

BAB IV

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Gambaran lokasi penelitian

Penelitian ini dilaksanakan di SMP Negeri 4 Sleman yang berlokasi di Jl. Jogokerten, Klegen/Polowidi, Trimulyo, Kecamatan Sleman, Kabupaten Sleman, Daerah Istimewa Yogyakarta. Sekolah tersebut berada pada lokasi yang strategis dan mudah dijangkau, serta terletak di kawasan yang dekat dengan pusat pendidikan dan fasilitas pelayanan kesehatan, sehingga mendukung pelaksanaan kegiatan akademik maupun nonakademik peserta didik.

SMP Negeri 4 Sleman didirikan pada tahun 1967 dengan nama SMEP. Selanjutnya, sekolah ini mengalami perubahan nama menjadi SMP Trimulyo, hingga akhirnya ditetapkan sebagai SMP Negeri 4 Sleman. SMP Negeri 4 Sleman merupakan sekolah yang menitikberatkan pada pembentukan pendidikan karakter. Pada penelitian ini, sasaran responden adalah siswi kelas VIII, dengan jumlah 58 responden.

Sekolah ini dilengkapi dengan berbagai fasilitas penunjang kegiatan pendidikan, antara lain ruang kelas yang memadai, laboratorium, ruang Unit Kesehatan Sekolah (UKS), perpustakaan, serta sarana olahraga. Selain itu, sekolah juga menyediakan layanan bimbingan konseling yang aktif guna mendampingi peserta didik.

Alasan memilih SMP Negeri 4 Sleman sebagai lokasi penelitian karena ketika studi pendahuluan guru mengatakan bahwa banyak ditemukan kasus dismenorea. Selain itu, sekolah ini memberikan izin serta dukungan terhadap pelaksanaan penelitian yang bersifat edukatif, khususnya terkait kesehatan reproduksi remaja. Pihak sekolah juga berharap peserta didik memperoleh informasi yang memadai sebagai bekal dalam membentuk sikap yang tepat dan bijaksana terhadap permasalahan kesehatan reproduksi, seperti dismenorea.

2. Hasil penelitian

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan peneliti mengenai Gambaran Karakteristik Biologis dan Psikologis Remaja Putri mengenai Dismenorea pada Siswi Kelas VIII di SMP Negeri 4 Sleman dengan jumlah 58 responden diperoleh data hasil penelitian sebagai berikut:

a. Kejadian dismenorea

Berdasarkan tabel frekuensi di bawah ini disajikan data kejadian dismenorea:

Tabel 5. Gambaran kejadian dismenorea pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 4 Sleman

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Dismenore	35	60,3
Tidak dismenore	23	39,7
Total	58	100

Berdasarkan hasil pada distribusi frekuensi kejadian dismenorea pada responden, sebagian besar mengalami dismenore sebanyak 35 responden (60,3%).

- b. Gambaran karakteristik responden berdasarkan biologis, meliputi usia menarche, siklus menstruasi, lama menstruasi dan Indeks Massa Tubuh (IMT).

Berdasarkan tabel frekuensi di bawah ini disajikan data karakteristik responden berdasarkan biologis, meliputi usia menarche, siklus menstruasi, lama menstruasi dan Indeks Massa Tubuh (IMT):

Tabel 6. Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan biologi pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 4 Sleman

No	Karakteristik	Frekuensi (n)	%
1.	Usia menarche		
	a. > 16 tahun	0	0
	b. < 10 tahun	5	8,6
	c. 10 – 16 tahun	53	91,4
	Jumlah	58	100
2.	Siklus menstruasi		
	a. > 30 hari	13	22,4
	b. < 21 hari	13	22,4
	c. 21 – 30 hari	32	55,2
	Jumlah	58	100
3.	Lama menstruasi		
	a. > 6 hari	21	36,2
	b. < 3 hari	0	0
	c. 3 – 6 hari	37	63,8
	Jumlah	58	100
4.	Indeks Massa Tubuh (IMT)		
	a. Obesitas (> 24,9)	4	6,9
	b. Kurang (<18,5)	26	44,8
	c. Normal (18,5 – 24,9)	28	48,3
	Jumlah	58	100

