

## Hubungan Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress Dengan Dismenore Pada Siswi SMP Negeri 2 Pacet Tahun 2023

Vera Fauziah Octaviani<sup>1\*</sup>, Retno Sugesti<sup>2</sup>, Meinasari Kurnia Dewi<sup>3</sup>

<sup>1,2,3</sup>Program Studi Ilmu Kebidanan  
Universitas Indonesia Maju, Indonesia

\*Email: veabc93@gmail.com

### Abstrak

Dismenorea merupakan hal yang umum terjadi pada wanita, maka dari itu sebagian besar yang mengalaminya tidak memeriksakan diri ke dokter atau tenaga kesehatan lainnya. Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa sebanyak 30% sampai 70% wanita mengobati nyeri haid dengan mengonsumsi obat pereda nyeri yang dijual bebas tanpa resep dokter. Hal ini sangat beresiko karena efek samping dari obat tersebut sangat beragam dan sangat berbahaya jika dikonsumsi dalam jangka panjang, tanpa pengawasan dan dosis yang tidak tepat. Tujuan : Untuk mengetahui Hubungan Pengetahuan Status Gizi dan Tingkat Stress dengan kejadian Dismenorea pada Siswi SMP Negeri 2 Pacet. Metode Penelitian : Jenis penelitian yang dilakukan adalah Deskriptif analitik dengan desain cross sectional, penelitian ini mengamati Hubungan Pengetahuan, Status Gizi, dan Tingkat Stress terhadap dismenroea pada Siswi SMP Negeri 2 Pacet. Kesimpulan : Pengetahuan, Status Gizi dan tingkat Stress secara simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap Dismenore. Hal ini dibuktikan dengan nilai signifikan F sebesar  $0,000 < 0,05$ . Dan nilai F hitung yang diperoleh lebih besar daripada nilai F tabel yaitu sebesar  $25,016 > 2,766$  yang artinya Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress secara simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap Dismenore. Saran : Berdasarkan hasilpenelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mencoba memberikan beberapa saran kepada pihak peneliti yang akan datang. Dengan harapan bahwa saran-saran yang diberikan dapat bermanfaat dalam meningkatkan sikap Dismenore dan memberikan gambaran bagi peneliti yang akan datang.

**Kata Kunci** : dismenore, pengetahuan, status gizi, tingkat stress

### Abstract

*Dysmenorrhea is a common thing in women, therefore most of those who experience it do not see a doctor or other health worker. Previous research stated that as many as 30% to 70% of women treat menstrual pain by taking over-the-counter pain relievers without a doctor's prescription. This is very risky because the side effects of these drugs are very diverse and very dangerous if consumed in the long term, without supervision and in the wrong dosage. Objective: To determine the relationship between Knowledge of Nutrition Status and Stress Levels with the Incidence of Dysmenorrhea in Pacet 2 Public Middle School Students. Research Methods: The type of research conducted was analytic descriptive with a cross-sectional design. This study observed the relationship of knowledge, nutritional status, and stress levels to dysmenorrhea in female students at SMP Negeri 2 Pacet. Conclusion: Knowledge, nutritional status and stress levels simultaneously have a positive and significant effect on dysmenorrhea. This is evidenced by the significant F value of  $0.000 < 0.05$ . And the calculated F value obtained is greater than the table F value, which is equal to  $25.016 > 2.766$ , which means that knowledge, nutritional status and stress levels simultaneously have a positive and significant effect on dysmenorrhea. Suggestion: Based on the results of the research that has been done, the researcher tries to give some suggestions to future researchers. With the hope that the suggestions provided can be useful in improving the attitude of dysmenorrhea and providing an overview for future researchers.*

**Keywords:** *dysmenorrhea, knowledge, nutrition status, stress level*

## Pendahuluan

Masa Remaja merupakan masa peralihan dari pubertas ke dewasa, pada masa ini terjadi proses pematangan yang mencakup kematangan mental, emosional, sosial, dan fisik. Masa remaja di tandai dengan munculnya karakteristik seks primer, hal tersebut dipengaruhi oleh mulai bekerjanya kelenjar reproduksi. Kejadian yang muncul saat pubertas dalam pertumbuhan badan yang cepat, timbulnya ciri-ciri kelamin sekunder, menarche, dan perubahan psikis. Pada wanita, pubertas ditandai dengan terjadinya haid atau menstruasi. Menstruasi merupakan proses keluarnya darah dari rahim melalui proses keluarnya darah dari rahim melalui vagina setiap bulan selama masa usia subur.<sup>1</sup>

