

Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri

Qorry Wahyuni Septica

Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi

How to cite (APA)

Septica, Q. W. (2024). Faktor-faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri. *Journal of Midwifery Care*, 5(1), 182-191.

<https://doi.org/10.34305/jmc.v5i1.1305>

History

Received: 25 September 2024

Accepted: 29 November 2024

Published: 02 Desember 2024

Corresponding Author

Qorry Wahyuni Septica, Program Studi Sarjana Kebidanan, Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Sukabumi; qorrywahyuni@dosen.stikesmi.ac.id



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

ABSTRAK

Latar Belakang: Dismenorea primer pada remaja putri dipengaruhi beberapa faktor diantaranya adalah usia menarche, lama menstruasi, stres, dan konsumsi fast food. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenorea primer pada remaja putri.

Metode: Desain penelitian menggunakan korelasional dengan pendekatan cross sectional. Populasi penelitian adalah 269 siswi dengan sampel 161 siswi di SMK PGRI 1 Kota Sukabumi dengan teknik proporsional random sampling. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan regresi logistik.

Hasil : Berdasarkan hasil uji multivariat terdapat hubungan simultan pada variabel usia menarche ($p=0,039$), lama menstruasi ($p=0,001$), dan konsumsi fast food ($p=0,001$) terhadap dismenorea primer pada remaja putri. Sedangkan, terdapat satu variabel pengganggu (confounding) yaitu variabel stres ($p=0,099$).

Kesimpulan: Terdapat hubungan antara usia menarche, lama menstruasi, stres, dan konsumsi fast food terhadap dismenorea primer pada remaja putri dengan konsumsi fast food sebagai faktor yang paling dominan berhubungan dengan dismenorea primer pada remaja putri.

Kata Kunci: Dismenorea primer, konsumsi fast food, lama menstruasi, stres, usia menarche

ABSTRACT

Background: Primary dysmenorrhea in adolescent girls is influenced by several factors including age at menarche, duration of menstruation, stress, and fast food consumption. This study aimed to determine the factors associated with primary dysmenorrhea in adolescent girls at SMK PGRI 1 Sukabumi City.

Method: The research design used correlation with cross sectional approach..

Result : Based on multivariate test results, there was a simultaneous relation on the variables of menarche age, duration of menstruation, and fast food consumption on primary dysmenorrhea in adolescent girls. Meanwhile, there is one confounding variable, namely the stress variable.

Conclusion: There is a relationship between age of menarche, duration of menstruation, stress, and fast food consumption on primary dysmenorrhea in adolescent girls with fast food consumption as the most dominant factor associated with primary dysmenorrhea in adolescent girls

Keyword : Duration of menstruation, fast food consumption, menarche age, primary dysmenorrhea, stress

Pendahuluan

Anak Dilihat dari tahapan tumbuh kembang manusia, setiap orang dipastikan mengalami masa remaja. Masa ini biasa disebut masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa yaitu ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial. Remaja adalah masa transisi dalam upaya untuk menemukan identitas dan kematangan biologis dan psikologis. Remaja baik itu laki-laki ataupun perempuan mengalami berbagai perubahan biologis. Remaja adalah penduduk dalam rentang usia 10-18 tahun (Cameron, 2022; WHO, 2022b).

Salah satu perubahan biologis pada remaja putri yaitu mengalami menstruasi. Menstruasi atau haid adalah proses pengeluaran darah dan sel tubuh secara berkala dari vagina yaitu dinding rahim wanita. Rata-rata periode menstruasi wanita adalah 3-8 hari dengan siklus rata-rata 28 hari perbulan. Gejala yang dirasakan mulai dari nyeri pada pinggang dan bagian bawah perut hingga nyeri yang luar biasa. Melihat dari istilah medis, nyeri berlebihan yang membarengi menstruasi disebut dismenorea (Gutman et al., 2022).

Sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita mengalami dismenorea, 10-15% diantaranya mengalami dismenorea berat. Kejadian dismenorea berjumlah 64,25% dari total wanita usia subur yang berjumlah 78,6%. Pada tahun 2019 angka kejadian dismenorea di Indonesia masih tetap tinggi dengan angka 64,25% (Indrayani & Antiza, 2021; WHO, 2022a).