Berdasarkan hasil pada distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan biologi, pada karakteristik usia menarche sebagian besar mengalami menstruasi pertama kali pada usia antara 10 – 16 tahun, yaitu sebanyak 53 responden (91,4%), lalu pada siklus menstruasi sebagian besar responden mengalami siklus menstruasi normal antara 21 – 30 hari, yaitu sebanyak 32 responden (55,2%), kemudian pada karakteristik durasi menstruasi, sebagian besar responden mengalami durasi menstruasi yang normal yaitu 3 – 6 hari, sebanyak 37 responden (63,8%) dan berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT) hampir setengahnya memiliki status gizi normal, yaitu sebanyak 28 responden (48,3%).

- c. Gambaran karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan
- Berdasarkan tabel frekuensi di bawah ini disajikan data karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan:

Tabel 7. Distribusi frekuensi karakteristik berdasarkan tingkat kecemasan pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 4 Sleman

Variabel	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Ringan	18	31 %
Normal	40	69 %
Total	58	100 %

Berdasarkan hasil pada distribusi frekuensi karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan, sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan normal, yaitu sebanyak 40 responden (69 %).

- d. Gambaran tabulasi silang Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenorea dan karakteristik biologi.

Berdasarkan tabel frekuensi di bawah ini disajikan data tabulasi silang Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenorea dan karakteristik biologi.

Tabel 8. Tabulasi silang IMT dengan kejadian dismenorea dan karakteristik biologi pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 4 Sleman

Karakteristik		Kejadian dismenorea			Usia menarche			Siklus menstruasi				Durasi menstruasi				
		Ya	Tidak	Total	>16	<10	10 – 16	Total	>30	<21	21 - 30	Total	>6	<3	3 - 6	Total
IMT																
Obesitas	n	4	0	4	0	0	4	4	2	1	1	4	2	0	2	4
	%	100	0	100	0	0	100	100	50	25	25	100	50	0	50	100
Kurang	n	15	11	26	0	2	24	26	5	5	16	26	11	0	15	26
	%	57,7	42,3	100	0	7,7	92,3	100	19,2	19,2	61,5	100	42,3	0	57,7	100
Normal	n	16	12	28	0	3	25	28	6	7	15	28	8	0	20	28
	%	57,1	42,9	100	0	10,7	89,3	100	21,4	25	53,6	100	28,6	0	71,4	100
Jumlah	n	35	23	58	0	5	53	58	13	13	32	58	21	0	37	58
	%	60,3	39,7	100	0	8,6	91,4	100	22,4	22,4	55,2	100	36,2	0	63,8	100

Menurut tabel berikut, diketahui bahwa responden berjumlah 58. Sebagian besar responden dengan status gizi kurang mengalami dismenore, yaitu 15 responden (57,7 %) dan pada status gizi normal terdapat 15 responden (57,1 %) yang mengalami dismenore. Kemudian hampir seluruhnya responden dengan status gizi normal mengalami menarche pada usia normal yaitu 10 – 16 tahun, sebanyak 25 responden (89,3 %) dan pada status gizi kurang hampir seluruhnya mengalami menarche pada usia normal, terdapat 24 responden (92,3 %). Berdasarkan status gizi, sebagian besar responden dengan IMT kurang mengalami siklus menstruasi

normal 21 – 30 hari, sebanyak 16 responden (61,5 %) dan pada status gizi normal terdapat 15 responden (53,6 %) dengan siklus menstruasi 21 – 30 hari. Sebagian besar responden dengan status gizi normal mengalami durasi menstruasi 3 – 6 hari, yaitu terdapat 20 responden (71,4 %).

- e. Gambaran tabulasi silang tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorea dan siklus menstruasi.

