, Remaja Putri



This work is licensed under a [Creative Commons Attribution-NonCommercial 4.0 International License](https://creativecommons.org/licenses/by-nc/4.0/).

### PENDAHULUAN

Pemahaman tentang perkembangan tubuh wanita menjadi hal yang harus dimiliki oleh setiap orang. Banyak remaja putri yang belum percaya jika mereka sudah mengalami menstruasi dan dismenorea yang akan mempengaruhi aktivitas mereka. Kebanyakan remaja putri mengalami ketidaknyamanan dan kesulitan selama siklus menstruasi mereka (Yusuf dkk, 2019). Permasalahan ginekologi yang ditandai dengan nyeri saat menstruasi disebut Dismenorea. Diperkirakan 140 juta remaja putri setiap jamnya tidak masuk sekolah maupun melakukan pekerjaan dikarenakan mengalami dismenorea (Hailemeskel dkk, 2016). Aliran darah ke uterus akan mengalami penurunan dan menyebabkan suplai oksigen tidak cukup kedalam pembuluh darah sehingga meningkatkan intensitas nyeri. Dismenorea dikategorikan menjadi dua jenis yaitu dismenorea primer dan sekunder. Dismenorea primer adalah nyeri saat menstruasi yang bukan disebabkan oleh kelainan pada alat kelamin, muncul sebelum atau selama menstruasi dan berlangsung beberapa jam. Sedangkan dismenorea sekunder diartikan sebagai nyeri haid yang berhubungan dengan kelainan pada organ genital (Azzulfa dkk, 2019). Dampak dari kejadian dismenorea primer oleh remaja putri dapat menimbulkan ketidaknyamanan baik saat beraktivitas maupun saat beristirahat sehingga dapat mempengaruhi kualitas tidur. Remaja putri merupakan kelompok yang paling rentan mengalami gangguan tidur. Ini disebabkan oleh perubahan drastis dalam pola tidur remaja, seperti berkurangnya jumlah waktu yang dihabiskan untuk tidur, penundaan waktu tidur, dan peningkatan perbedaan antara ketika mereka tidur di hari kerja dan akhir pekan. Kebiasaan

buruk dan baik tidur seseorang disebut dengan kualitas tidur. Kualitas tidur pada remaja putri yang buruk dapat dipengaruhi oleh intensitas nyeri yang dirasakan saat mengalami dismenorea primer. Dismenorea primer merupakan salah satu faktor yang dapat mempengaruhi kualitas tidur seseorang, karena nyeri pada saat menstruasi dapat menyebabkan kualitas tidur yang buruk. Seperti yang kita ketahui, mahasiswi yang mengalami menstruasi memiliki banyak kegiatan akademik dan non akademik, sehingga subjek penelitian ini adalah mahasiswi pada Angkatan 2022 dan Angkatan 2023 dikarenakan pada angkatan tersebut termasuk pada rentang umur remaja putri. Mahasiswi harus berpartisipasi dalam kegiatan belajar aktif dan lainnya tentu akan membutuhkan banyak energi untuk memaksimalkan kegiatan yang mereka jalani. Ini akan membutuhkan tidur yang baik, istirahat yang cukup, dan tidur yang cukup. Karena ketika ketiga syarat tersebut tidak terpenuhi, semua kegiatan tidak dapat dilakukan dengan baik atau sepenuhnya. Dismenorea mempunyai dampak yang cukup besar terhadap kehidupan remaja putri karena dapat mengakibatkan ketidakhadiran dan tidak dapat melakukan aktivitas sementara. Maka dari itu, diperlukan pengkajian lebih dalam mengenai “Hubungan Kejadian Dismenorea Primer dengan Kualitas Tidur pada Remaja Putri”.

