



Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya

ISSN : 2809-3151

DOI: <https://doi.org/10.54883/jikmw.v2i1.640>

<https://ejournal.umw.ac.id/jikmw/index>



Identifikasi Kecemasan Dismenore Pada Remaja Putri Dengan Menggunakan Skala Bai (Beck Anxiety Inventory) Dan Vas (Visual Analog Scale)

¹Sri Yuliatin, ¹Dian Mardi Yani, ²Yunita Amraeni, ¹Eva Novita Sari, ¹Wilda Juni

¹Program Studi Psikologi Fakultas Ilmu Sosial dan Bisnis Universitas Mandala Waluya

²Program Studi Magister Kesehatan Masyarakat Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Mandala Waluya

ABSTRAK

Indonesia mencatat 90% kasus dismenore terjadi pada remaja putri. Timbulnya kecemasan kemungkinan dapat mempengaruhi tingkat dismenore pada remaja putri. Pada remaja yang tidak siap dalam menghadapi menstruasi akan mengalami kecemasan dan mengakibatkan penurunan terhadap ambang nyeri yang pada akhirnya membuat nyeri haid menjadi lebih berat dengan tingkat kronis dan akut, gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik (somatik). Tujuan studi ini untuk mengidentifikasi tingkat kecemasan dan dismenore serta menganalisis hubungan kecemasan terhadap dismenore. Wawancara dilakukan terhadap 70 siswi putri di SMAN 8 Kendari tahun 2022 dengan menggunakan pendekatan cross sectional. Pengukuran dengan skala Bai untuk identifikasi kecemasan, sementara pengukuran VAS digunakan untuk identifikasi tingkat dismenore. Analisis deskriptif dan inferensial dengan chi square untuk analisis studi. Hasil penelitian mengemukakan Tingkat Dismenore dominan pada level sedang (65%), sementara untuk tingkat kecemasan pada tingkatan ringan (66,7%). Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan terhadap dismenore. Sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan yang ringan terhadap dismenore. Perlu peningkatan akses pelayanan kesehatan reproduksi secara aktif maupun pasif dari pihak instansi kesehatan sehingga informasi tentang kesehatan reproduksi lebih aplikatif.

Kata Kunci : Kecemasan, Dismenore, VAS, Skala Bai, Remaja

Identification of Dysmenorrhea Anxiety in Adolescent Girls Using the Bai Scale (Beck Anxiety Inventory) and Vas (Visual Analog Scale)

ABSTRACT

Indonesia recorded 90% of cases of dysmenorrhea occurring in adolescent girls. The emergence of anxiety may affect the level of dysmenorrhea in adolescent girls. Adolescents who are not ready to face menstruation will experience anxiety and result in a decrease in the pain threshold which in turn makes menstrual pain more severe with chronic and acute levels, symptoms of anxiety can take the form of physical (somatic) disorders. The purpose of this study was to identify the level of anxiety and dysmenorrhea and to analyze the relationship between anxiety and dysmenorrhea. Interviews were conducted on 70 female students in coastal schools using a cross sectional approach. Measurements with the Bai scale were used to identify anxiety, while the VAS measurements were used to identify the level of dysmenorrhea. Descriptive and inferential analysis with chi square for study analysis. The results showed that the dominant dysmenorrhea level was at a moderate level (65%), while the level of anxiety was at a mild level (66.7%). There is a relationship between the level of anxiety and dysmenorrhea. Most of the respondents had a mild level of anxiety about dysmenorrhea. It is necessary to increase access to reproductive health services, both actively and passively from the health agency so that information on reproductive health is more applicable.