Berdasarkan tabel frekuensi di bawah ini disajikan data tabulasi silang kecemasan dengan kejadian dismenorea dan siklus menstruasi.

Tabel 9. Tabulasi silang tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorea dan siklus menstruasi pada siswi kelas VIII di SMP Negeri 4 Sleman

Karakteristik		Kejadian dismenore			Siklus menstruasi			
		Ya	Tidak	Total	> 30	< 21	21 - 30	Total
Tingkat kecemasan:								
Berat	n	0	0	0	0	0	0	0
	%	0	0	0	0	0	0	0
Sedang	n	0	0	0	0	0	0	0
	%	0	0	0	0	0	0	0
Ringan	n	10	8	18	5	6	7	18
	%	55,6	44,4	100	27,8	33,3	38,9	100
Normal	n	25	15	40	8	7	25	40
	%	62,5	37,5	100	20	17,5	62,5	100
Jumlah	n	35	23	58	13	13	32	58
%	%	60,3	39,7	100	22,4	22,4	55,2	100

Berdasarkan tabel di atas, diperoleh hasil sebagian besar responden dengan tingkat kecemasan normal mengalami dismenore sebanyak 25 responden (62,5 %) dan pada tingkat kecemasan ringan terdapat 10 responden (55,6 %) juga mengalami dismenore. Sebagian besar responden yang memiliki tingkat kecemasan normal mengalami siklus menstruasi yang normal, yaitu sebanyak 25 responden (62,5%).

B. Pembahasan

Penelitian yang dilaksanakan terhadap 58 responden dengan cara mengisi kuisioner mengenai dismenorea pada siswi kelas VIII SMP Negeri 4 Sleman, memberikan hasil tentang karakteristik biologis dan psikologis responden yang meliputi usia menarche, siklus menstruasi, durasi menstruasi, Indeks Massa Tubuh (IMT) serta tingkat kecemasan.

1. Angka kejadian dismenorea

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami dismenorea, yaitu sebanyak 35 responden (60,3%). Sementara itu, sebanyak 23 responden (39,7%) tidak mengalami dismenorea.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori pada BAB II yang menyatakan bahwa dismenorea merupakan salah satu gangguan menstruasi yang paling sering dialami oleh remaja putri. Dismenorea terjadi akibat kontraksi otot rahim yang dipengaruhi oleh peningkatan hormon prostaglandin selama menstruasi. Kontraksi yang berlebihan

tersebut menyebabkan nyeri pada perut bagian bawah sehingga dapat mengganggu aktivitas sehari-hari.

Tingginya angka kejadian dismenorea pada penelitian ini juga sejalan dengan data nasional yang menunjukkan bahwa kejadian dismenorea pada remaja putri di Indonesia masih tergolong tinggi. Masa remaja merupakan periode terjadinya perubahan hormonal yang belum stabil sehingga remaja lebih rentan mengalami gangguan menstruasi, termasuk dismenorea. Selain faktor hormonal, kondisi psikologis seperti kecemasan dan stres juga dapat meningkatkan persepsi terhadap nyeri menstruasi.

Hasil penelitian ini juga mendukung penelitian sebelumnya yang menyatakan dari 101 responden, terdapat 38 responden mengalami dismenorea sedang, 32 responden mengalami dismenorea ringan dan 24 responden mengalami dismenorea berat. Sedangkan responden yang tidak mengalami dismenorea hanya 7 responden (Fauziah et al., 2025).

2. Gambaran karakteristik responden berdasarkan usia menarche

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami menarche pada usia normal, yaitu pada rentang usia 10–16 tahun sebanyak 53 responden (91,4%). Sementara itu, sebanyak 5 responden (8,6%) mengalami menarche di luar rentang usia normal.

