

Gambaran Indeks Massa Tubuh (IMT) dan Derajat Nyeri Dismenore Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Unisba Tahun 2024

Farhah Shalihah *, Mia Kusmiati, Dony Septriana Rosady

Prodi Pendidikan Dokter, Fakultas Kedokteran, Universitas Islam Bandung, Indonesia.

farhahshalihah.1@gmail.com, mia.kusmiati@unisba.ac.id, dony.sep triana@unisba.ac.id

Abstract. Body mass index (BMI) and the degree of primary dysmenorrhea pain are important factors that are often studied in adolescent reproductive health. This study aims to provide an overview of the distribution of BMI and the degree of primary dysmenorrhea pain in female students. This study used a cross-sectional study with a descriptive approach. A total of 150 respondents were selected using a purposive sampling technique. Data were collected through questionnaires and anthropometric measurements, then analyzed using a frequency distribution. The results showed that the majority of respondents had a BMI in the normal category, which was 68 people (45.3%), followed by respondents with an obese category of 30 people (20.0%), thin category of 27 people (18.0%), and overweight category of 25 people (16.7%). The highest degree of dysmenorrhea pain was moderate pain with 74 people (49.3%), followed by mild pain of 39 people (26%), and severe pain of 37 people (24.7%). Conclusion: Most respondents had a normal BMI with a moderate degree of primary dysmenorrhea pain. This information can be a basis for increasing education about healthy lifestyles in reducing the degree of pain in primary dysmenorrhea.

Keywords: *Body Mass Index, Pain Degree, Primary Dysmenorrhea.*

Abstrak. Indeks massa tubuh (IMT) dan derajat nyeri dismenore primer merupakan faktor penting yang sering dikaji dalam kesehatan reproduksi remaja. Penelitian ini bertujuan untuk memberikan gambaran distribusi IMT dan derajat nyeri dismenore primer pada mahasiswi. Penelitian ini menggunakan *cross-sectional* dengan pendekatan deskriptif. Sebanyak 150 responden dipilih menggunakan teknik purposive sampling. Data dikumpulkan melalui kuesioner dan pengukuran antropometri, kemudian dianalisis menggunakan distribusi frekuensi. Hasil penelitian menunjukkan bahwa mayoritas responden memiliki IMT dalam kategori normal, yaitu sebanyak 68 orang (45,3%), diikuti responden dengan kategori obesitas 30 orang (20,0%), kategori kurus sebanyak 27 orang (18,0%), dan kategori berat badan lebih 25 orang (16,7%). Derajat nyeri dismenorea terbanyak adalah nyeri sedang dengan jumlah 74 orang (49,3%), lalu diikuti nyeri ringan sebanyak 39 orang (26%), dan nyeri berat sebanyak 37 orang (24,7%). Kesimpulan: Sebagian besar responden memiliki IMT normal dengan derajat nyeri dismenorea primer sedang. Informasi ini dapat menjadi dasar untuk meningkatkan edukasi mengenai pola hidup sehat dalam mengurangi derajat nyeri dismenorea primer.

Kata Kunci: *Indeks Massa Tubuh, Derajat Nyeri, Dismenorea Primer.*

A. Pendahuluan

Menstruasi adalah pendarahan yang terjadi ketika selaput lendir yang melapisi rahim (endometrium) rusak dan dikeluarkan melalui cervix dan vagina bersama dengan darah.[1] Luruhnya lapisan endometrium ini terjadi pada periode luteal akhir ketika implantasi blastokista tidak terjadi, HCG tidak diproduksi untuk mempertahankan korpus luteum, dan kelenjar endometrium mulai kolaps dan terfragmentasi.[2] Menstruasi terjadi akibat pengaruh hormon, yaitu penurunan kadar estrogen dan progesteron.[1] Gangguan menstruasi umumnya dipandang sebagai gangguan keteraturan, durasi, frekuensi, dan jumlah aliran darah menstruasi. Gangguan menstruasi yang paling umum: dismenorea primer, dismenorea sekunder, amenorea, menoragia, dan oligomenore.[3]

