

**HUBUNGAN TINGKAT STRES DENGAN KEJADIAN *DYSMENORRHEA* PADA
REMAJA PUTRI DI SMA PERGURUAN RAKYAT 2 JAKARTA TIMUR****Sukma Indah Sartika^{1*}, Nurni Nurmalita²**¹⁻²Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Abdi Nusantara Jakarta

Email Korespondensi: sukmaism@gmail.com

Disubmit: 30 Juni 2023

Diterima: 15 Juli 2023

Diterbitkan: 28 Juli 2023

Doi: <https://doi.org/10.33024/mahesa.v3i8.10727>**ABSTRACT**

Menstruation is bleeding due to the detachment of the inner wall of the uterus (endometrium). The endometrial lining is prepared to accept embryo implantation. If implantation does not occur, the embryo will decay. This bleeding occurs periodically, the time interval between menstruation is known as one menstrual cycle. The occurrence of uterine muscle contractions that cause uterine blood flow to be disrupted, causing pain during menstruation is known as dysmenorrhea pain. Dysmenorrhea is pain or severe pain in the lower abdomen that occurs when a woman experiences her menstrual cycle. One of the risk factors for primary dysmenorrhea is stress. To find out whether there is a relationship between stress levels and the incidence of dysmenorrhea in young women at at the People's College 2 Vocational School, East Jakarta in 2023. This study uses a quantitative research method with a cross-sectional approach to data collection techniques, namely questionnaires. This study consists of two variables. First, the stress level as the independent variable and the incidence of dyemenorrhea as the dependent variable. From the results of the bivariate analysis using Chi Square, a p value = 0.002 (<0.05) was obtained, thus it can be said that there is a significant relationship between stress levels and the incidence of dysmenorrhea at at the People's College 2 Vocational School, East Jakarta in 2023. The results showed that there was a relationship between stress levels and the incidence of dysmenorrhea at the People's College 2 Vocational School, East Jakarta in 2023.

Keywords: *Menstruation, Dysmenorrhea, Women***ABSTRAK**

Menstruasi adalah pendarahan akibat terlepasnya dinding sebelah dalam rahim (endometrium). Lapisan endometrium dipersiapkan untuk menerima implantasi embrio. Jika tidak terjadi implantasi embrio ini akan luruh. Pendarahan ini terjadi secara periodik, jarak waktu antar menstruasi dikenal dengan satu siklus menstruasi. Terjadinya kontraksi otot uterus yang menyebabkan aliran darah uterus terganggu sehingga menimbulkan rasa nyeri pada saat menstruasi disebut sebagai nyeri *dysmenorrhea*. *Dysmenorrhea* adalah rasa sakit atau nyeri hebat padabagian bawah perut yang terjadi saat wanita mengalami siklus

menstruasi. Salah satu dari faktor risiko terjadinya *dysmenorrhea* primer adalah stres. Untuk diketahuinya apakah ada hubungan tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit Jakarta Timur Tahun 2023. Penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan pendekatan *Cross sectional* teknik pengumpulan data yaitu kuesioner. Penelitian ini terdiri dari dua variabel. Pertama, tingkat stress sebagai variabel bebasnya dan kejadian *dysmenorrhea* sebagai variabel terikatnya. Dari hasil analisis bivariat menggunakan Chi Square diperoleh nilai p value = 0,002 ($< 0,05$), dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea* di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur pada tahun 2023. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea* di SMK Perguruan Rakyat 2 Jakarta Timur.

Kata Kunci: Menstruasi, *Dysmenorrhea*, Wanita

PENDAHULUAN

Masalah Kesehatan yang dapat terjadi pada kesehatan reproduksi remaja pada saat menstruasi salah satunya yaitu *dysmenorrhea* atau nyeri pada saat menstruasi (Indah & Susilowati, 2022). Salah satu dari faktor risiko terjadinya *dysmenorrhea* adalah stres.

Menurut WHO (2022) remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia antara 10 hingga 19 tahun. Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI N0.25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun (Kemkes.go.id, 2018).