Menstruasi pertama kali biasanya dialami oleh perempuan sekitar usia 10 tahun, namun bisa juga lebih dini atau lebih lambat. Menstruasi menandakan bahwa seorang perempuan sudah mampu untuk dapat menghasilkan keturunan dan tentunya hal ini sangat diharapkan oleh semua perempuan.<sup>2</sup>

Nyeri menstruasi terjadi karena prostaglandin, yaitu zat yang menyebabkan otot rahim berkontraksi. Pada sebagian perempuan, nyeri menstruasi yang dirasakan dapat berupa nyeri samar, tetapi bagi sebagian yang lain dapat terasa kuat bahkan bisa membuat aktivitas terganggu. Rasa nyeri yang timbul ini biasanya dikenal dengan nama dismenore.<sup>2</sup>

Dismenore merupakan keluhan yang seringkali dirasakan oleh wanita pada saat menstruasi. Dismenore adalah rasa sakit pada bagian bawah perut ketika mengalami siklus menstruasi. Nyeri biasanya berlangsung sebelum atau pada saat mengalami menstruasi.<sup>3</sup>

Dismenore termasuk salah satu keluhan terkait menstruasi yang banyak dialami oleh wanita. Dismenore merupakan gangguan menstruasi dengan angka kejadian tertinggi sebesar 89,5%, diikuti oleh ketidaknyamanan menstruasi sebesar 31,2% dan menstruasi berkepanjangan sebesar 5,3%.<sup>3</sup> Pada beberapa penelitian, ditemukan prevalensi dismenore bervariasi antara 15,8% dan 89,5%.<sup>3</sup>

Menurut World Health Organization (WHO), kejadian dismenore mencapai 90%. Prevalensinya secara umum lebih tinggi pada perempuan muda dalam kelompok usia 17 sampai 24 tahun, yaitu diperkirakan 60-90%. Lebih dari 50% wanita menstruasi di dunia melaporkan menderita dismenore primer.<sup>3</sup> Rata-rata dismenore di negara-negara Eropa terjadi pada 45-97% wanita, Bulgaria memiliki prevalensi terendah sebesar 8,8% dan Finlandia memiliki prevalensi tertinggi sebesar 94%.

Prevalensi dismenore paling tinggi ditemui pada remaja putri, diperkirakan 20- 90%. (Sulistiyorini dkk., 2017). Menurut 50 penelitian yang dilakukan yang dilakukan pada remaja putri dan wanita muda di berbagai negara dari tahun 2010 hingga 2015, prevalensi dismenore berkisar 34% di Mesir, 94% di Oman, dengan prevalensi nyeri parah 0,9% di Korea hingga 59,8% di Bangladesh.<sup>3</sup>

Prevalensi dismenorea di Indonesia sebesar 107.673 jiwa (64,25%), yang terdiri dari 59.671 jiwa (54,89%) mengalami dismenorea primer dan 9.496 jiwa (9,36%) mengalami dismenorea sekunder.<sup>4</sup> Angka kejadian dismenorea pada kalangan wanita usia produktif berkisar 45% - 95% (Sadiman, 2017). Dismenore primer dialami oleh 60% - 75% remaja. Dilaporkan 30% - 60% remaja wanita yang mengalami dismenorea, didapatkan 7% - 15% tidak pergi ke sekolah.<sup>4</sup>

Menurut Kementerian Kesehatan RI pada tahun 2017 di dalam penelitian Rifiana, di Jawa Barat diperkirakan 30%-70% mengalami masalah menstruasi, termasuk diantaranya nyeri perut atau kram perut.<sup>3</sup>

Berdasarkan data hasil penelitian angka kejadian dysmenorrhea di Jawa Barat cukup tinggi, yaitu sebanyak 54,9% wanita mengalami dysmenorrhea, terdiri dari 24,5% mengalami dysmenorrhea ringan, 21,28% mengalami dysmenorrhea sedang dan 9,36% mengalami dysmenorrhea berat.<sup>5</sup>

Penelitian sebelumnya di Cianjur menemukan bahwa prevalensi nyeri dismenorea ringan yaitu sebesar 56,6% dan 43,3% mengalami dismenorea berat.