Berdasarkan data dari Kemenkes RI (2020) dikatakan bahwa 90% dari wanita Indonesia pernah merasakan dismenorea. Dismenorea menyebabkan ketidakhadiran di tempat kerja dan di lingkungan sekolah, sebagian besar (13% - 51%) perempuan mengalami hal tersebut menyebabkan tidak masuk setidaknya satu kali, dan (5 %-14%) pernah absen berulang kali. Mayoritas wanita yang mengalami dismenorea tidak melaporkan nyeri yang dirasakan, mereka percaya bahwa nyeri yang muncul adalah sebuah hal yang biasa dan menganggap nyeri yang muncul akan hilang dengan sendirinya. Data WHO pada tahun 2022 menunjukkan bahwa sekitar 90% perempuan mengalami dismenore berat, dengan tingkat keparahan antara 10 hingga 15%. Di Indonesia, terdapat lebih banyak perempuan yang merasakan dismenore namun tidak melakukan pengobatan. Mayoritas wanita yang mengalami dismenore tidak melaporkan nyeri yang dirasakan, mereka percaya bahwa nyeri yang muncul adalah sebuah hal yang biasa dan menganggap nyeri yang muncul akan hilang dengan sendirinya.

Dismenorea primer merupakan keluhan paling umum di kalangan remaja perempuan dan wanita usia subur, merupakan beban utama kesehatan perempuan dan salah satu permasalahan pada perempuan di seluruh dunia. Dismenorea primer dapat menghambat aktivitas rutin dan berdampak besar pada kualitas hidup perempuan serta peran sosial dan pekerjaan, sehingga menyebabkan banyak ketidakhadiran kerja dan sekolah/ perguruan tinggi. Pelajar merupakan populasi utama yang berada pada usia berisiko terkena Dismenorea Primer.[4] Dampak dari gejala menstruasi terhadap pendidikan sangat berpengaruh, sekitar 20% remaja putri tidak hadir dan 40% melaporkan bahwa kinerja akademik, seperti tingkat konsentrasi atau kemampuan dalam mengerjakan ujian, mengalami penurunan.[5] Hal ini menunjukkan bahwa anak perempuan dan perempuan muda mengalami kerugian yang signifikan dalam pencapaian akademik akibat dari dampak dismenore. Jika nyeri sedang hingga berat tidak ditangani dengan baik, dismenore dapat berdampak negatif pada kualitas hidup wanita dan menurunkan produktivitasnya.[6] Berbagai faktor bisa meningkatkan kemungkinan timbulnya dismenorea, antara lain usia menarke dini, adanya keluarga yang mengalami keluhan dismenorea, status gizi tidak normal, pola hidup seperti kebiasaan merokok.[7]

Salah satu faktor status gizi yang berpotensi mempengaruhi derajat nyeri dismenorea primer adalah indeks massa tubuh (IMT). IMT adalah indikator sederhana yang menggambarkan status gizi individu berdasarkan berat badan dan tinggi badan. Kategori IMT berdasarkan Riskeudas dibagi menjadi kurus, normal, berat badan lebih, dan obesitas. Pada penelitian Asro dkk.[8], ditemukan adanya hubungan yang bermakna antara Indeks Massa Tubuh yang abnormal berupa *Underweight* dan *Overweight* dengan derajat nyeri dismenorea primer. Pada penelitian ini didapatkan 17 mahasiswi yang memiliki Indeks Massa Tubuh *overweight* mengalami dismenorea berat dan terdapat 19 mahasiswi dengan nilai Indeks Massa Tubuh *underweight* mengalami dismenorea ringan-sedang. Hasil yang didapatkan sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Oktorika[9]. Penelitian tersebut memperoleh hasil 17 mahasiswa perempuan dengan nilai Indeks Massa Tubuh yang tidak normal mengalami dismenorea ringan. Hal ini diduga berkaitan dengan perubahan hormonal dan metabolik yang terjadi pada individu tertentu. Ketidakseimbangan hormon, salah satunya adalah kadar prostaglandin yang tinggi dapat memperburuk intensitas nyeri yang dirasakan ketika menstruasi.