Hasil penelitian ini sejalan dengan teori yang menyatakan bahwa menarche pada remaja putri umumnya terjadi pada rentang usia 10–16

tahun. Menarche merupakan salah satu tanda kematangan seksual sekaligus awal berfungsinya sistem reproduksi pada perempuan. Usia terjadinya menarche dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor, seperti status gizi, aktivitas fisik, kondisi hormonal, faktor genetik, serta lingkungan. Menarche yang terjadi pada usia lebih muda, ketika anak belum mencapai kedewasaan berpikir serta masih memiliki pengetahuan yang terbatas, dapat menimbulkan beragam respons psikologis pada anak perempuan saat mengalaminya.

Mayoritas responden mengalami menarche pada usia normal karena pada masa remaja awal hingga remaja madya terjadi perkembangan hormonal yang berlangsung secara optimal. Kondisi ini menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki perkembangan sistem reproduksi yang sesuai dengan tahap usianya. Menarche yang terjadi terlalu dini maupun terlambat dapat memengaruhi kondisi reproduksi serta berpotensi meningkatkan risiko terjadinya gangguan menstruasi, termasuk dismenore.

Hasil penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Gunawati dan Nisman (2021) yang menyatakan bahwa usia menarche merupakan salah satu faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore pada remaja putri. Remaja yang mengalami menarche lebih dini cenderung memiliki risiko lebih tinggi mengalami dismenore karena organ reproduksi belum berkembang secara optimal. Hasil penelitian tersebut menyebutkan dari 94 responden, terdapat 59 responden yang

mengalami menarche di usia 12 – 13,9 tahun, sedangkan 32 responden mengalami menarche sebelum berusia 12 tahun dan 3 responden menarche pada usia lebih dari 14 tahun. (Gunawati & Nisman, 2021b).

3. Gambaran karakteristik responden berdasarkan siklus menstruasi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi normal, yaitu berkisar antara 21–30 hari sebanyak 32 responden (55,2%). Sementara itu, sebanyak 26 responden (44,8%) memiliki siklus menstruasi yang tidak normal.

Menurut teori, siklus menstruasi normal berlangsung selama 21–35 hari dengan rata-rata siklus 28 hari. Siklus menstruasi dipengaruhi oleh keseimbangan hormon estrogen dan progesteron. Ketidakteraturan siklus menstruasi dapat disebabkan oleh beberapa faktor, seperti stres, kelelahan, perubahan hormonal, aktivitas fisik yang berlebihan, serta status gizi yang kurang baik.

Sebagian besar responden memiliki siklus menstruasi normal, yang menunjukkan bahwa fungsi hormonal reproduksi pada mayoritas siswi telah berjalan dengan baik. Namun, masih terdapat responden dengan siklus menstruasi tidak normal yang kemungkinan dipengaruhi oleh kondisi psikologis remaja, perubahan hormon pada masa pubertas, pola istirahat, maupun aktivitas sehari-hari. Pada masa remaja, ketidakteraturan siklus menstruasi masih sering terjadi karena sistem hormonal belum berkembang secara sempurna. Kondisi tersebut dapat

memengaruhi timbulnya keluhan dismenore akibat adanya ketidakseimbangan hormon reproduksi.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Dewi, C, et, 2025), yang menunjukkan hasil dari 115 responden, terdapat 80 responden (69,9 %) mengalami siklus tidak normal. Hal ini disebabkan adanya perbedaan usia responden, yaitu kelas X dan VIII. Secara psikologis, semakin bertambah usia umumnya akan menghadapi tekanan yang lebih tinggi. Perubahan IMT juga berperan dalam ketidakstabilan siklus menstruasi remaja putri.

4. Gambaran karakteristik responden berdasarkan durasi menstruasi

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki durasi menstruasi normal, yaitu antara 3–6 hari sebanyak 37 responden (63,8%). Sementara itu, sebanyak 21 responden (36,2%) memiliki durasi menstruasi yang tidak normal.