Sementara itu di klinik tempat saya bekerja tercatat prevalensi angka dismenore pada tahun 2019 mencapai 61,1% yang mengalami dismenore ringan dan 37% mengalami dismenore berat, sementara pada tahun 2020 prevalensi angka dismenore ringan mencapai 60,3% dan dismenore berat mencapai 40,1%, dan pada tahun 2021 prevalensi angka dismenore mengalami peningkatan yaitu sebanyak 62% yang mengalami dismenore ringan, dan 42% yang mengalami dismenore berat.

Data yang diperoleh di UKS SMP Negeri 2 Pacet tercatat prevalensi angka dismenore yang dialami siswi mengalami peningkatan setiap tahunnya, pada tahun 2020 dengan 15 siswi, 2021 dengan 17 siswi, dan 2022 mencapai 20 siswi mengalami dismenore.

Dismenorea merupakan hal yang umum terjadi pada wanita, maka dari itu sebagian besar yang mengalaminya tidak memeriksakan diri ke

dokter atau tenaga kesehatan lainnya (6). Penelitian sebelumnya menyebutkan bahwa sebanyak 30% sampai 70% wanita mengobati nyeri haid dengan mengonsumsi obat pereda nyeri yang dijual bebas tanpa resep dokter. Hal ini sangat beresiko karena efek samping dari obat tersebut sangat beragam dan sangat berbahaya jika dikonsumsi dalam jangka panjang, tanpa pengawasan dan dosis yang tidak tepat.<sup>6</sup>

Dampak jangka pendek aktivitas sehari-hari akan terganggu dan jangka panjangnya mengakibatkan gangguan produktivitas dengan dismenore.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan terhadap 10 orang Siswi di SMP Negeri 2 Pacet, ditemukan 7 siswi yang mengalami dismenore dan 3 siswi tersebut mengalami dismenore berat yang mengganggu aktivitas mereka

### Metode

Jenis penelitian yang dilakukan adalah Deskriptif analitik dengan desain cross sectional, penelitian ini mengamati Hubungan Pengetahuan, Status Gizi, dan Tingkat Stress terhadap dismenore pada Siswi SMP Negeri 2 Pacet.

Subjek dalam penelitian ini adalah siswi di SMP Negeri 2 Pacet. Penelitian dilakukan di SMP Negeri 2 Pacet, Cianjur. Dengan dasar pertimbangan penelitian ingin mengetahui Hubungan Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress terhadap dismenore pada siswi SMP Negeri 2 Pacet. Survey pendahuluan dilakukan di SMP Negeri 2 Pacet pada bulan Agustus.

### Hasil

Pada bagian ini menyajikan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan, pola makan, dan penyakit infeksi terhadap status gizi anak pra sekolah di PAUD Al-Mubarakah Kecamatan Cibeber Kabupaten Cianjur Tahun 2022 jumlah sampel 31 orang. Pada bagian ini diuraikan mengenai hasil penelitian yang disajikan dalam bentuk tabel yang diinterpretasikan dengan narasi. Berikut ini hasil analisis univariat dan bivariat dari penelitian yang akan ditampilkan dalam bentuk tabel yang meliputi pengetahuan, pola makan, riwayat penyakit infeksi dan status gizi.

### Univariat

**Tabel 1.** Distribusi Frekuensi Variabel Pengetahuan

No	Kategori	Nilai Jawaban	Orang	%	Rank
1	Sangat Rendah	< 26	2	3%	
2	Rendah	26-30	5	8%	
3	Sedang	31-35	8	13%	
4	Tinggi	36-40	12	20%	4
5	Sangat Tinggi	> 40	34	56%	
<b>Jumlah</b>			<b>61</b>	<b>100%</b>	