Salah satu faktor yang berhubungan dengan frekuensi dismenorea primer pada remaja putri adalah usia menarche. Menarche, atau menstruasi pertama, biasanya terjadi antara usia sepuluh hingga enam belas tahun. Menarche ketika usia dini mengakibatkan alat reproduksi tidak siap untuk mengalami perubahan yang menyebabkan nyeri selama menstruasi (Rahayu et al., 2023).

Faktor lain yang berhubungan dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri yaitu lama menstruasi.

Menstruasi yang berkepanjangan menyebabkan kontraksi rahim yang lebih sering, yang mengakibatkan peningkatan pelepasan prostaglandin. Produksi prostaglandin yang berlebihan menyebabkan rasa sakit, sementara kontraksi rahim yang terus menerus dapat menghentikan suplai darah ke rahim, yang menyebabkan dismenore (Mulyani et al., 2022). Kejadian dismenore primer juga dapat dikaitkan dengan faktor stres. Stres dapat mengganggu sistem endokrin, yang menyebabkan menstruasi yang tidak teratur dan menyakitkan. Hal ini juga dapat memengaruhi saraf di pinggul dan otot punggung bawah, yang mengakibatkan dismenore (Qomarasari, 2021).

Faktor lain yang berhubungan dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri adalah konsumsi *fast food*. Salah satu jenis radikal bebas, lemak trans asam, ditemukan dalam makanan cepat saji. Radikal bebas dapat merusak membran sel, yang terdiri dari banyak bagian, termasuk fosfolipid. Fosfolipid berperan dalam menyediakan asam arakidonat, yang disintesis menjadi prostaglandin. Prostaglandin membantu kontraksi dan peluruhan lapisan rahim ketika menstruasi. Akibatnya, kelebihan prostaglandin dapat menyebabkan dismenore pada wanita yang mengalami nyeri haid (Diana et al., 2023). Berdasarkan uraian diatas, penelitian kali ini bertujuan untuk mengetahui faktor-faktor yang berhubungan dengan dismenorea primer pada remaja putri.

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini menggunakan korelasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian adalah 269 siswi dengan sampel 161 siswi di SMK PGRI 1 Kota Sukabumi dengan teknik *proporsional random sampling*. Teknik pengumpulan data menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan analisis univariat dengan distribusi frekuensi dan presentase setiap kategori. Analisis bivariat menggunakan uji *chi-square*, dan

analisis multivariat menggunakan regresi logistik.

Hasil

Tabel 1. Gambaran karakteristik responden umur, kelas, asal daerah, tinggal bersama, pekerjaan orang tua dan sumber informasi pada remaja putri di SMK PGRI 1 Kota Sukabumi (n = 161)

Karakteristik Responden	Frekuensi	%
1. Umur (Tahun)		
≤16	112	69,6
>16	49	30,4
2. Kelas		
X	64	39,8
XI	70	43,5
XII	27	16,8
3. Asal Daerah		
Jawa Tengah	1	6
Kabupaten Sukabumi	35	21,7
Kota Sukabumi	125	77,6
4. Tinggal Bersama		
Orang Tua	148	91,9
Anggota Keluarga Lain	13	8,1
5. Pekerjaan Orang Tua		
Buruh	24	14,9
Karyawan Swasta	11	6,8
Tidak Bekerja	14	8,7
Wiraswasta	96	59,6
Wirausaha	16	9,9
6. Sumber Informasi		
Guru	47	29,2
Keluarga/Kerabat/Saudara	26	16,1
Media Sosial	53	32,9
Petugas Kesehatan	17	10,6
Teman	18	11,2

Berdasarkan tabel 1 di atas menunjukkan bahwa sebagian besar responden berusia ≤16 tahun sebanyak 112 responden (69,6%), hampir setengahnya duduk di kelas XI sebanyak 70 responden (43,5%), hampir seluruhnya berasal dari daerah Kota Sukabumi sebanyak 125

responden (77,6%), sebagian besar orang tua responden bekerja sebagai wiraswasta yaitu sebanyak 96 orang (59,6%), dan hampir setengahnya mendapatkan informasi dari media sosial yaitu sebanyak 53 orang (32,9%).