Keywords: : Anxiety, Dysmenorrhea, VAS, Bai Scale, Youth

Penulis Korespondensi :
Yunita Amraeni
Universitas Mandala Waluya
E-mail : zahra.kahfi@gmail.com
No. Hp : 081343 733633

Info Artikel :
Submitted : 20 April 2022
Revised : 28 Mei 2022
Accepted : 15 Juni 2022
Published : 30 Juni 2022

PENDAHULUAN

Masa remaja atau puber adalah suatu tahap perkembangan kematangan fisik, alat-alat seksual dan tercapainya kemampuan reproduksi. Kematangan fisik remaja putri ditandai dengan adanya perubahan-perubahan siklus pada organ reproduksinya yang dimaksudkan sebagai persiapan untuk terjadinya kehamilan. Perubahan siklik yang dialami remaja khususnya remaja putri menuju kematangan fisik tersebut adalah menstruasi (Pusdatin,2022).

Salah satu ciri yang menandai masa pubertas perempuan adalah menstruasi. Menstruasi pertama atau disebut juga *menarche* yang dialami oleh remaja perempuan adalah sekitar usia 10 tahun, namun bisa juga lebih dini atau lebih lambat (Laila, 2011). Menstruasi adalah keluarnya darah haid dari kemaluan perempuan setiap bulan akibat gugurnya dinding rahim karena sel telur tidak dibuahi. Pada saat haid, sering muncul keluhan atau gangguan, khususnya pada wanita produktif terutama pada remaja yang sering terjadi yaitu nyeri haid atau dismenore (Sommer et al,2015).

Hasil Survey Demografi Kesehatan Indonesia (SDKI) Remaja Tahun 2017 menunjukkan usia *menarche* perempuan Indonesia adalah usia kurang dari 10 tahun sebanyak 2%, usia 11 tahun sebanyak 7%, usai 12 tahun sebanyak 12%, usia 13 tahun sebanyak 27,7%, usia 14 tahun sebanyak 22,9%, usia 15 tahun sebanyak 10,9%, usia 16 tahun sebanyak 2,3%, usia 17 tahun sebanyak 3,6%. Berdasarkan data SDKI 2017 terdapat 2% remaja perempuan yang mengalami *menarche* dini (BKKBN,2021). Di Indonesia, dikatakan 90% perempuan Indonesia pernah mengalami dismenore. Kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,52% yang terdiri dari

54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder.

Perempuan akan sering mengalami keluhan-keluhan menjelang menstruasi atau disebut *premenstrual syndrome* yang biasanya dimulai satu minggu sampai dengan beberapa hari sebelum datangnya menstruasi dan menghilang sesudah menstruasi datang walaupun kadang terus berlanjut sampai menstruasi berhenti (Siswosudarmo,2008). Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian dismenore adalah faktor kecemasan pada remaja yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan, faktor konstitusi seperti anemia, faktor pengetahuan, dan faktor endokrin atau hormon yang dikarenakan endometrium memproduksi hormon prostaglandin (Abdul,2016). Pada remaja yang tidak siap dalam menghadapi menstruasi akan mengalami kecemasan dan mengakibatkan penurunan terhadap ambang nyeri yang pada akhirnya membuat nyeri haid menjadi lebih berat dengan tingkat kronis dan akut, gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik (somatik) seperti gangguan saluran pencernaan, nyeri saat haid dan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi (Anugraeni,2017). Oleh karena itu perlu adanya studi untuk prevalensi

Dismenore dan kecemasan. Sehingga tujuan dari penelitian untuk mengetahui prevalensi dismenore pada remaja, prevalensi kecemasan pada remaja, dan mengetahui hubungan kecemasan dengan dismenore pada remaja di wilayah pesisir dan pertambangan Provinsi Sulawesi Tenggara.

METODE

Penelitian ini dilakukan di SMA 8 Kendari pada bulan Mei 2022 dengan menggunakan penelitian Deskriptif. Metode

penelitian ini menggunakan desain penelitian *cross sectional*. Wawancara dilakukan pada 70 siswi dengan teknik simple random sampling. Penelitian ini menggunakan skala BAI, tinggi rendahnya kecemasan dioperasionalkan dalam bentuk skor, di mana skor-skor tersebut dilihat dari berapa banyak responden yang mengalami gejala kecemasan selama seminggu sebelumnya. Pengukuran Dismenore dengan Visual Analogue Scale (VAS) yaitu suatu alat pengukur psikometri

yang dirancang untuk mendokumentasikan karakteristik keparahan gejala yang terkait dengan penyakit pada masing-masing pasien dan menggunakannya untuk mencapai derajat keparahan penyakit. Analisis deskriptif digunakan untuk mendeskripsikan tingkat kecemasan dan tingkat dismenore. Dan analisis inferensial untuk menganalisis hubungan tingkat kecemasan terhadap Dismenore.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Hasil Penelitian