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan hasil kumulatif dari tiap total jawaban yang terdiri dari 61 responden terhadap variabel Pengetahuan. Diketahui hasil presentase terbanyak pada kategori sangat tinggi sebanyak 56% responden, jawaban kategori tinggi sebanyak 20% responden, jawaban kategori sedang sebanyak 13% responden, jawaban kategori rendah sebanyak 8% responden dan jawaban kategori sangat rendah sebanyak 3% dengan nilai mean rank sebesar 4.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil kumulatif dari tiap total jawaban yang terdiri dari 61 responden terhadap variabel Status Gizi. Diketahui hasil presentase terbanyak pada kategori tinggi sebanyak 39% responden, jawaban kategori sedang sebanyak 35% responden, jawaban kategori sangat tinggi sebanyak 13% responden, jawaban kategori rendah sebanyak 8% responden dan jawaban kategori sangat rendah sebanyak 3% dengan nilai mean rank sebesar 4.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil kumulatif dari tiap total jawaban yang terdiri dari 61 responden terhadap variabel Tingkat Stress. Diketahui hasil presentase terbanyak pada kategori sangat tinggi sebanyak 43% responden, jawaban kategori tinggi sebanyak 29% responden, jawaban kategori sedang sebanyak 20% responden, jawaban kategori rendah sebanyak 5% responden dan jawaban kategori sangat rendah sebanyak 3% dengan nilai mean rank sebesar 4.

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan hasil kumulatif dari tiap total jawaban yang terdiri dari 61 responden terhadap variabel Dismenore. Diketahui hasil presentase terbanyak pada kategori tinggi sebanyak 42% responden, jawaban kategori sedang sebanyak 29% responden dan jawaban kategori rendah sebanyak 29% responden dengan nilai mean rank sebesar 4.

Berdasarkan hasil penelitian, nilai t tabel yang diperoleh untuk tingkat kesalahan sebesar 5% adalah 1.672.

Hasil uji koefisien (Uji t) menggunakan

Frekuensi Persentase Mean

analisis regresi berganda pada SPSS 25 adalah

sebagai berikut

**Tabel 2.** Hasil Uji t Partial Pengetahuan Terhadap Dismenorea

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig
	B	Std. Error	Beta		
(Const-nt)	42.965	8.618		5.560	.000
Pengetahuan	.360	.027	.241	3.044	.000
Status Gizi	.215	.027	.107	3.564	.000
1 Tingkat Stress	.108	.027	.771	4.055	.000

a. Dependent Variable : Dismenora

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa t hitung dari variabel Pengetahuan sebesar 3.044 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. nilai t tabel yang diperoleh untuk tingkat kesalahan sebesar 5% adalah 1.672. Maka diketahui bahwa t hitung variabel Pengetahuan

$3.044 > t$  tabel 1.672 dengan  $t$ -sig  $0,000 < 0,05$  dapat di simpulkan bahwa variabel Pengetahuan secara parsial berpengaruh positif terhadap variabel Dismenora. Maka dari itu dalam penelitian ini  $H_0$  ditolak dan  $H_1$  diterima.

**Tabel 3.** Hasil Uji t Partial Status Gizi Terhadap Dismenora

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig
	B	Std. Error	Beta		
(Const-nt)	42.965	8.618		5.560	.000
Pengetahuan	.360	.027	.241	3.044	.000
1 Status Gizi	.215	.027	.107	3.564	.000
Tingkat Stress	.108	.027	.771	4.055	.000

a. Dependent Variable : Dismenora

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa t hitung dari variabel Status Gizi sebesar 3.564 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai t tabel yang diperoleh untuk tingkat kesalahan sebesar 5% adalah 1.672 Maka diketahui bahwa t hitung variabel Status Gizi

$3.564 > t$  tabel 1.672 dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$  dapat di simpulkan bahwa variabel Status Gizi secara parsial berpengaruh positif terhadap variabel Dismenora. Maka dari itu dalam penelitian ini  $H_2$  ditolak dan  $H_3$  diterima.