Tabel 2. Distribusi frekuensi usia menarche, lama menstruasi, stres, konsumsi fast food dan dismenorea pada remaja putri di SMK PGRI 1 Kota Sukabumi (n = 161)

Variabel	F	%
1. Usia Menarche		
Tidak Normal	89	55.3
Normal	72	44.7
2. Lama Menstruasi		
Tidak Normal	65	40.4
Normal	96	59.6

	Variabel	F	%
3.	Stres	100	62,1
	Normal	61	37,9
4.	Konsumsi <i>Fast Food</i>		
	Konsumtif	88	62,1
	Tidak Konsumtif	73	45,3
5.	Dismenorea		
	Berat	72	44,7
	Ringan	89	55,3

Tabel 2 menunjukkan sebagian besar responden memiliki usia menarche normal sebanyak 89 orang (55,3%), sebagian besar memiliki lama menstruasi normal sebanyak 96 orang (59,6%), sebagian besar mengalami stres sebanyak

100 orang (62,1), sebagian besar mengkonsumsi fast food sebanyak 88 orang (54,7%) dan sebagian besar mengalami dismenorea ringan sebanyak 89 orang (55,3%).

Tabel 3. Hubungan usia menarche, lama menstruasi, stres dan konsumsi *fast food* dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri di SMK PGRI 1 Kota Sukabumi (n = 161)

Variabel	Dismenorea Primer (n, %)		OR	P-Value	Keterangan
	Berat	Ringan			
Usia Menarche					
Tidak Normal	45 (62,5%)	27 (37,5%)	0,261	0,000	Ada Hubungan
Normal	27 (30,3%)	62 (69,7%)			
Lama Menstruasi					
Tidak Normal	46 (70,8%)	19 (29,2%)	0,153	0,000	Ada Hubungan
Normal	26 (27,1%)	70 (72,9%)			
Stres					
Stres	57 (57%)	43 (43%)	0,246	0,000	Ada Hubungan
Normal	15 (24,6%)	46 (75,4%)			
Konsumsi <i>Fast Food</i>					
Konsumtif	53 (60,2%)	35 (39,8%)	4,304	0,000	Ada Hubungan
Tidak Konsumtif	19 (26%)	54 (74%)			

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* pada variabel usia menarche sebesar 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$) yang menunjukkan bahwa usia menarche berhubungan secara signifikan dengan kejadian dismenore primer dengan nilai OR = 0,261 yang berarti responden yang mengalami usia menarche tidak normal berpeluang untuk mengalami dismenore primer sebesar 0,261 kali lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengalami usia menarche normal.

Tabel 3 juga menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* pada variabel lama menstruasi sebesar 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$) yang menunjukkan bahwa lama menstruasi

berhubungan secara signifikan dengan kejadian dismenore primer dengan nilai OR = 0,153 yang berarti responden yang mengalami lama menstruasi tidak normal berpeluang untuk mengalami dismenore primer sebesar 0,153 kali lebih besar dibandingkan dengan responden yang mengalami lama menstruasi normal.

Berdasarkan tabel 3 menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* pada variabel stres sebesar 0,000 ($p\text{-value} < 0,05$) yang menunjukkan bahwa stres berhubungan secara signifikan dengan kejadian dismenore primer dengan nilai OR = 0,246 yang berarti responden yang mengalami stres berpeluang mengalami dismenore

primer sebesar 0,246 kali lebih besar dibandingkan dengan responden yang tidak mengalami stres.

Tabel 3 juga menunjukkan hasil uji statistik *Chi-Square* pada variabel konsumsi *fast food* sebesar 0,000 (p -value < 0,05) yang menunjukkan bahwa konsumsi *fast food* berhubungan secara signifikan dengan

kejadian dismenore primer dengan nilai OR = 4,304 yang berarti responden yang mengkonsumsi *fast food* berpeluang untuk mengalami dismenore primer sebesar 4,304 kali lebih besar dibandingkan dengan responden yang tidak mengkonsumsi *fast food*.