Penelitian dilakukan terhadap 70 remaja putri / siswi yang duduk di kelas 1 dan 2 Sekolah Menengah Atas dengan rentang usia yang sama antara 15-16 tahun.

Prevalensi Nyeri/Dismenore

Dismenore memiliki tingkatan yang terbagi atas Dismenore ringan, Dismenore sedang dan Dismenore berat. Mayoritas responden mengalami Dismenore sedang (62,5%), sementara Dismenorea ringan (15,3%) dan Dismenore berat (22,2%).

Tabel 1. Distribusi responden berdasarkan tingkat Dismenore

Tingkat Dismenore	n	%
Nyeri Ringan	11	15,3
Nyeri sedang	45	62,5
Nyeri berat	16	22,2
Total	72	100

Tingkat Kecemasan

Kecemasan memiliki tingkatan yang terbagi atas kecemasan ringan, kecemasan

sedang dan kecemasan berat. Mayoritas responden mengalami kecemasan ringan (66,7%), kecemasan sedang (20,8%) dan kecemasan berat (12,5%).

Tabel 2. Distribusi responden berdasarkan tingkat kecemasan

Tingkat Kecemasan	n	%
Kecemasan Ringan	48	66,7
Kecemasan sedang	15	20,8
Kecemasan berat	9	12,5
Total	72	100

Hubungan Kecemasan terhadap Dismenore

Tabel 3 menunjukkan hubungan kecemasan terhadap dismenore dengan nilai p value = 0,008 (nilai $\alpha < 0,05$). Terlihat gambaran yang signifikan pada tabel dengan tingkat kecemasan berat maka akan menimbulkan dismenore dengan tingkatan sangat mengganggu. Begitu Pula sebaliknya dengan tingkat kecemasan yang ringan seiring dengan tingkat dismenore yang tidak atau kadang mengganggu.

Tabel 3. Hubungan kecemasan terhadap Dismenore

Tingkat kecemasan	Tingkat Dismenore						Total	
	Tidak begitu mengganggu		Kadang mengganggu		Sangat mengganggu			
	n	%	n	%	n	%	n	%
Ringan	10	20,8	32	66,7	6	12,5	48	100
Sedang	1	6,7	10	66,7	4	26,7	15	100
Berat	0	0	3	33,3	6	66,7	9	100
P value = 0,008 (< p value = 0,05)								

Pembahasan

Tingkat Dismenore

Usia siswi SMA disebut masa remaja yang merupakan fase perkembangan antara masa kanak-kanak dan masa dewasa, berlangsung antara usia 10 sampai 19 tahun. Kondisi remaja berbeda dengan orang dewasa dalam hal perubahan biologis dan kejiwaan (Psikososial) (Andrew, 2010). Usia remaja merupakan tahap perkembangan alat reproduksi, terutama wanita dengan kondisi pertama kali mengalami menstruasi. Kondisi awal seringkali mengalami nyeri atau disebut Dismenore (Dewi,2012).

Harel (2018) menjelaskan bahwa kejadian Dismenore dimulai pada tingkatan ringan sampai berat saat mengalami menstruasi. Gejala yang dialami seperti gejala tingkah laku termasuk perasaan lelah, mudah teriritasi, cemas, depresi, emosi labil, insomnia, nafsu makan meningkat, dan kesulitan bekerja efektif, gejala fisik dapat berupa kembung, nyeri payudara, edema pergelangan kaki, nyeri kepala, dan sebagainya.