**Tabel 4.** Hasil Uji t Partial Tingkat Stress Terhadap Dismenora

Coefficients <sup>a</sup>					
Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig
	B	Std. Error	Beta		
(Const-nt)	42.965	8.618		5.560	.000
Pengetahuan	.360	.027	.241	3.044	.000
1 Status Gizi	.215	.027	.107	3.564	.000
Tingkat Stress	.108	.027	.771	4.055	.000

a. Dependent Variable : Dismenora

Berdasarkan tabel di atas menunjukkan bahwa  $t$  hitung dari variabel Tingkat Stress sebesar 4.055 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. nilai  $t$  tabel yang diperoleh untuk tingkat kesalahan sebesar 5% adalah 1.672. Maka diketahui bahwa  $t$  hitung variabel Tingkat Stress

$4.055 > t$  tabel 1.672 dengan  $t$ -sig 0,000 < 0,05 dapat di simpulkan bahwa variabel Tingkat Stress secara parsial berpengaruh positif terhadap variabel Dismenora. Maka dari itu dalam penelitian ini H4 ditolak dan H5 diterima.

**Tabel 5.** Hasil Uji F Simultan Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress Terhadap Dismenora

ANOVA <sup>a</sup>					
Model	Sum of Square	Df	Mean Square	F	Sig.
Regression	19.542	2	9.771	25.016	.000 <sup>b</sup>
1. Residual	22.654	58	.391		
Total	42.197	60			
a. Dependent Variable : Dismenora					
b. Predictors : (Constant), Pengetahuan, Status Gizi, Tingkat Stress					

Berdasarkan tabel diatas menunjukkan bahwa  $F$  hitung sebesar 25,016 dengan nilai signifikansi sebesar 0.000,  $F$  hitung bertujuan untuk mengetahui linier atau tidaknya persamaan garis regresinya. Maka  $f$  hitung harus dibandingkan dengan  $F$  tabel, Nilai  $f$  tabel untuk kesalahan 5%. Maka diperoleh  $F$  tabel sebesar 2,766 dengan

demikian  $F$  hitung 25,016 >  $F$  tabel 2,766 dengan signifikansi 0,000 < 0,05 maka persamaan regresi bersifat linier dan dapat disimpulkan bahwa Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress berpengaruh positif dan signifikan terhadap Dismenora. Dengan demikian dalam penelitian ini H6 ditolak dan H7 diterima.

**Tabel 6.** Hasil Uji Determinasi Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress Terhadap Dismenora

Model Summary <sup>b</sup>				
Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate
1	.681 <sup>a</sup>	0,663	0,645	0,625
a. Predictors : (Constant), Pengetahuan, Status Gizi, Tingkat Stress				
b. Dependent Variable : Dismenora				

Berdasarkan tabel di atas diketahui nilai  $R$  Square menunjukkan koefisien determinasi, nilai pengaruh Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress terhadap Dismenora sebesar 0,663 atau sebesar 66,3%. Artinya Pengetahuan, Status Gizi

dan Tingkat Stress memberikan kontribusi atau pengaruh sebesar 66,3% terhadap Dismenora. Sisanya sebesar 33,7% dipengaruhi oleh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini

## Pembahasan

Penelitian ini telah menjalankan semua tahap pengujian, mulai dari uji validitas, reliabilitas dan seterusnya. Dalam pembahasan ini peneliti akan menjawab pertanyaan yang terkandung dalam rumusan masalah sebagai berikut:

a. Gambaran Variabel Pengetahuan, Status Gizi, Tingkat Stress dan Dismenore

1. Gambaran Variabel Pengetahuan

Berdasarkan dari hasil penelitian yang di tunjukan pada tabel 4.10 diketahui hasil kumulatif tiap total jawaban responden variabel Pengetahuan. Dengan demikian dapat diketahui bahwa Pengetahuan kepada Dismenore dinilai sangat baik oleh 34 responden (56%), baik oleh 12 responden (20%), cukup baik oleh 8 responden (13%), tidak baik oleh 5 responden

(8%), sangat tidak baik oleh 2 responden (3%). Pada nilai Mean Rank variabel Pengetahuan menunjukkan angka sebesar 4. Yang artinya Pengetahuan kepada Dismenore sangat baik.