### METODE PENELITIAN

Desain penelitian yang digunakan adalah deskriptif korelasi. Populasi dari penelitian ini adalah mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau dengan rentang umur 17-20 tahun yang merupakan Angkatan A 2022 sampai A 2023 dengan total keseluruhan 397 orang karena pada angkatan tersebut sesuai dengan rentang umur remaja putri. Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dengan menggunakan *nonprobability sampling* dengan teknik *purposive sampling*. Jumlah populasi pada penelitian ini adalah 397 orang, sehingga besar sampel pada penelitian ini dapat dihitung menggunakan rumus slovin:

$$n = \frac{N}{1 + N(d^2)}$$

Keterangan :

n= Jumlah sampel

N= Jumlah populasi

d= Tingkat kepercayaan atau ketetapan yang diinginkan (d=0,05)

$$\text{Jumlah sampel } (n) = \frac{376}{1 + 376(0.05)^2} = 194$$

Dari data diatas diperoleh jumlah sampel sebanyak 194 orang. Sampel dibagi tiap dengan

$\frac{\text{Jumlah mahasiswi setiap angkatan}}{\text{Jumlah total mahasiswi}} \times \text{Sample yang dibutuhkan}$

$$A 2022 = \frac{154}{376} \times 194 = 79 \text{ orang}$$

$$A 2023 = \frac{222}{376} \times 194 = 115 \text{ orang}$$

**Tabel 1. Jumlah Responden Perkelas**

| Kelas    | Perhitungan                        | Jumlah Sampel |
|----------|------------------------------------|---------------|
| A 2022 1 | $\frac{48}{154} \times 79 = 24,6$  | 25 orang      |
| A 2022 2 | $\frac{54}{154} \times 79 = 27,7$  | 28 orang      |
| A 2022 3 | $\frac{52}{154} \times 79 = 26,6$  | 27 orang      |
| A 2023 1 | $\frac{76}{222} \times 115 = 39,3$ | 39 orang      |

|          |                                    |           |
|----------|------------------------------------|-----------|
| A 2023 2 | $\frac{75}{222} \times 115 = 38,8$ | 39 orang  |
| A 2023 3 | $\frac{71}{222} \times 115 = 36,4$ | 36 orang  |
| Total    |                                    | 194 orang |

## HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

### Analisis Univariat

Karakteristik responden pada penelitian menjabarkan distribusi frekuensi meliputi umur, angkatan, skala nyeri dan gambaran kualitas tidur.

### Usia

**Tabel 2. Distribusi Karakteristik Responden**

| Karakteristikresponden | Frekuensi<br>(f) | Persentase<br>(%) |
|------------------------|------------------|-------------------|
| <b>Umur</b>            |                  |                   |
| 18 tahun               | 34               | 17,5              |
| 19 tahun               | 104              | 53,6              |
| 20 tahun               | 56               | 28,9              |
| <b>Angkatan</b>        |                  |                   |
| A2022. 1               | 25               | 12,9              |
| A2022. 2               | 28               | 14,4              |
| A2022. 3               | 27               | 13,9              |
| A2023.1                | 39               | 20,1              |
| A 2023. 2              | 39               | 20,1              |
| A 2023. 3              | 36               | 18,6              |
| Jumlah                 | 194              | 100               |

Berdasarkan tabel diatas bahwa distribusi responden berdasarkan usia menunjukkan sebagian besar adalah 19 tahun sebanyak 104 responden (53,6%). Sedangkan responden sebagian besar dari A 2023 dengan kelas A1 sebanyak 39 responden (20,1%), A2 sebanyak 39 responden (20,1%), A3 sebanyak 36 responden (18,6%).

### Gambaran Skala Nyeri Dismenorea Primer

Pada penelitian ini, gambaran skala nyeri dismenore primer pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau dikelompokkan menjadi 4 yaitu tidak merasa nyeri ringan ( skor 1-3), sedang (skor 4-6), berat ( skor 7-9) dan berat sekali ( skor 10). Distribusi responden berdasarkan kategori skala nyeri dismenore primer dijelaskan pada tabel 4.2 berikut ini:

**Tabel 3. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Gambaran Skala Nyeri Dismenorea Primer**

| Skala Nyeri Dismenorea Primer | Frekuensi<br>(f) | Persentase<br>(%) |
|-------------------------------|------------------|-------------------|
| Ringan                        | 19               | 9,8               |
| Sedang Berat                  | 70               | 36,1              |
| Berat Sekali                  | 92               | 47,4              |
|                               | 13               | 6,7               |
| Jumlah                        | 194              | 100               |

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada 194 responden menunjukkan hasil bahwa skala nyeri dismenore primer pada mahasiswi adalah ringan berjumlah 19 orang (9,8%), sedang berjumlah 70 orang (36.1%), berat berjumlah 92 orang (47,4%), dan berat sekali berjumlah 13 orang (13%).