Tabel 4. Hubungan simultan usia menarche, lama menstruasi, stres dan konsumsi fast food dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri di SMK PGRI 1 Kota Sukabumi

No	Variabel Bebas	Sig	Exp (B)
1	Usia Menarche	0,039	0,878
2	Lama Menstruasi	0,001	1,381
3	Stres	0,099	0,698
4	Konsumsi <i>Fast Food</i>	0,001	1,410

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan nilai R Square sebesar 0,384, artinya usia menarche, lama menstruasi, stres, dan konsumsi *fast food* secara simultan memberikan kontribusi pengaruh sebesar 38,4% terhadap kejadian dismenore primer, sisanya sebesar 61,6% dipengaruhi oleh faktor lain yang tidak diteliti.

Hasil analisis multivariat regresi logistik menunjukkan bahwa terdapat tiga variabel yang berhubungan signifikan dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri yaitu variabel usia menarche, lama menstruasi dan konsumsi *fast food*, serta terdapat satu variabel sebagai variabel pengganggu (*confounding*) yaitu variabel stres. Analisis multivariat regresi logistik menemukan bahwa variabel konsumsi *fast food* lebih dominan berhubungan dengan kejadian dismenore primer dengan nilai OR = 4,095.

Pembahasan

Menarche adalah siklus menstruasi pertama yang terjadi pada periode kehidupan perempuan. Menarche merupakan ciri bahwa masa subur pada perempuan telah dimulai. Usia menarche yang dialami oleh perempuan sangatlah beragam. Namun idealnya usia menarche terjadi dalam rentang usia 10 – 14 tahun. Dapat dikategorikan menarche dini apabila menstruasi pertama terjadi pada usia di

bawah 10 tahun serta dikatakan *late menarche* jika menstruasi pertama terjadi di usia >14 tahun (Mukhoirotin & Sulayfiah, 2020; Septina et al., 2021).

Usia menarche berhubungan dengan kejadian dismenorea primer karena usia menarche mempengaruhi perubahan hormonal yang dialami remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Nuraini et al., yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri. Kemudian hasil yang serupa juga dijabarkan dalam penelitian yang dilakukan oleh Horman et al., bahwa terdapat hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenorea primer (Nuraini et al., 2021; Horman et al., 2021).

Masa awal menarche utamanya dipengaruhi oleh tingkat kematangan sistem aksis *hypothalamic-pituitary-ovarian* (HPO), sedangkan kejadian menarche dini atau terlambat dapat berpengaruh terhadap masalah kesehatan reproduksi dini. Setelah terjadinya menarche, terdapat umpan balik positif terhadap estrogen yang memungkinkan ovulasi seringkali tidak ada, sehingga dalam masa inilah kemungkinan terjadinya ketidakteraturan menstruasi. Kondisi ini juga yang kemudian menyebabkan dismenorea primer pada remaja (Agustin et al., 2020).

Usia menarche dini dapat memicu terjadinya siklus ovulasi yang cepat sehingga berisiko terjadi dismenorea lebih awal. Dalam siklus ovulasi ini, apabila tidak terdapat proses pembuahan, maka sel folikel akan mengalami atresia. Hal ini disertai menurunnya kadar estrogen dan progesteron yang menstimulasi prostaglandin untuk keluar. Prostaglandin inilah yang menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah yang kemudian memicu terjadinya dismenorea. Meningkatnya hormon prostaglandin dapat mengakibatkan kontraksi uterus yang tidak terkendali dan tidak terstruktur. Proses ini dapat merangsang saraf sensoris nyeri di uterus menjadi hipersensitif terhadap kerja bradikinin. Kondisi ini juga yang kemudian menyebabkan dismenorea primer pada remaja (Huda & Ningtyias, 2020; Qomarasari, 2021).

Normal lama menstruasi wanita yaitu sekitar 3 – 7 hari. Hipomenorea merupakan durasi menstruasi yang lamanya kurang dari 3 hari sedangkan hipermenorea lebih dari 7 hari. Lama menstruasi yang terjadi melebihi batas normal dapat menyebabkan dismenorea primer (Destariyani et al, 2023).