Adapun tanggapan responden mengenai Pengetahuan dapat dikatakan sangat baik dalam tanggapan berikut :

a. Pernyataan "Sakit perut bagian bawah pada saat menstruasi disebut dismenore?" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 59%.

b. Pernyataan "Dismenore merupakan hal bisa terjadi pada saat menstruasi dan tidak mengganggu aktivitas" dengan memperoleh tanggapan yang

- dikategorikan sangat sering sebanyak 53%.
- c. Pernyataan "Dismenore dapat di tangani dengan pananganan yang tepat" memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 58%.
  - d. Pernyataan "Status gizi merupakan salah satu penyebab terjadinya dismenore" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 57%.
  - e. Pernyataan "Tingkat stress merupakan salah satu penyebab terjadinya dismenore" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 54%.
  - f. Pernyataan "Dismenore bisa dicegah dengan pola hidup sehat" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 61%.
  - g. Pernyataan "Dismenore bisa dicegah dengan status gizi yang baik" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 43%.
  - h. Pernyataan "Dismenore bisa diminimalisir dengan mengurangiminuman bersoda" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 55%.
  - i. Pernyataan "Dismenore bisa diminimalisir dengan banyak makan buah dan sayur" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 59%.
  - j. Pernyataan "Dismenore bisa dikuraangi rasa nyerinya dengan kompres air hangat pada bagian perut" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 55%.

## 2. Gambaran Variabel Status Gizi

Berdasarkan dari hasil penelitian yang di tunjukan pada tabel 4.12 diketahui hasil kumulatif tiap total jawaban responden variabel Status Gizi. Dengan demikian dapat diketahui bahwa Status Gizi kepada Dismenore dinilai sangat tidak baik oleh 2 responden (3%), tidak baik oleh 5 responden (8%), cukup baik oleh 8 responden (13%), baik oleh 22 responden (36%), sangat baik oleh 24 responden (39%). Pada nilai Mean Rank variabel Status Gizi menunjukan angka sebesar 4. Yang artinya Status Gizi kepada Dismenore sangat baik.

Adapun tanggapan responden mengenai Status Gizi dapat dikatakan sangat baik dalam tanggapan berikut :

- a. Pernyataan "Saya suka makan makanan yang berlemak" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 59%.
- b. Pernyataan " Setiap hari saya mengkonsumsi buah-buahan?" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 55%.
- c. Pernyataan "Saya lebih suka minum kopi dan teh" memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 51%.
- d. Pernyataan "Dalam satu hari saya minum air putih sebanyak 8 gelas" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 56%.
- e. Pernyataan " Saya suka memasak daripada menyiapkan makanan cepat saji" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 60%.
- f. Pernyataan " Saya Suka minum dengan pemanis buatan dan bersoda" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 45%.
- g. Pernyataan " Saya biasa sarapan pagi setiap hari" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat setuju sebanyak 51%.
- h. Pernyataan "Saya biasa makan makanan jung food" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 52%.
- i. Pernyataan "Saya biasa makan dengan lauk pauk yang bervariasi" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 52%.
- j. Pernyataan "Saya selalu memperhatikan asupan makanan" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 67%.

## 3. Gambaran Variabel Tingkat Stress

Berdasarkan dari hasil penelitian yang di tunjukan pada tabel 4.14 diketahui hasil kumulatif tiap total jawaban responden variabel Tingkat Stress. Dengan demikian dapat diketahui bahwa Tingkat Stress kepada Dismenore dinilai sangat tidak baik oleh 2 responden (3%), tidak baik oleh 3 responden (5%), cukup baik oleh 12

responden (20%), baik oleh 18 responden (29%), sangat baik oleh 26 responden (43%). Pada nilai Mean Rank variabel Tingkat Stress menunjukkan angka sebesar 4. Yang artinya Tingkat Stress kepada Dismenore sangat baik.

Adapun tanggapan responden mengenai Tingkat Stress dapat dikatakan sangat baik dalam tanggapan berikut :

- a. Pernyataan "Saya merasa memiliki semangat yang berlebih" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 59%.
- b. Pernyataan "Saya merasa adanya rasa gugup" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 52%.
- c. Pernyataan "Saya merasa menjadi marah karena hal sepele" memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 59%.
- d. Pernyataan "Saya merasa cepat letih dan lelah" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 57%.
- e. Pernyataan "Saya merasa sulit untuk tidur" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 54%.
- f. Pernyataan "Saya merasa mudah putus asa" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 61%.
- g. Pernyataan "Saya merasa penurunan daya ingat" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 43%.
- h. Pernyataan "Saya merasa takut akan sesuatu" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 56%.
- i. Pernyataan "Saya merasa tidak percaya diri" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 59%.
- j. Pernyataan "Saya merasa nyeri lambung" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan sangat sering sebanyak 56%.