Angka kejadian *dysmenorrhea* di dunia sangat tinggi. Berdasarkan data World Health Organization (WHO) tahun 2020, kejadian *Dysmenorrhea* adalah 1.769.425 (90%) wanita yang menderita *dysmenorrhea*, dengan 10-16% menderita *dysmenorrhea* berat. Angka Kejadian *dysmenorrhea* pada remaja di Asia adalah 74,5 %. Pada remaja putri hispanic prevalensi *dysmenorrhea* sebesar 85 %. Hal ini pula terjadi di Indonesia dengan angka kejadian sebesar 55 % (Putri et al., 2021b). Di Indonesia prevalensi *dysmenorrhea* mencapai 64,25 % yang terdiri dari

dysmenorrhea primer 54,89 %, dan 9,36 % *dysmenorrhea* sekunder (No Title, 2019). Berdasarkan jurnal data hasil penelitian Resty

Hermawahyuni 2022 angka kejadian *dysmenorrhea* di Jakarta Timur yaitu sebanyak 57,2 % wanita mengalami *dysmenorrhea* primer dan sebanyak 42,8% tidak mengalami nyeri. Presurve data pada penelitian (Agustin, 2018) mengatakan bahwa *dysmenorrhea* pada perempuan dengan tingkat stress rendah sebesar 22 %, stress sedang 29 % dan stress tinggi sebesar 44%.

Dysmenorrhea primer merupakan nyeri yang dirasakan perut di bagian bawah yang terjadi selama siklus menstruasi, tidak terkait dengan penyakit atau patologi lainnya. Sebaliknya, *Dysmenorrhea* sekunder biasanya dikaitkan dengan patologi lain di dalam atau di luar rahim (Nagy dan Khan, 2021).

Tingginya prevalensi dismenorea primer dipengaruhi oleh beberapa karakteristik. Beberapa karakteristik dismenorea primer antara lain dismenorea pada masa kanak-kanak, riwayat keluarga dismenorea, siklus menstruasi yang berkepanjangan, merokok, konsumsi

alkohol dan kafein, dan kualitas tidur, kesehatan yang buruk, konsumsi makanan tertentu, kurangnya aktivitas fisik atau olahraga, obesitas dan stres (Fernandez-Martinez et al., 2019).

Dysmenorrhea merupakan rasa nyeri yang timbul akibat ketidakseimbangan hormone progesterone, hal ini disebabkan kontraksi uterus saat endometrium luruh. Zat kimia alami yang di produksi oleh sel-sel dinding rahim yang disebut prostaglandin akan merangsang otot halus dinding rahim berkontraksi, semakin tinggi kadar prostaglandin maka semakin kuat kontraksi sehingga nyeri yang dirasakan semakin berat (Teknik et al., 2019). Semakin berat nyeri yang dirasakan bisa mengganggu kondisi psikologis individu dimana respon nyeri memberikan stimulus pada otak sehingga terjadi stress. Respon stress setiap individu berbeda akibat kondisi kesehatan, kepribadian, dan pengetahuan, stress dapat berpengaruh positif maupun negatif sehingga mekanisme coping dan kemampuan pengelolaan emosi dari masing-masing individu berbeda (Agustin, 2018). Remaja yang mengalami *dysmenorrhea* Sebagian besar tidak dapat mengontrol emosinya, tidak pergi ke sekolah untuk menenangkan diri, dengan demikian pengelolaan stress dapat mengendalikan efek *dysmenorrhea* yang disebabkan oleh stress (Suryani dkk., 2018)

Stres merupakan reaksi fisik atau psikis yang dapat mengganggu stabilitas kehidupan dan mempengaruhi system hormonal tubuh. Stres bisa bersifat positif atau negatif, pengaruh positif dapat memicu seseorang agar membangkitkan kesadaran sehingga memunculkan pengalaman, sedangkan pengaruh negatif menyebabkan rasa yang muncul

seperti marah, tidak percaya diri, nyeri kepala hingga leher, perut terasa kram dan gangguan tidur. (Eni Wahyuningsih, 2018).

Masa remaja yaitu masa goncangan dan stres, stres yang rentan adalah pada siswa/i SMK kelas XI, akibat tugas akhir dan beberapa ujian kenaikan kelas yang memicu atau memperberat *dysmenorrhea*. Siswi di daerah Jakarta Timur, khususnya remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit sendiri hampir rata-rata mengalami *dysmenorrhea*. Siswa kelas XI lebih banyak mengalami tingkat stres karena menghadapi Ujian Sekolah untuk menentukan kenaikan kelas mereka, stress menghadapi ujian kenaikan kelas dan tugas-tugas akhir kelas XI.