### Gambaran Hasil Kualitas Tidur Mahasiswa Keperawatan

Kategori gambaran hasil kualitas tidur pada mahasiswa keperawatan dikelompokkan menjadi 2 yaitu baik dan buruk. Distribusi responden berdasarkan kualitas tidur mahasiswa keperawatan dijelaskan pada tabel 4.3 berikut ini:

**Tabel 4. Distribusi Frekuensi Responden berdasarkan Gambaran Hasil Kualitas Tidur**

| Kualitas Tidur | Frekuensi (f) | Persentase(%) |
|----------------|---------------|---------------|
| Baik           | 15            | 7,7           |
| Buruk          | 179           | 92,3          |
| Jumlah         | 194           | 100           |

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan terhadap 194 responden menunjukkan hasil bahwa kualitas tidur baik berjumlah 15 orang (7,7%) dan kualitas tidur buruk berjumlah 179 orang (92,3%).

### Analisa Bivariat

Analisis bivariat adalah untuk mengetahui hubungan variabel independen dan variabel dependen dengan uji yang digunakan. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan terhadap 194 responden menunjukkan hasil uji *chi square*, dimana didapatkan nilai ekspektasi 2 cells (25,0 %) kurang dari 5 atau nilai ekspektasi > 20% dan tabel kontingensi (4x2). Karena tidak memenuhi syarat uji *chi square*, maka selanjutnya pada penelitian ini menggunakan uji statistik *spearman rank*. Data diolah menggunakan perhitungan statistik dengan bantuan SPSS dan di dapatkan hasil sebagai berikut:

### Hubungan Kejadian Dismenorea Primer dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Angkatan 2022 dan 2023

**Tabel 5. Hubungan Kejadian Dismenorea Primer dengan Kualitas Tidur pada Mahasiswa Angkatan 2022 dan 2023**

| Skala Nyeri Dismenorea Primer | Kualitas Tidur |      |       |      | Jumlah |     | P value |
|-------------------------------|----------------|------|-------|------|--------|-----|---------|
|                               | Baik           |      | Buruk |      | F      | %   |         |
|                               | F              | %    | F     | %    |        |     |         |
| Ringan                        | 3              | 15,8 | 16    | 84,2 | 19     | 100 | 0,021   |
| Sedang                        | 6              | 8,6  | 64    | 91,4 | 70     | 100 |         |
| Berat                         | 6              | 6,5  | 86    | 93,5 | 92     | 100 |         |
| Berat sekali                  | 0              | 0    | 13    | 100  | 13     | 100 |         |

### Correlations

|                       |                 | HasilSkalaNyeri                | HasilSkorTidur |
|-----------------------|-----------------|--------------------------------|----------------|
| <i>Spearman's rho</i> | HasilSkalaNyeri | <i>Correlation Coefficient</i> | 1.000          |
|                       |                 | <i>Sig. (2-tailed)</i>         | .              |
|                       |                 | <i>N</i>                       | 194            |
|                       | HasilSkorTidur  | <i>Correlation Coefficient</i> | 0.166          |
|                       |                 | <i>Sig. (2-tailed)</i>         | 0.021          |
|                       |                 | <i>N</i>                       | 194            |

\*. Correlation is significant at the 0.05 level (2-tailed).

Berdasarkan analisis hubungan antara kejadian dismenore primer dengan kualitas tidur didapatkan hasil uji statistik dengan nilai  $p \text{ value } 0,021 < 0,05$  maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian dismenore primer dengan kualitas tidur.