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian dismenorea pada remaja. Hasil penelitian ini selaras dengan hasil yang dijabarkan oleh Agustin dalam penelitiannya bahwa terdapat hubungan antara lama menstruasi dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri. Hasil penelitian Mau et al., juga menunjukkan adanya hubungan lama menstruasi dengan kejadian nyeri menstruasi (Agustin et al., 2020; Mau et al., 2020).

Dismenorea dapat terjadi karena menstruasi yang lama karena kondisi ini dapat mempengaruhi peningkatan prostaglandin, yang menyebabkan kontraksi berkelanjutan dinding uterus. Produksi prostaglandin yang berlebihan dapat menyebabkan nyeri. Disamping itu kontraksi uterus yang terjadi terus-menerus dapat menyebabkan aliran darah ke uterus

menjadi terhenti dan inilah yang kemudian mengakibatkan dismenorea (Indarna & Lediawati, 2021; Mau et al., 2020).

Lama menstruasi dapat dipengaruhi oleh faktor psikologis maupun fisiologis. Secara psikologis biasanya berhubungan dengan meningkatnya emosional perempuan yang labil ketika menjelang menstruasi. Sementara secara fisiologi berhubungan dengan terjadinya kontraksi otot uterus yang berlebihan atau sensitif terhadap hormon estrogen. Hal ini mengakibatkan endometrium dalam fase sekresi memproduksi banyak prostaglandin. Semakin lama menstruasi, maka semakin banyak uterus berkontraksi, akibatnya semakin banyak pula prostaglandin yang dihasilkan sehingga kemudian menimbulkan rasa nyeri saat menstruasi (Ulfa et al., 2021).

Stres adalah respon secara fisik maupun emosional manusia terhadap sebuah perubahan yang terjadi di lingkungan sekitarnya yang mengharuskannya untuk beradaptasi dengan perubahan tersebut. Stres yang dialami oleh remaja putri dapat berpengaruh terhadap kelangsungan hidup remaja dan bahkan berisiko mempengaruhi kesehatannya. Salah satu dampak dari stres tersebut yaitu timbulnya rasa nyeri yang umumnya terjadi ketika mengalami siklus menstruasi atau hal ini dikenal dengan dismenorea primer (Rumahorbo, 2021; Sulistiani et al., 2023).

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara stres dengan kejadian dismenorea primer pada remaja. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sulistiani et al., bahwa terdapat hubungan stres dengan kejadian dismenorea primer pada remaja. Candi et al., melalui hasil penelitiannya juga menjabarkan bahwa terdapat hubungan stres dengan kejadian dismenorea primer (Candi et al., 2023; Sulistiani et al., 2023).

Gangguan psikis seperti stres dapat menyebabkan terjadinya dismenorea primer. Pada kondisi ini, tubuh akan memproduksi hormon prostaglandin dan

estrogen secara berlebihan. Prostaglandin dan estrogen dalam kadar yang tinggi dapat mengakibatkan kontraksi pada myometrium sehingga berisiko menimbulkan dismenoreaa. Stres juga dapat mempengaruhi tingkat aktivitas saraf simpatis dan menyebabkan nyeri dismenoreaa meningkat (Utami et al., 2024).

Sistem neuroendokrinologi perempuan bertanggung jawab atas proses reproduksi, dan stres dapat mengganggu fungsinya yang menyebabkan dismenorea atau nyeri selama menstruasi. Ketika remaja putri mengalami stres, tubuh akan memproduksi hormon adrenal, estrogen, progesterone, serta prostaglandin yang melebihi batas normal. Meningkatnya hormon estrogen menyebabkan kontraksi uterus meningkat secara berlebihan. Peningkatan hormon adrenalin juga dapat menegangkan otot rahim, menyebabkan frekuensi kontraksi yang berlebihan, yang menyebabkan dismenorea primer (Aprilia et al., 2022; Hapsari, 2023).

Makanan cepat saji (*fast food*) merupakan jenis asupan makanan yang tersedia dalam waktu cepat atau tidak membutuhkan waktu yang lama dalam proses penyajiannya. Sebagian besar makanan golongan ini mengandung lemak, garam, gula dan kalori yang tinggi. Maka dari itu, makanan cepat saji tidak terjamin kandungan gizinya dan berisiko mengganggu kesehatan, khususnya pada remaja (Dewi, 2019; Nurfadillah et al., 2021).

Hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan antara konsumsi *fast food* dengan kejadian dismenorea primer pada remaja. Hasil penelitian ini selaras dengan hasil penelitian yang dijabarkan oleh Diana et al., bahwa konsumsi *fast food* berhubungan dengan kejadian dismenorea primer. Hasil yang selaras juga dinyatakan dalam penelitian yang dilakukan oleh Thania et al., bahwa terdapat hubungan antara konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenorea (Diana, 2023; Thania et al., 2023).

Makanan cepat saji atau *fast food* mengandung zat radikal berbahaya yang dapat mempengaruhi membran sel dalam tubuh, apabila terjadi kerusakan pada membran sel maka pengaruhnya akan berakibat pada salah satu komponen yaitu posfolipid yang berfungsi dalam menyediakan asam arakiodat untuk proses sintesis prostaglandin dalam tubuh. Maka dari itu kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dalam waktu yang sering dapat mnegakibatkan terjadinya penumpukan prostaglandin dalam tubuh. Hal ini menjadi penyebab timbulnya rasa nyeri pada saat menstruasi (Aulya et al., 2021; Amany et al., 2022).

Kebiasaan mengkonsumsi makanan cepat saji di kalangan remaja dapat berdampak pada terjadinya dismenore primer karena makanan cepat saji ini tersusun atas kandungan kalori, lemak, gula dan natrium yang jumlahnya berlebihan sehingga membutuhkan waktu yang cukup lama dalam proses penyerapannya. Hal ini dapat mempengaruhi berbagai fungsi organ tubuh manusia, terutama berdampak pada organ reproduksi yang secara langsung dapat berkontribusi terhadap terjadinya dismenore primer pada wanita (Zuhkrina & Martina, 2023).

Berdasarkan hasil penelitian, terbukti bahwa faktor-faktor seperti usia menarche, durasi menstruasi, dan konsumsi *fast food* secara simultan berkontribusi dalam mempengaruhi kejadian dismenore primer. Sedangkan terdapat satu variabel sebagai variabel pengganggu (*confounding*) yaitu variabel stres. Menarche dini sangat penting karena ketika terjadi sebelum waktunya, sebelum organ reproduksi sepenuhnya siap untuk melakukan perubahan, dan ketika leher rahim masih menyempit, hal ini dapat menyebabkan nyeri haid. Saat menstruasi berlanjut, rahim berkontraksi lebih sering, yang menyebabkan peningkatan pelepasan prostaglandin. Prostaglandin yang berlebihan dapat menyebabkan nyeri. Selain itu, kontraksi rahim yang terus menerus menghentikan aliran darah ke

rahim untuk sementara waktu, yang mengakibatkan dismenore primer. Selain itu, mengkonsumsi *fast food* secara teratur dapat mempengaruhi gaya hidup dan berkontribusi pada masalah ginekologi seperti dismenore dan menstruasi yang tidak teratur. Semua faktor ini dapat saling mendukung satu sama lain untuk mempengaruhi kejadian dismenore primer (Diana et al., 2023; Horman et al., 2021; Qomarasari Desi, 2021).

Kesimpulan

Terdapat hubungan antara usia saat menarche, lama menstruasi, stres dan konsumsi makanan cepat saji dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMK 1 PGRI Kota Sukabumi. Konsumsi *fast food* merupakan variabel yang paling dominan berhubungan dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMK 1 PGRI Kota Sukabumi.

Saran

Diharapkan SMK PGRI 1 Kota Sukabumi dapat menyelenggarakan promosi kesehatan untuk meningkatkan pengetahuan remaja terkait dismenorea primer dan cara pencegahannya dengan mengurangi risiko dan intensitas gejala dismenorea primer.

Daftar Pustaka

- Agustin, S., Oktavia, N. S., & Doni, A. W. (2020). Hubungan Keterpaparan Media Massa Internet Dengan Usia Menarche Pada Siswi Dengan Status Gizi Lebih Di Smp Negeri Kecamatan Pauh Kota Padang Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Mercusuar*, 3(2), 45–51. <https://doi.org/10.36984/jkm.v3i2.92>
- Aprilia, A. T., Noor Prastia, T., & Saputra Nasution, A. (2022). Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Di Kota Bogor. *Promotor*, 5(3), 296–309. <https://doi.org/10.32832/pro.v5i3.6171>
- Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Rena, A. (2021).

Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi di Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Menara Medika*, 4(1), 10–21. <https://doi.org/10.31869/mm.v4i1.2580>

- Cameron, N. (2022). The Measurement of Human Growth. *Human Growth and Development*, 3, 317–345. <https://doi.org/10.1016/B978-0-12-822652-0.00011-0>
- Candi, E. P. M., Ratnasari, F., & Wibisono, A. Y. G. (2023). Hubungan Aktivitas Fisik dan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri di SMK Kesehatan Kota Tangerang. *Nusantara Hasana Journal*, 3(4), Page. <https://doi.org/10.59003/nhj.v3i4.989>
- Destariyani, E., Yuniarti, & Yulyanai, N. (2023). Hubungan Durasi Menstruasi dan Riwayat Dismenore pada Keluarga dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di Kota Bengkulu. *Jurnal Kebidanan*, 12(1), 22–26. <https://doi.org/10.35890/jkdh.v12i1.272>
- Dewi, N. P. S. R., Citrawathi, D. M., & Savitri, N. P. W. (2019). Status Gizi dan Usia Saat Menarche Berkorelasi terhadap Kejadian Dismenore Siswi SMP. *Jurnal Penelitian Dan Pengembangan Sains Dan Humaniora*, 3(2), 99–108. <https://doi.org/10.23887/jppsh.v3i2.21274>
- Diana, S., Herdiana, H., & Prima, E. (2023a). Pengaruh Menarche Dini, Stress dan Perilaku Konsumsi Fast-Food dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMPN 01 Sukalarang. *Sentri: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1265–1274. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.744>
- Diana, S., Herdiana, H., & Prima, E. (2023b). Pengaruh Menarche Dini, Stress Dan Perilaku Konsumsi Fast-Food Dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Smpn 01 Sukalarang. *SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah*, 2(4), 1265–1274. <https://doi.org/10.55681/sentri.v2i4.744>

- 44
- Gutman, G., Nunez, A. T., & Fisher, M. (2022). Dysmenorrhea in adolescents. *Current Problems in Pediatric and Adolescent Health Care, 52*(5), 101186. <https://doi.org/10.1016/j.cppeds.2022.101186>
- Hapsari, Z. A., & Widiyaningsih, E. N. (2023). Hubungan antara Tingkat Stres dan Asupan Magnesium dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMA dan SMK Batik Surakarta. *J.Gipas, 7*(1), 36–48. <https://doi.org/10.20884/1.jgipas.2023.7.1.8169>
- Horman, N., Manoppo, J., & Meo, L. N. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Puteri Di Kabupaten Kepulauan Sangihe. *Jurnal Keperawatan, 9*(1), 38. <https://doi.org/10.35790/jkp.v9i1.36767>
- Huda, A. I., & Ningtyias, F. W. (2020). Hubungan antara Status Gizi, Usia Menarche dengan Kejadian Dysmenorrhea Primer pada Remaja Putri di SMPN 3 Jember. *Pustaka Kesehatan, 8*(2), 123–130. <https://doi.org/10.19184/pk.v8i2.12007>
- Indahwati, A. N., Muftiana, E., & Purwaningroom, D. L. (2017). Hubungan Mengonsumsi Makanan Cepat Saji (Fast Food) dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di SMPN 1 Ponorogo. *Indonesian Journal for Health Sciences, 1*(2), 7–13. <https://doi.org/10.24269/ijhs.v1i2.612>
- Indarna, A. A., & Lediawati, L. (2021). Usia Menarche dan Lamanya Menstruasi dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi Kelas X Di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang. *Journal of Nursing and Public Health, 9*(2), 11–17. <https://doi.org/10.37676/jnph.v9i2.1789>
- Indrayani, T., & Antiza, V. (2021). Penyuluhan dan Pelatihan Akupresur Untuk Mengurangi Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri di Babakan Ciparay Bandung. *Journal Of Community Engagement In Health, 4*(1), 249–253. <https://doi.org/10.30994/jceh.v4i1.160>
- Mau, R. A., Kurniawan, H., & Dewajanti, A. M. (2020). Hubungan Siklus dan Lama Menstruasi pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Ukrida dengan Nyeri Menstruasi. *Jurnal Kedokteran Meditek, 26*(3), 139–145. <https://doi.org/10.36452/jkdoktmeditek.v26i3.1946>
- Mukhoirotn, M., & Sulayfiyah, T. N. (2020). Analisis Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Menarche Dini. *Journal of Bionursing, 2*(1), 33–38. <https://doi.org/10.20884/1.bion.2020.2.1.37>
- Mulyani, N., Sudaryanti, L., & Ratna Sri, D. (2022). Hubungan usia menarche dan lama menstruasi dengan kejadian dismenorea primer. *Journal Of Health, Education and Literacy, e-Issn : 2621-9301, p-Issn : 2714-7827, 4*(2), 104–110. <https://doi.org/10.31605/j-health.v4i2.1432>
- Nuraini, S., Sa'diah, Y. S., & Fitriany, E. (2021). Hubungan Usia Menarche, Status Gizi, Stres dan Kadar Hemoglobin terhadap Kejadian Dismenorea Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran, Universitas Mulawarman. *Jurnal Sains Dan Kesehatan (J. Sains Kes.), 3*(3), 443–450. <https://doi.org/10.25026/jsk.v3i3.398>
- Qomarasari, D. (2021). Hubungan Usia Menarche, Makanan Cepat Saji (Fast Food), Stress Dan Olahraga Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Di Man 2 Lebak Banten. *Bunda Edu-Midwifery Journal (Bemj), 4*(2). <https://doi.org/10.54100/bemj.v4i2.53>
- Rahayu, P. D., Amalia, R., Rahmawati, E., & Suprida, S. (2023). Faktor-faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Disminorhea Primer pada Siswi SMA