Melihat dari penataran diatas terbukti bahwa masih banyak kasus tentang pengaruh stress berkepanjangan terhadap *dysmenorrhea* khususnya pada siswa kelas XI maka dari itu kali ini peneliti tertarik untuk meneliti tentang "Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada remaja putri SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit".

KAJIAN PUSTAKA

Remaja

Menurut WHO (2020) remaja merupakan fase antara masa kanak-kanak dan dewasa dalam rentang usia 10 hingga 19 tahun. Sedangkan pada Peraturan Menteri Kesehatan RI No.25, remaja merupakan penduduk dalam rentang usia antara 10 hingga 18 tahun (Kemkes.go.id, 2018). Selain itu, badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional (BKKBN) mengatakan, rentang usia remaja ialah 10 hingga 24 tahun dan belum menikah, maka dapat diartikan remaja ialah masa pergantian dari anak-anak menuju dewasa (Brief

Notes Lembaga Demografi FEB UI, 2020).

Konsep Dysmenorrhea

Dysmenorrhea merupakan rasa nyeri pada saat menstruasi pada bagian perut bawah yang menjalar ke pinggang yang dapat disertai sakit kepala yang berlangsung selama tujuh hari adanya perubahan emosional, susah tidur, aktivitas terganggu dan sulit berkonsentrasi (Agustin, 2018).

Dysmenorrhea menimbulkan rasa sakit yang bermacam dari rasa nyeri kuat, terbakar, tumpul berdenyut, mual. Rasa nyeri akan berkurang pada saat menstruasi akan berakhir. Jenis dismenore yang sering terjadi merupakan dismenore primer dimana akan merasakan sakit yang kuat hingga mengganggu kegiatan sehari-hari serta terjadi pada remaja sekitar 2-3 tahun setelah menstruasi pertama terjadi (Sma & Kanaan, 2019)

Klasifikasi Dysmenorrhea

Terdapat dua macam dismenore, dismenore primer dan dismenore sekunder (Teknik et al., 2019):

1) *Dysmenorrhea* Primer

Merupakan nyeri menstruasi yang dialami tidak terdapat kelainan pada organ reproduksi. Pada dismenore primer terjadi pada beberapa waktu setelah merache dan merupakan suatu kondisi yang dikaitkan dengan siklus ovulasi.

2) *Dysmenorrhea* sekunder

Merupakan rasa sakit menstruasi yang diakibatkan oleh kelainan organ reproduksi atau yang terjadi karena penyakit tertentu. Pada umumnya terjadi pada perempuan yang berusia lebih dari 25 tahun.

Konsep Stress

Stres merupakan reaksi fisik atau psikis yang dapat mengganggu stabilitas kehidupan dan mempengaruhi sistem hormonal tubuh. Stres bisa bersifat positif atau negatif, pengaruh positif dapat memicu seseorang agar membangkitkan kesadaran sehingga memunculkan pengalaman, sedangkan pengaruh negatif menyebabkan rasa yang muncul seperti marah, tidak percaya diri, nyeri kepala hingga leher, perut terasa kram dan gangguan tidur (Eni Wahyuningsih, 2018).

Konsep Model Keperawatan

a. Teori Neuman

Betty Neuman (1972) mendefinisikan manusia secara utuh merupakan gabungan dari konsep holistic dan pendekatan system terbuka (Marriner-tomey, 1994). Bagi neuman, manusia merupakan makhluk dengan kombinasi kompleks yang dinamis dari fisiologis, sosiokultural dan variable perkembangan yang berfungsi sebagai system terbuka. Sebagai system yang terbuka, manusia berinteraksi, beradaptasi dengan disesuaikan oleh lingkungan yang digambarkan sebagai stressor (chin dan Jacobs, 1995). Lingkungan internal terdiri dari segala sesuatu yang mempengaruhi (intrapersonal) yang berasal dari dalam diri klien. Lingkungan eksternal segala sesuatu pengaruh yang berasal diluar diri klien (interpersonal). Tiap lingkungan memiliki kemungkinan terganggu oleh stressor yang dapat merusak system. Model neuman mencakup stressor intrapersonal, interpersonal, dan ekstrapersonal (Neuman, 1982, 1995; Marriner-tomey, 1994).