Hasil studi mengidentifikasi tingkatan Dismenore pada siswi SMA mayoritas berada pada tingkatan Dismenore sedang (62,5%). Dismenore

sedang yang dialami responden dapat dipengaruhi oleh kondisi psikologis yang tidak stabil, seperti mudah marah, cepat tersinggung, kesal pada semua orang, dan lain-lain, terlebih bagi para remaja putri yang harus tetap melakukan aktivitas seperti sekolah dalam kondisi kesakitan (dismenorea). Semua itu sangat mengganggu dan membuat badan tidak nyaman, aktivitas terganggu, produktivitas kerja pun akan menurun (Anurogo, 2011).

Tingkatan Dismenore dipengaruhi oleh pengetahuan. Tingkat pengetahuan yang baik tentang menstruasi lebih memiliki pemahaman dengan fakta bahwa selama menstruasi kemungkinan akan mengalami dismenore sehingga dapat dilakukan antisipasi untuk meringankan beban Dismenore (Dita dkk,2021). Dalam kaitannya dengan ilmu sosiologi antropologi, faktor-faktor yang mempengaruhi perilaku pencarian pertolongan kesehatan terhadap nyeri dismenore, antara lain pengalaman (pengalaman orang-orang disekitarnya bahwa dismenore tidak mengganggu aktivitas), persepsi (dismenore adalah yang biasa dan wajar terjadi), tingkat pengetahuan atau pemahaman (sehingga kurang dapat mengambil keputusan),

motivasi (rasa ingin tahu kurang), kepercayaan (cenderung terapi alternatif), kemudahan mendapatkan pelayanan kesehatan (alasan biaya), dan tingkat sosial ekonomi (status sosial ekonomi kurang, tingkat pendidikan kurang, ketidakmampuan mengambil keputusan) (Devfi & Monica, 2022).

Studi Helmy dan Nanda (2019) menggambarkan bahwa minimnya pengetahuan remaja sebagai dampak dari kurangnya informasi kesehatan yang tepat dan akses remaja untuk pelayanan kesehatan reproduksi terbatas atau belum ada untuk beberapa wilayah. Sementara terdapat 22,2% siswi dengan tingkat dismenore berat. Siswi yang mengalami Dismenore berat berdampak pada aktivitas akibat nyeri haid yang tidak dapat diatasi sehingga mengganggu aktivitas belajar dan aktivitas lainnya. Pengetahuan yang rendah tentang dismenore dapat menyebabkan remaja mengalami kecemasan, stres dan ketidaknyamanan (Abdul, 2016). Dengan demikian, penting ditingkatkan pengetahuan tentang pemahaman remaja terhadap dismenore agar mereka tidak mengalami kecemasan pada saat terjadi dismenore. Meskipun sebagian besar kasus dismenore pada remaja putri disebabkan oleh faktor intrinsik uterus dan berhubungan erat dengan ketidakseimbangan hormone steroid seks dan jarang disebabkan oleh kelainan organ pelvis (infeksi, endometriosis, adenomyosis, mioma uteri, tumor ovarium, atau polip endometrium), tetapi edukasi tepat diperlukan agar tidak menyebabkan keterlambatan diagnosis penyebab dismenore (Anugraeni, 2017).

Tingkat Kecemasan

Hasil studi menunjukkan tingkat kecemasan siswi mayoritas berada pada tingkatan ringan (66,7%). hal ini disebabkan oleh adanya sifat subjektif dari kecemasan. kecemasan dapat menyerang siapa saja, setiap saat, dengan atau tanpa alasan apapun. Kecemasan dipengaruhi oleh tingkat kematangan individu. Kecemasan ini terjadi karena peningkatan ketegangan emosional yang dihasilkan dari perubahan fisik dan hormonal. Pada masa ini emosi seringkali sangat intens, tidak terkontrol dan nampak irasional (Chen Chen, 2015). Temuan penelitian ini sejalan dengan teori yang dikemukakan oleh Soetjningsih (2010) masa remaja juga dikenal dengan masa storm and stress dimana terjadi pergolakan emosi yang diiringi pertumbuhan fisik yang pesat dan pertumbuhan psikis yang bervariasi. Sedangkan menurut Sarwono (2010) yang menyatakan bahwa masa Remaja atau masa adolesensi adalah suatu fase perkembangan yang dinamis. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik, mental, emosional dan sosial.