Menurut teori, durasi menstruasi normal berlangsung selama 3–7 hari. Lama menstruasi dipengaruhi oleh kondisi hormonal, kesehatan reproduksi, serta status gizi seseorang. Menstruasi yang berlangsung terlalu lama maupun terlalu singkat dapat menjadi salah satu faktor yang memengaruhi timbulnya dismenore.

Sebagian besar responden memiliki durasi menstruasi normal, yang menunjukkan bahwa proses peluruhan endometrium berlangsung secara fisiologis. Namun, masih terdapat responden dengan durasi

menstruasi tidak normal yang kemungkinan dipengaruhi oleh ketidakseimbangan hormon maupun kondisi fisik tertentu.

Durasi menstruasi yang lebih panjang dapat menyebabkan kontraksi uterus berlangsung lebih lama sehingga meningkatkan nyeri saat menstruasi. Sebaliknya, durasi menstruasi yang terlalu singkat juga dapat berhubungan dengan ketidakseimbangan hormonal pada remaja.

Hasil penelitian ini berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh (Yuvista, I, 2024), yaitu sebagian besar remaja putri memiliki lama menstruasi yang berisiko yaitu sebanyak 35 responden (74,5 %), sedangkan sebagian kecil responden memiliki lama menstruasi yang tidak berisiko yaitu sebanyak 12 responden (25,5 %). Perbedaan hasil penelitian ini disebabkan oleh adanya karakteristik yang berbeda antara siswi kelas XI dengan kelas VIII, secara biologis banyak remaja putri usia SMA yang mengalami perubahan IMT, baik peningkatan maupun penurunan. IMT yang terlalu rendah dapat menyebabkan penurunan produksi estrogen sehingga menstruasi dapat menjadi lebih singkat atau tidak teratur. Sebaliknya, IMT yang berlebih dapat meningkatkan kadar estrogen secara tidak seimbang, sehingga menstruasi berpotensi berlangsung lebih lama atau disertai perdarahan yang lebih banyak. Gaya hidup yang cenderung lebih tidak sehat juga memicu adanya gangguan durasi menstruasi, seperti konsumsi makanan cepat saji, aktivitas fisik yang berlebihan/kurang, konsumsi kafein berlebihan serta pola tidur yang berantakan/tidak sesuai kebutuhan.

5. Gambaran karakteristik responden berdasarkan Indeks Massa Tubuh (IMT)

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi obesitas atau kurang sebanyak 30 responden (51,7 %), sedangkan 28 responden (48,3%) memiliki IMT normal.

Menurut teori, status gizi memiliki hubungan dengan fungsi reproduksi pada perempuan. IMT yang terlalu rendah maupun terlalu tinggi dapat menyebabkan gangguan hormonal yang memengaruhi siklus menstruasi serta meningkatkan risiko terjadinya dismenore. Perempuan dengan IMT rendah cenderung mengalami penurunan hormon estrogen, sedangkan obesitas dapat mengganggu fungsi hipotalamus dan produksi hormon reproduksi.

Sebagian besar responden memiliki IMT yang tidak normal. Kondisi ini menunjukkan bahwa masih terdapat remaja yang mengalami masalah status gizi, baik berupa kekurangan maupun kelebihan berat badan. Faktor pola makan, aktivitas fisik, serta gaya hidup remaja dapat memengaruhi kondisi tersebut.

Status gizi yang tidak normal dapat menyebabkan ketidakseimbangan hormon reproduksi sehingga memengaruhi proses menstruasi dan meningkatkan risiko terjadinya dismenore. Oleh karena itu, remaja perlu menjaga pola makan dengan gizi seimbang serta melakukan aktivitas fisik secara teratur.

Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian (W. Antika et al., 2024) yang menyatakan bahwa status gizi berhubungan dengan kejadian dismenore pada remaja putri. Pada hasil penelitian tersebut disebutkan bahwa responden yang memiliki status gizi *underweight* lebih banyak (43,3 %) dibanding dengan status gizi yang lain.