Selain IMT, derajat nyeri juga dapat dipengaruhi oleh faktor lain seperti usia, aktivitas fisik, pola makan, dan tingkat stres. Untuk faktor usia khususnya pada rentang remaja hingga dewasa muda sering kali dikaitkan dengan prevalensi dismenorea primer yang tinggi. Hal ini dapat dijelaskan oleh perubahan fisiologi yang terjadi pada fase awal reproduksi, seperti produksi hormon prostaglandin yang lebih tinggi yang akan memicu kontraksi uterus selama menstruasi. Namun, belum ada data yang jelas mengenai bagaimana distribusi IMT dan derajat nyeri dismenorea primer di kalangan mahasiswi kedokteran.

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan, maka perumusan masalah dalam penelitian ini sebagai berikut: “Bagaimana gambaran indeks massa tubuh dan derajat nyeri dismenorea primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Unisba tahun 2024?”. Selanjutnya, tujuan dalam penelitian ini adalah untuk “Mengetahui gambaran indeks massa tubuh dan derajat nyeri dismenorea primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Unisba tahun 2024?”.

B. Metode

Penelitian ini menggunakan rancangan cross-sectional dengan pendekatan deskriptif. Tempat pelaksanaan dilakukan di Fakultas Kedokteran Unisba pada bulan Oktober-November 2024. Populasi penelitian mencakup mahasiswi Fakultas Kedokteran Unisba tahun 2024 yang mengalami dismenorea primer. Sampel penelitian diambil menggunakan metode purposive sample, yaitu dengan menyebarkan kuesioner tentang dismenorea terlebih dahulu, kemudian dianalisis berdasarkan kriteria inklusi dan eksklusi. Responden yang memenuhi kriteria inklusi akan dihitung IMT dan diberikan kuesioner derajat nyeri dismenorea primer dengan sampel minimal yang dibutuhkan 134 orang. Data yang terkumpul kemudian diolah dan disajikan dalam bentuk narasi dan tabel untuk mengetahui gambaran indeks massa tubuh dan derajat nyeri dismenorea primer.

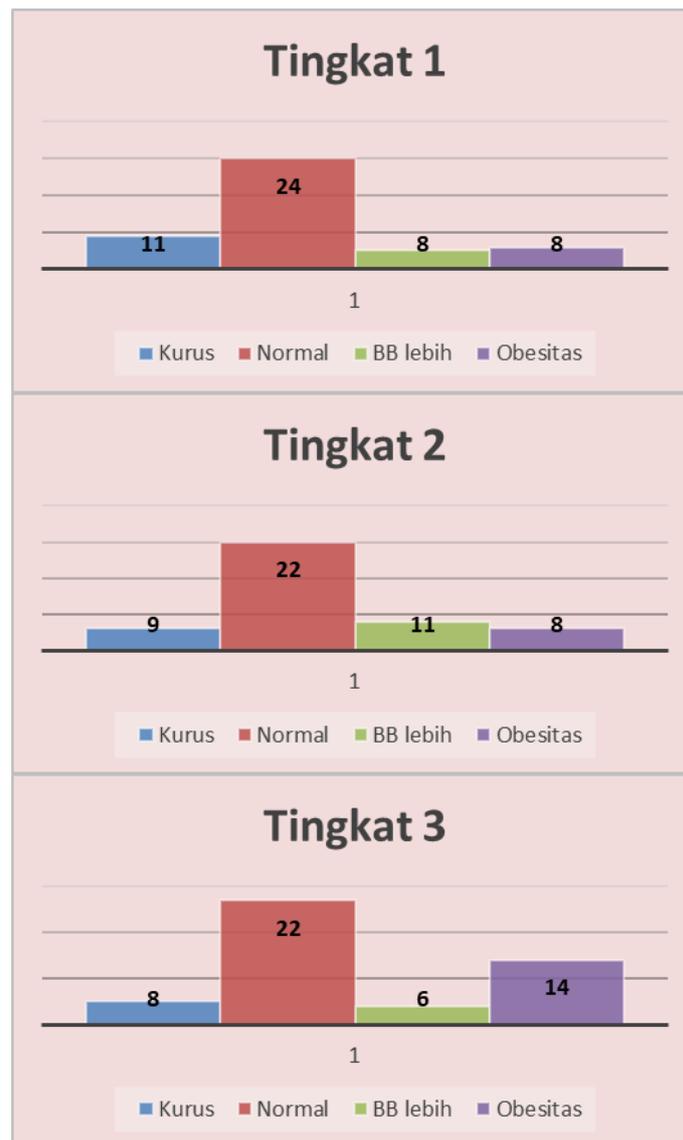
C. Hasil Penelitian dan Pembahasan

Hasil penelitian ini diperoleh data berdasarkan kuesioner dan pengukuran IMT pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Unisba tahun 2024. Data yang ditampilkan dalam bentuk tabel dan grafik distribusi frekuensi gambaran IMT dan derajat nyeri dismenorea primer.