Dampak umum pada saat terjadi kecemasan adalah timbulnya depresi dan stress sehingga dapat mengganggu maksimalnya pelaksanaan aktivitas keseharian, bahkan pada kasus terburuk menyebabkan gangguan jiwa. Hasil studi menunjukkan persentase terbesar pada indikator gejala kecemasan adalah emosi yang seringkali meledak ledak. Indikator tersebut merupakan dampak cemas yang tidak dapat dikendalikan dan berlanjut ke arah kondisi depresi dan stres.

Hubungan Tingkat Kecemasan Terhadap Dismenore

Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dan Dismenore dengan nilai signifikansi 0,008 (nilai $\alpha < 0,05$), Temuan hasil penelitian ini didukung penelitian yang dilakukan oleh Dita dkk (2020) menunjukkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kecemasan pada siswa perempuan dengan kejadian dismenorea.

Tubuh akan memproduksi hormon adrenalin, estrogen, progesteron serta prostaglandin yang berlebih pada saat terjadi gangguan psikologis diantaranya seperti kecemasan pada diri remaja. Hal ini berdampak pada peningkatan kontraksi uterus secara berlebihan, peningkatan kontraksi secara berlebihan ini menyebabkan rasa nyeri termasuk otot rahim dan dapat menjadikan nyeri ketika menstruasi (Devfi dan Monica, 2022).

Kecemasan dapat mempengaruhi tingkatan dismenore tergantung pada banyak sedikitnya informasi dan pengetahuan yang dimiliki siswi terkait menstruasi. Siswi dengan informasi dan tingkat pengetahuan yang lebih memiliki tingkat kecemasan yang lebih ringan dibandingkan siswi dengan informasi dan pengetahuan yang lebih sedikit.

KESIMPULAN

Tingkat Dismenore dominan pada level sedang (65%), sementara untuk tingkat kecemasan pada tingkatan ringan (66,7%). Terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan dismenore. Sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan yang ringan terhadap dismenore. Perlu peningkatan akses pelayanan kesehatan reproduksi secara aktif maupun pasif dari pihak instansi kesehatan sehingga informasi tentang kesehatan reproduksi lebih aplikatif.

UCAPAN TERIMA KASIH

Tim peneliti mengucapkan terima kasih kepada yayasan Mandala Waluya untuk kontribusi dana dan kepada pihak sekolah SMA 8 untuk perizinan melakukan penelitian.

DAFTAR PUSTAKA

- Abdul, K. (2016). Kejadian Dismenore berdasarkan Karakteristik Orang dan Waktu serta Dampaknya Pada Remaja Putri SMA dan Sederajat di Jakarta Barat tahun 2015. Fakultas Kedokteran dan Ilmu Kesehatan Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta
- Andrews.,Gilly. (2010). Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita. 2nd ed, Jakarta: Penerbit Buku Kedokteran EGC
- Anurogo,& Wulan (2011). Terapi Relaksasi terhadap Nyeri Dismenore pada Mahasiswi. Universitas Muhammadiyah Semarang. Seminar nasional Unimus, 106.
- Anugraeni, S, D. (2017). Gambaran Penanganan Nyeri Dismenorea Pada Siswi SMP Muhammadiyah Di Kebumen Tahun 2017". <http://elib.stikesmuhgombang.ac.id/585/1/SONYA%20DWI%20ANUGRAENI%20NIM.%0A11300946.pdf>
- Chen HM, Chen CH. (2015). Related factors and consequences of menstrual distress in adolescent girls with dysmenorrhea. *Kaohsiung J Med Sci*;21:7–121.
- Devfi Herlina, Thrisia Monica. (2022). Hubungan Dismenore Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Kelas Vii Di Smpn I Sungai Penuh. *Journal Of Nursing And Health*. ISSN 2502-1524
- Dewi, N.S. (2012), Biologi Reproduksi, Yogyakarta: Pustaka Rihama
- Dita Permata dewi, Vira Sandayanti& Nopi Sani. (2021). Hubungan tingkat kecemasan dan dismenore dengan konsentrasi belajar mahasiswa. *Jurnal*