6. Gambaran karakteristik responden berdasarkan tingkat kecemasan

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan normal, yaitu sebanyak 40 responden (69%). Sementara itu, sebanyak 18 responden (31%) memiliki tingkat kecemasan ringan.

Menurut teori, kecemasan merupakan respons emosional yang muncul akibat rasa takut atau stres terhadap situasi tertentu. Pada remaja putri, kecemasan dapat memengaruhi keseimbangan hormon serta meningkatkan produksi prostaglandin yang memicu kontraksi rahim sehingga nyeri menstruasi dirasakan lebih berat.

Sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan normal, yang menunjukkan bahwa mayoritas siswi mampu mengelola kondisi emosional dengan baik. Namun, masih terdapat responden yang mengalami kecemasan ringan. Kondisi tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh perubahan hormonal, aktivitas sekolah, tekanan akademik, maupun kurangnya pemahaman mengenai menstruasi dan dismenore.

Kecemasan dapat menurunkan ambang nyeri sehingga nyeri menstruasi dirasakan lebih berat. Selain itu, kondisi psikologis yang kurang baik juga dapat memengaruhi aktivitas belajar dan konsentrasi remaja di sekolah.

Hasil penelitian ini sesuai dengan teori Wahyuniar et al. (2024) yang menyatakan bahwa kecemasan memiliki hubungan dengan peningkatan nyeri dismenore pada remaja putri (Nisa K, 2026).

7. Tabulasi silang IMT dengan kejadian dismenorea dan karakteristik biologi.

Berdasarkan hasil tabulasi silang antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenore serta karakteristik biologis, yaitu usia menarche, siklus menstruasi, dan durasi menstruasi, diperoleh gambaran bahwa responden dengan status gizi normal maupun tidak normal tetap berisiko mengalami dismenore.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden dengan kategori IMT normal sebanyak 28 responden (48,3%). Namun, jumlah responden dengan IMT kurang juga cukup tinggi, yaitu sebanyak 26 responden (44,8%), serta responden dengan IMT obesitas sebanyak 4 responden (6,9%). Hal ini menunjukkan bahwa masih terdapat siswi yang memiliki status gizi tidak seimbang, baik berupa kekurangan maupun kelebihan berat badan.

8. Tabulasi silang tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorea dan siklus menstruasi.

Berdasarkan hasil tabulasi silang, responden dengan tingkat kecemasan normal yang mengalami dismenore sebanyak 25 responden (62,5%), sedangkan responden dengan tingkat kecemasan ringan yang mengalami dismenore sebanyak 10 responden (55,6%). Hasil ini menunjukkan bahwa dismenore dapat terjadi baik pada responden dengan tingkat kecemasan normal maupun ringan.

Selain itu, responden dengan tingkat kecemasan normal lebih banyak memiliki siklus menstruasi normal (21–30 hari), yaitu sebanyak 25 responden (62,5%). Hal ini menunjukkan bahwa meskipun siklus menstruasi berada dalam kategori normal, dismenore tetap dapat terjadi karena adanya faktor lain, seperti peningkatan prostaglandin, status gizi, serta kondisi psikologis.

C. Keterbatasan Penelitian

Data penelitian diperoleh melalui kuesioner tertutup yang diisi oleh responden, sehingga jawaban yang diberikan sangat bergantung pada kejujuran serta pemahaman responden terhadap pertanyaan. Kondisi ini berpotensi menimbulkan bias informasi. Selain itu, penelitian ini tidak disertai pemeriksaan klinis atau pemeriksaan kesehatan secara langsung, sehingga variabel seperti IMT, siklus menstruasi, durasi menstruasi, serta kejadian dismenore diperoleh berdasarkan jawaban responden, tidak melalui pemeriksaan medis dan tidak sedang mengalami menstruasi. Hal

tersebut memungkinkan terjadinya ketidaktepatan data. Penelitian dengan deskriptif sehingga tidak bisa menjawab faktor-faktor dominan.