Tabel 1. Distribusi Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba Tahun 2024

Indeks Massa Tubuh	Frekuensi	Persentase
Kurus	27	18.0
Normal	68	45.3
BB lebih	25	16.7
Obesitas	30	20.0
Total	150	100

Sumber: Data Penelitian, 2024



Gambar 1. Hasil Penelitian

Dari hasil rekapitulasi yang tercantum dalam tabel, dapat diamati bahwa mayoritas mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba dengan usia 19-23 tahun memiliki IMT yang termasuk dalam kategori normal dengan total 68 orang dari 150 responden. Kategori Obesitas masuk ke dalam kategori terbanyak kedua dengan total 30 orang dari 150 responden, lalu diikuti kategori kurus dengan 27 responden, dan kategori berat badan lebih dengan 25 responden. Apabila dibandingkan dengan data dari Riskesdas 2018[10] pada kelompok usia 19-23 tahun, hasil penelitian ini memiliki beberapa kesamaan dan perbedaan. Pada kelompok usia 19-23 tahun dengan kategori IMT yang normal memiliki prevalensi rata-rata sebesar 45,3%, angka ini berbeda dengan data Riskesdas tahun 2018 dengan distribusi data IMT dengan kategori normal yang memiliki prevalensi rata-rata sebesar 63,7%. Meskipun terlihat adanya perbedaan, tetapi distribusi IMT dalam penelitian ini tetap sejalan dengan data nasional yang menunjukkan bahwa kategori normal adalah yang paling dominan. Hal ini menegaskan bahwa kategori normal masih menjadi tren umum pada kelompok usia 19-23 tahun, baik dalam populasi nasional maupun mahasiswa Fakultas Kedokteran Unisba. Berdasarkan tiap tingkat didapatkan mayoritas memiliki IMT kategori normal.

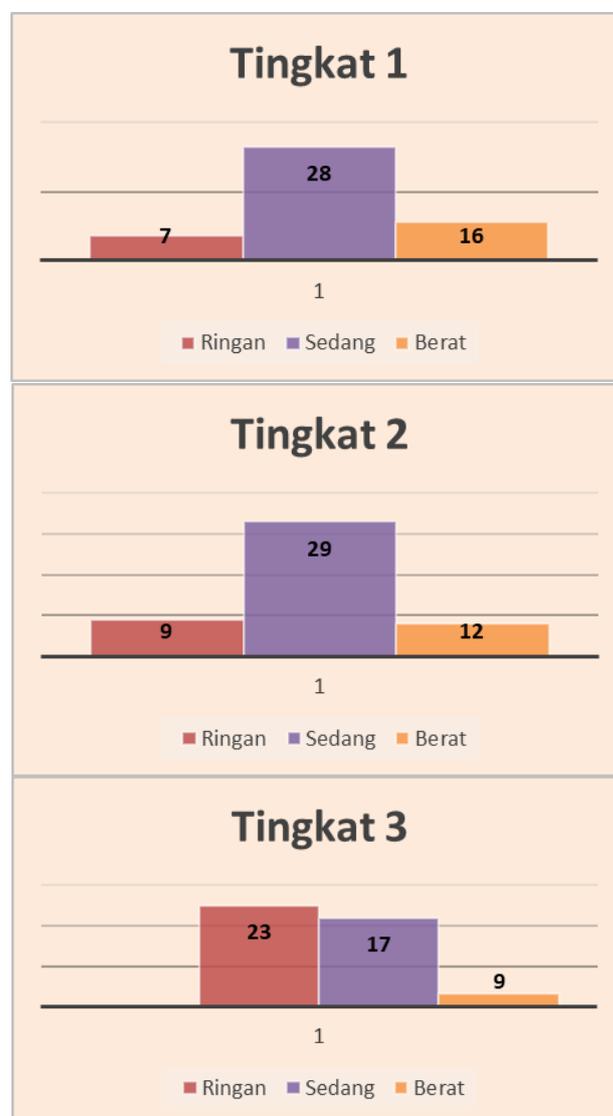
Berdasarkan tingkat responden yang dibagi menjadi tingkat 1, tingkat 2, dan tingkat 3 didapatkan pada tingkat 1 bahwa IMT paling dominan berada dalam kategori normal dan IMT dengan responden paling sedikit ada pada kategori BB lebih. Pada tingkat 2 responden paling banyak memiliki IMT kategori normal dan kategori obesitas merupakan IMT dengan jumlah responden paling