## **Pembahasan**

### **Analisis Univariat**

1. Usia. Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan kepada 194 responden pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau diperoleh yang paling banyak adalah usia 19 tahun yang mengalami nyeri dismenorea yang berjumlah 104 (53,6%). Sesuai dengan hasil penelitian Karlinda, dkk. (2018) rentang usia responden 17-22 tahun responden yang mengalami dismenorea terbanyak yaitu berusia sekitar 19 tahun, yaitu sebesar 51,6%. Berdasarkan keterangan beberapa responden di saat menstruasi mengalami dismenorea banyak yang tidak dapat tidur di malam hari sehingga menyebabkan rasa nyeri menstruasi semakin meningkat.
2. Gambaran Skala Nyeri Dismenorea Primer. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 194 responden, mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau paling banyak memperoleh kejadian dismenorea dalam kategori berat berjumlah 92 orang (47,4%). Kejadian dismenorea primer dalam kategori berat di Fakultas Keperawatan Universitas Riau, bisa mengakibatkan gangguan tidur di malam hari serta kegiatan fisik lainnya pada mahasiswi karena tidak dapat menahan rasa nyeri akibat dismenorea.
3. Gambaran Hasil Kualitas Tidur Mahasiswi Keperawatan. Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 194 responden, mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau paling banyak memperoleh kualitas tidur buruk berjumlah 179 orang (92,3%). Kualitas tidur yang buruk pada mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Riau dapat berdampak serius pada kesehatan mereka secara keseluruhan. Menurut peneliti terhadap penelitian ini kualitas tidur mahasiswa yang buruk tidak disebabkan dengan hanya satu faktor saja. Melainkan ada beberapa faktor pendukung seperti status kesehatan kurang baik, lingkungan kotor, panas, suasana ramai, cahaya sangat terang, penggunaan obat, dan gaya hidup (Nashori, 2017).

### **Analisis Bivariat**

Analisis bivariat digunakan untuk mencari hubungan kejadian dismenore primer dengan kualitas tidur pada mahasiswi di Fakultas Keperawatan Universitas Riau. Hasil penelitian nilai  $p \text{ value } 0,021 < 0,05$  maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian dismenore primer dengan kualitas tidur mahasiswi keperawatan angkatan 2022 dan angkatan 2023. Hal ini dikonfirmasi pada penelitian Wijayanti, dkk. (2017) melaporkan bahwa siswi yang mengalami nyeri dismenorea akan terganggu intensitas tidurnya dan membuat tidurnya kurang nyenyak. Hal ini dibuktikan dengan adanya pengakuan salah satu siswi yang mengatakan sangat susah berkonsentrasi dan merasakan mengantuk berat pada saat proses belajar, serta ketika bangun di pagi hari badan terasa lemas dan tidak bersemangat.

## **KESIMPULAN**

Berdasarkan hasil penelitian mengenai “Hubungan Kejadian Dismenorea Primer dengan Kualitas Tidur Mahasiswi Keperawatan” terhadap 194 orang responden diperoleh kesimpulan bahwa sebagian besar responden berada pada usia 19 tahun, sebagian besar responden dari angkatan A2023 dengan kelas A1 sebanyak 39 responden (20,1%), A 2 sebanyak 39 responden (20,1%), A3 sebanyak 36 responden (18,6%), paling banyak memperoleh kejadian dismenorea dalam kategori berat berjumlah 92 orang (47,4%) dan

paling banyak memperoleh kualitas tidur buruk berjumlah 179 orang (92,3%). Hasil uji statistik yang dilakukan menggunakan analisis bivariat dengan *spearman rank* diperoleh nilai *p value* 0,021 <0,05 maka dapat disimpulkan terdapat hubungan yang signifikan antara kejadian dismenorea primer dengan kualitas tidur mahasiswa Fakultas Keperawatan Universitas Riau angkatan 2022 dan angkatan 2023.

#### **DAFTAR PUSTAKA**

- Azzulfa, N., Proborini, C. A., & Arradini, D. (2019). Hubungan Disminore Dengan Tingkat Kualitas Tidur Pada Remaja di MTSMuhammadiyah Blimbing, Polokarto, Sukoharjo. *Jurnal Ilmiah Maternal*, 3(2).
- Hailemeskel, S., Demissie, A., & Assefa, N. (2016). Primary dysmenorrhea magnitude, associated risk factors, and its effect on academic performance: evidence from female university students in Ethiopia. *International journal of women's health*, 489-496.
- Nashori, F. (2017). *Psikologi Tidur: Dari Kualitas Tidur Hingga Insomnia*. Yogyakarta: Universitas Islam Indonesia
- Wijayanti, Widyaloka, D., Susilowati, Tri & Maryatun. (2017). *Hubungan Tingkat Nyeri Dengan Kualitas Tidur Pada Remaja Dismenore Di Smk Negeri 1 Sukoharjo*. Diploma / Sarjana Thesis STIKES 'Aisyiyah Surakarta 4(2).
- Yusuf, R. D., Irasanti, S. N., F.M., F. A., Ibnusantosa, R. G., & Sukarya, W. S. (2019). Hubungan antara Kualitas Tidur dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung. *Jurnal Integrasi Kesehatan & Sains*, 1(2), 135-139.