#### 4. Gambaran Variabel Dismenore

Dari hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 4.16 Dapat dilihat bahwa hasil rata-rata dari tiap jawaban responden terhadap variabel Dismenore dinilai tidak baik oleh 18 responden (29%), cukup baik oleh 18 responden (29%), baik oleh 25 responden (42%). Pada nilai Mean

Rank variabel Dismenore menunjukkan angka sebesar 4. Yang artinya Dismenore sangat baik. Adapun tanggapan responden mengenai Dismenore dapat dikatakan kurang baik dalam tanggapan berikut :

- a. Pernyataan "Dismenore" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan Tidak sebanyak 59%.
- b. Pernyataan "Tidak Dismenore" dengan memperoleh tanggapan yang dikategorikan Tidak sebanyak 52%.

#### B. Bagaimana Pengaruh Pengetahuan secara Parsial terhadap Dismenore?

Dari hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 4.26 adanya korelasi antara Pengetahuan dengan Dismenore dengan uji korelasi yang menunjukkan nilai distribusi sebesar 0,678 dan sig.  $0,000 < 0,05$  hal tersebut menunjukkan adanya korelasi antara X1 dengan Y.

Dan dari hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 4.19 diketahui bahwa t hitung variabel Pengetahuan sebesar 3,044 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai t tabel yang diperoleh untuk tingkat kesalahan 5% adalah 1,672. Maka diketahui bahwa t hitung variabel Motivasi sebesar 3,044 > t tabel 1,672 dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Pengetahuan secara parsial berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel Dismenore.

#### C. Bagaimana Pengaruh Status Gizi secara Parsial terhadap Dismenore?

Dari hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 4.26 adanya korelasi parsial antara Status Gizi dengan Dismenore dengan uji korelasi yang menunjukkan nilai distribusi sebesar 0.558 dan sig.  $0,000 < 0,05$  hal tersebut menunjukkan adanya korelasi antara X2 dengan Y.

Dan dari hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 4.20 diketahui bahwa t hitung variabel Status Gizi sebesar 3,564 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai t tabel yang diperoleh untuk tingkat kesalahan 5% adalah 1,672. Maka diketahui bahwa t hitung variabel Status Gizi sebesar 3,564 > t tabel 1,672 dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Status Gizi secara parsial berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel Dismenore.

#### D. Bagaimana Pengaruh Tingkat Stress secara Parsial terhadap Dismenore?

Dari hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 4.26 adanya korelasi parsial antara Tingkat

Stress dengan Dismenore dengan uji korelasi yang menunjukkan nilai distribusi sebesar 0,678 dan sig.  $0,000 < 0,05$  hal tersebut menunjukkan adanya korelasi antara X3 dengan Y.

Dan dari hasil penelitian yang ditunjukkan pada tabel 4.21 diketahui bahwa t hitung variabel Tingkat Stress sebesar 4,055 dengan nilai signifikansi sebesar 0,000. Nilai t tabel yang diperoleh untuk tingkat kesalahan 5% adalah 1,672. Maka diketahui bahwa t hitung variabel Tingkat Stress sebesar  $4,055 > t$  tabel 1,672 dengan nilai signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa variabel Tingkat Stress secara parsial berpengaruh positif dan signifikan terhadap variabel Dismenore.

E. Seberapa Besar Pengaruh Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress secara Simultan terhadap Dismenore?

Berdasarkan tabel 4.23 Menunjukkan bahwa nilai F hitung sebesar 25,016 dengan nilai signifikan 0,000 lebih kecil dari tingkat signifikansi 0,05. Nilai F tabel untuk tingkat kesalahan sebesar 5% maka di peroleh F tabel sebesar 2,766. dengan demikian F hitung 25,016  $> F$  tabel 2,766 dengan signifikansi  $0,000 < 0,05$ . Sehingga dapat disimpulkan bahwa Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress secara simultan berpengaruh positif dan signifikan terhadap Dismenore.