sedikit. Sedangkan untuk tingkat 3 paling banyak responden memiliki IMT kategori normal dan paling sedikit berada dalam kategori BB lebih. Dapat disimpulkan bahwa pada mahasiswi fakultas kedokteran Unisba tahun 2024 paling banyak memiliki IMT dengan kategori normal.

Tabel 2. Distribusi Derajat Nyeri Dismenorea Primer pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Unisba Tahun 2024

Derajat Nyeri Dismenorea Primer	Frekuensi	Presentasi
Ringan	39	26
Sedang	74	49.3
Berat	37	24.7
Total	150	100

Sumber: Perhitungan SPSS, 2024



Gambar 2. Hasil Penelitian

Derajat nyeri dismenorea primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Unisba yang berusia 19-23 tahun mayoritas mengalami nyeri sedang dengan total 74 dari 150 responden. Lalu, diikuti oleh derajat nyeri kategori ringan dengan 39 dari 150 responden, dan terakhir kategori nyeri berat yang dirasakan 37 dari 150 responden. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Artawan pada tahun 2022[11], menunjukkan dari 145 responden yang mengikuti penelitian 67 responden mengalami nyeri kategori sedang. Hal ini didukung dengan hasil penelitian yang dilakukan Arsani pada tahun 2023[12], mengatakan bahwa mahasiswi paling banyak mengalami derajat nyeri sedang. Berdasarkan pembagian tingkat responden, didapatkan bahwa tingkat 1 dan 2 paling sering mengalami nyeri dengan kategori sedang sedangkan tingkat 3 lebih sering mengalami nyeri ringan. Hal ini dapat terjadi karena nyeri merupakan pengalaman subjektif yang dapat dipengaruhi banyak hal, salah satunya dipengaruhi oleh tingkat stres dan regulasi stres. Tingkat stres yang dialami mahasiswi yang lebih junior dapat dikatakan lebih besar karena masih perlu adaptasi terhadap perubahan lingkungan sekolah dan lingkungan kuliah. Kurang pengetahuan mengenai coping mekanisme dalam regulasi stress juga dapat berpengaruh. Adaptasi pada mahasiswi yang lebih senior sudah lebih baik sehingga tingkat stres dapat mempengaruhi persepsi nyeri yang dirasakan.[13]

D. Kesimpulan

Gambaran indeks massa tubuh dan derajat nyeri dismenorea primer pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Unisba tahun 2024 tertinggi pada IMT kategori normal dengan derajat nyeri dalam kategori sedang.

Berdasarkan tingkat, Tingkat 1 mayoritas memiliki IMT kategori normal dengan derajat nyeri dalam kategori sedang. Untuk Tingkat 2 mayoritas memiliki IMT kategori normal dengan derajat nyeri dalam kategori sedang. Sedangkan untuk tingkat 3 mayoritas memiliki IMT kategori normal dengan derajat nyeri dalam kategori ringan.

Ucapan Terimakasih

Peneliti menyampaikan terima kasih kepada pihak Fakultas Kedokteran Unisba dan mahasiswi Fakultas Kedokteran Unisba Angkatan 2021, 2022, dan 2023.