- Pembina Palembang Tahun 2022. *Jurnal Ilmiah Universitas Batanghari Jambi*, 23(1), 608. <https://doi.org/10.33087/jiubj.v23i1.3079>
- Septina, Y., Nurohmah, A., Nurjannah, S. N., & Kartikasari, A. (2021). Hubungan Antara Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Dalam Menghadapi Menarche Di Desa Ragawacana Kecamatan Kramatmulya Kabupaten Kuningan. *Journal of Midwifery Care*, 1(02), 117–124. <https://doi.org/10.34305/jmc.v1i02.262>
- Sulistiani, E. D., Fitriani, R. K., Kholifatullah, A. I., Imania, M. F. N., & Salim, L. A. (2023). Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja di Kabupaten Ponorogo, Indonesia: Studi Cross-Sectional. *Journal of Community Mental Health and Public Policy*, 5(2), 83–90. <https://doi.org/10.51602/cmhp.v5i2.95>
- Ulfa, N. M., Antonilda Ina, A., & Gayatina, A. K. (2021). Pengaruh Terapi Relaksasi Benson Terhadap Skala Nyeri Dismenore Pada Mahasiswi Keperawatan STIKES St. Elisabeth Semarang. *Jurnal Ilmu Keperawatan Maternitas*, 4(1), 47–56. <https://doi.org/10.32584/jikm.v4i1.1012>
- Utami, F. M., Andri, & Laila, S. (2024). Hubungan Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Abulyatama. *Jurnal Medika Malahayati*, 8(1), 268–273. <https://doi.org/10.33024/jmm.v8i1.11101>
- WHO. (2022a). *Adolescent Health*. https://www.who.int/health-topics/adolescent-health#tab=tab_1
- WHO. (2022b). *Adolscent Sexual Reproductive*. <https://www.who.int/southeastasia/activities/adolescent-sexual-reproductive-health>
- Zuhkrina, Y., & Martina. (2023). Determinan Faktor Penyebab Dismenore pada Remaja Putri di Desa Lubuk Sukon Kecamatan Ingin Jaya Kabupaten Aceh Besar Tahun 2022. *Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 2(1), 123–130. <https://doi.org/10.54259/sehatrakyat.v2i1.1504>