- Psikologi Malahayati. Vol 3 No.2.Sep.2021:74-82
- Grant, M. M. (1990). Beck Anxiety Inventory. Myrtle Beach: Coastal Center for Cognitive Therapy, PA.
- Harel Z. (2018) Dysmenorrhea in adolescents. *Ann N Y AcadSci*; 1135: 185±195
- Helmy Apreliasari, Nanda Masriani Daulany. 2019. Hubungan Pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri tentang dismenorea. *Jurnal Kesehatan Ilmiah Indonesia*. Vol 4. No.1 Judha,M., Sudarti, Fauziah,A. 2012. Teori pengukuran nyeri & nyeri persalinan. Yogyakarta :Nuha Medika.
- King, L. A. (2012). Psikologi Umum : Sebuah Pandangan Apresiatif Buku 2. Jakarta: Salemba
- Humanika
- Mönks, F.J., Knoers, A.M.P., & Haditono, S.R. (2008). Psikologi. Perkembangan: Pengantar dalam Berbagai Bagiannya. Yogyakarta: Gadjah Mada 38
- Morgan, G., &, Hamilton, C. (2009). Obstetrik Dan Ginekologi: Panduan. Praktik. Jakarta: EGC
- Ohman A. Fear and anxiety: evolutionary, cognitive, and clinical perspectives. Dalam: M Leons, JM Haviland. *Handbook of emotion*. New York: The Guilford Press; 2016.h.573-93.
- Kaplan H.I, Sadock B.J, Grebb J.A. (2010). Sinopsis Psikiatri Jilid 2. Terjemahan Widjaja Kusuma. Jakarta: Binarupa Aksara. p. 86-108
- Klimek, L., Bergmann, K.C., Biedermann, T., Bousquet, J., Hellings, P., Jung, K., Merk, H., Olze, H., Schlenter, W., Stock, P., Ring, J., Wagenmann, M., Wehrmann, W., Mösges, R., Pfaar, O., (2017), Visual analogue scales (VAS): Measuring instruments for the documentation of symptoms and therapy monitoring in cases of allergic rhinitis in everyday health care', *Visual Analogue Scale (VAS)*, vol. 26, no. 1, Page 16-24.
- Laila, N. N. (2011). Buku Pintar Menstruasi + Solusi Atasi Segala Keluhannya. Yogyakarta: Buku Biru
- Sarwono, S. W . Psikologi Remaja, Edisi Revisi. Jakarta: PT Raja. Grafindo ; 2010.
- Seligman MEP, Walker EF, Rosenham DL. (2015) *Abnormal psychology*. Edisi ke-4. New York: WW Norton and Company Inc
- Siswosudarmo. R. Ova Emilia. (2008) *Obstetri Fisiologi*. Yogyakarta: Pustaka Cendekia
- Soetjningsih. (2010) *Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Seto.
- Sommer, M., Sutherland, C. & Chandra-Mouli, V. (2015) Putting menarche and girls into the global population health agenda. *Reprod Health* 12, 24. <https://doi.org/10.1186/s12978-015-0009-8>
- Stuart, G. W., Keliat, B. A., & Pasaribu, J. (2016). Prinsip dan praktik keperawatan kesehatan jiwa stuart. Edisi Indonesia (Buku 1). Singapura: Elsevier.
- Wiknjosastro H.(2009) *Ilmu Kebidanan*. Edisi ke-4 Cetakan ke-2. Jakarta: Yayasan. Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 2523 - 529
- WHO. 2018. *World Health Statistics*. Geneva

Jurnal Ilmiah Kesehatan Mandala Waluya (JIKMW) is licensed under a Creative Commons Attribution 4.0 International License.