Daftar Pustaka

- J. Natosba, "Physiological Aspect of Menstruation," *I*, vol. 1, no. 1, Art. no. 1, 2015, doi: 10.37275/arkus.v1i1.59.
- D. M. Gershenson, G. M. Lentz, F. A. Valea, and R. A. Lobo, Eds., *Comprehensive gynecology*, 8th edition. Philadelphia, PA: Elsevier, Inc, 2022.
- D. K. Dang, M. C. Salvo, and C. M. Polomoff, "Menstruation-Related Disorders," in *Women's Health Across the Lifespan*, 2nd ed., M. B. O'Connell and J. A. Smith, Eds., New York, NY: McGraw-Hill Education, 2019. Accessed: Feb. 25, 2024.
- L. Wang *et al.*, "Prevalence and Risk Factors of Primary Dysmenorrhea in Students: A Meta-Analysis," *Value in Health*, vol. 25, no. 10, pp. 1678–1684, Oct. 2022, doi: 10.1016/j.jval.2022.03.023.
- M. Armour *et al.*, "The Prevalence and Academic Impact of Dysmenorrhea in 21,573 Young Women: A Systematic Review and Meta-Analysis," *Journal of Women's Health*, vol. 28, no. 8, pp. 1161–1171, Aug. 2019, doi: 10.1089/jwh.2018.7615.

- Y. Halitopo, “The Relationship of the Dysmenorrhea a in Students with Learning Activities,” *midwifery*, vol. 10, no. 5, pp. 4149–4154, Dec. 2022, doi: 10.35335/midwifery.v10i5.1000.
- T. Larasati and F. Alatas, “Dismenore Primer dan Faktor Risiko Dismenore Primer pada Remaja”.
- A. H. Harahap, J. Octaviani, E. Kusdiyah, E. I. A. Tan, A. D. Fitri, and H. Herlambang, “Hubungan Indeks Massa Tubuh (Imt) Dengan Derajatdismenore Pada Mahasiswi Kedokteran Fakultas Kedokteran Dan Ilmu Kesehatan Universitas Jambi,” *Universitas Jambi*, vol. 2, no. 1, pp. 18–24, Jun. 2021, doi: 10.22437/esehad.v2i1.13747.
- P. Oktorika and P. E. Sudiarti, “Research & Learning in Nursing Science
“Laporan Hasil Survei,” Badan Kebijakan Pembangunan Kesehatan | BKPK Kemenkes.
Accessed: Dec. 23, 2024.
- I. P. Artawan, Ik. A. A. IKetut Alit Adianta, and I. A. M. D. Ida Ayu Manik Damayanti, “Hubungan Nyeri Haid (Dismenore Primer) Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Sarjana Keperawatan Tingkat Iv Itokes Bali Tahun 2022,” *JRKN*, vol. 6, no. 2, pp. 94–99, Oct. 2022, doi: 10.37294/jrkn.v6i2.412.
- N. L. P. K. I. S. Ardika, “Gambaran Tingkat Keparahan Dismenorea pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Pendidikan Ganesha,” undergraduate, Universitas Pendidikan Ganesha, 2023. doi: 10/1918011021-
- Yenny Rusli, Yohanna Angelina, and Hadiyanto Hadiyanto, “Hubungan Tingkat Stres dan Intensitas Dismenore pada Mahasiswi di sebuah Fakultas Kedokteran di Jakarta,” *eJournal Kedokteran Indonesia*, vol. 7, no. 2, Aug. 2019, doi: 10.23886/ejki.7.10101.
- Salsabilla DA, Anggara FY. Gambaran Kejadian Kematian Penderita COVID-19 di Kabupaten Pangandaran. *Jurnal Riset Kedokteran* [Internet]. 2023 Jul 26;1–6. Available from: <https://journals.unisba.ac.id/index.php/JRK/article/view/1767>
- Indah Galuh Mulyadi, Yuniarti Y, Kurniasari F. Gambaran Osteoporosis Lanjut Usia di RS Al-Islam Bandung. *Jurnal Riset Kedokteran* [Internet]. 2024 Jul 31;4(1):59–64. Available from: <https://journals.unisba.ac.id/index.php/JRK/article/view/4564>

Hildan Hadian, Sadeli Masria. Gambaran Karakteristik Pasien Covid-19 di Rumah Sakit X.
Jurnal Riset Kedokteran. 2022 Jul 9;51–6.