Berdasarkan tabel 4.24 diketahui nilai R Square menunjukkan nilai pengaruh Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress terhadap Dismenore sebesar 0,663. Nilai ini menunjukkan bahwa Pengetahuan, Status Gizi dan Tingkat Stress memberikan kontribusi atau pengaruh sebesar 66,3% terhadap Dismenore. Dan sisanya, sebesar 33,7% dipengaruhi oleh variabel lain diluar dari penelitian ini..

### Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah diuraikan, maka dapat diambil kesimpulan sebagian besar ibu anak pra sekolah memiliki pengetahuan kurang sebanyak 17 orang (54.8%), sebagian besar mempunyai pola makan yang baik sebanyak 22 orang (71%), sebagian besar anak pra sekolah tidak memiliki penyakit infeksi sebanyak 19 orang (61.3%), sebagian besar anak pra sekolah berada pada status gizi baik sebanyak 21 orang (67.7%). Terdapat hubungan pengetahuan dengan status gizi anak pra sekolah dengan p value  $0.035 < 0.05$ . Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 0.035(0.003-0.345), responden dengan pengetahuan baik 0.035 berpeluang untuk

mempunyai anak dengan status gizi baik. Terdapat hubungan pola makan dengan status gizi anak pra sekolah. dengan p value  $0.030 < 0.05$ . Terdapat hubungan riwayat penyakit infeksi dengan status gizi anak pra sekolah. Dengan p value  $0.002 < 0.05$ . Hasil analisis diperoleh juga nilai OR 17 (2.558-112), responden yang tidak memiliki riwayat penyakit infeksi 17 kali berpeluang untuk mempunyai anak dengan status gizi baik

### Saran

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan, maka peneliti mencoba memberikan beberapa saran kepada pihak peneliti yang akan datang. Dengan harapan bahwa saran-saran yang diberikan dapat bermanfaat dalam meningkatkan sikap Dismenore dan memberikan gambaran bagi peneliti yang akan datang. Adapun saran-saran tersebut adalah sebagai berikut :

#### 1. Bagi Peneliti yang Akan Datang

Pada penelitian ini, penulis hanya meneliti empat variabel yaitu variabel Pengetahuan, variabel Status Gizi, variabel Tingkat Stress dan variabel Dismenore. Penelitian ini dilakukan pada Siswi SMP Negeri 2 Pacet. Maka dari itu, bagi para peneliti yang akan melakukan penelitian diharapkan untuk memperhatikan beberapa hal berikut :

- Menentukan dan memilih variabel-variabel yang dirasa cocok untuk menjadi bahan penelitian, juga dapat memahami semua hal yang berkaitan dengan variabel-variabel yang akan diteliti.
- Menentukan lokasi penelitian yang lebih luas agar dapat menambah wawasan dan dapat menghasilkan penelitian yang baru dibandingkan dengan penelitian yang sudah ada sebelumnya.

Apabila peneliti yang akan datang memilih melakukan penelitian dalam bidang dan konteks yang sama, semoga penelitian ini bisa menjadi salah satu acuan atau referensi dalam menyelesaikan penelitiannya.

### Daftar Pustaka

- Indarna, Lediawati. Usia Menarche dan Lamanya Menstruasi dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Siswi Kelas X Di SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang. *J Nurs Public Heal.* 2021;9:1–7.
- Rikayani NW. Gambaran Upaya Remaja Putri Dalam Mengatasi Dismenore Primer Di Sekolah Menengah Atas Negeri 1 Penebel Tabanan Tahun 2020. *arya Tulis Ilmu Published*



- 
- online. 2020;1–6.
3. Aprilia TA, Prastia TN NA. Hubungan Aktivitas Fisik , Status Gizi Dan Tingkat Stres Dengan. 2022;5(3):296–309.
  4. Oktorika P, Indrawati SP. Hubungan Index Masa Tubuh (Imt) Dengan Skala Nyeri Dismenorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 2 Kampar. J Ners Res Learn Nurs Sci [Internet]. 2020;4 (23):122–9. Available from: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1138>
  5. Andriyani S, Sumartini S, Afifah VN MR. GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA MADYA ( 13 -15 TAHUN ) TENTANG DYSMENORRHEA DI SMPN 29 KOTA BANDUNG. :115–21.
  6. Hamzah M. Analisis Faktor Risiko Kejadian Dismenorea pada Dewasa Muda di Kota Makassar. Published online. 2021;
- ;