b. Perkembangan Sistem Model Neuman

Model system Neuman memberikan warisan baru tentang cara pandang terhadap manusia sebagai makhluk holistic (memandang manusia secara keseluruhan) meliputi aspek (variable) fisiologis, psikologis, sosiokultural, perkembangan dan spiritual yang berhubungan secara dinamis seiring dengan adanya respon-respon system terhadap stressor baik dari lingkungan internal maupun eksternal. Komponen utama dari model ini adalah adanya stress dan reaksi terhadap stress. Klien dipandang sebagai suatu system terbuka yang memiliki siklus input, proses, output dan feedback sebagai suatu pola organisasi yang dinamis. Tujuan ideal dari model ini adalah untuk mencapai stabilitas system secara optimal.

c. Konseptual Model Sistem Neuman

Konsep yang dikemukakan oleh Betty Newman adalah konsep "Health Care System" yaitu model konsep yang menggambarkan aktivitas keperawatan yang ditujukan kepada penekanan penurunan stress dengan memperkuat garis pertahanan diri secara fleksibel atau normal maupun resistan dengan sasaran pelayanan adalah komunitas. Serta Betty Newman mendefinisikan manusia secara utuh merupakan gabungan dari konsep holistic dan pendekatan system terbuka.

Neuman menyajikan aspek-aspek model systemnya dalam suatu diagram lingkaran konsentris, yaitu meliputi

1. Basic Structure and Energy Resources/Struktur Dasar dan Sumber Energi

Struktur dasar, atau inti pusat, terdiri dari faktor-faktor kelangsungan hidup dasar umum untuk spesies (Neuman, 1995). Struktur dasar berisi seluruh variable untuk mempertahankan hidup dasar yang biasa terdapat pada manusia sesuai karakteristik individu yang unik. Variabel-variabel tersebut yaitu system, genetic dan kekuatan/kelemahan bagian-bagian system.

2. Garis Pertahanan/Lines of Resistance

Merupakan serangkaian lingkaran putus-putus yang mengelilingi struktur dasar. Artinya garis resisten ini melindungi struktur dasar dan akan teraktivasi jika ada invasi dari stressor lingkungan melalui garis normal pertahanan (normal line of defense). Misalnya adalah mekanisme system immune tubuh.

Menurut Neuman's garis pertahanan normal (Normal Lines of Defense) merupakan lingkaran utuh yang mencerminkan suatu keadaan stabil untuk individu, system atau kondisi yang menyukertai pengaturan karena adanya stressor yang disebut keadaan wellness normal. Garis pertahanan fleksibel digambarkan sebagai lingkaran putus-putus paling luar yang berperan memberikan respon awal atau perlindungan pada system dari stressor.

3. Lingkungan/Environment

Menurut Neuman lingkungan adalah seluruh faktor-faktor internal dan eksternal yang berada disekitar klien. Stressor yang berasal dari

lingkungan meliputi 3 hal yaitu:

- a. Lingkungan internal yaitu lingkungan intrapersonal yang ada dalam sytem klien.
 - b. Lingkungan eksternal adalah lingkungan yang berada di luar sytem klien. Kekuatan-kekuatan dan pengaruh interaksi yang berada di luar system klien.
 - c. Lingkungan yang diciptakan merupakan pertukaran energi dalam system terbuka dengan lingkungan internal dan eksternal yang bersifat dinamis.
4. Stressor/Stressor
Stressor adalah kekuatan lingkungan yang menghasilkan ketegangan dan berpotensi untuk menyebabkan system tidak stabil. Neuman mengklasifikasikan stressor sebagai berikut:
- a) Stressor intrapersonal: terjadi dalam diri individu/keluarga dan berhubungan dengan lingkungan internal, misalnya : respon autoimun.
 - b) Stressor interpersonal: yang terjadi pada satu individu /keluarga atau lebih yang memiliki pengaruh pada system. Misalnya: ekspetasi peran.
 - c) Stressor ekstrapersonal: juga terjadi diluar lingkuo system atau individu/keluarga tetapi lebih jauh jaraknya dari system daripada stressor interpersonal. Misalnya sosial politik.
5. Kesehatan (Sehat)/Health
Neuman mengidentifikasi Kesehatan sebagai stabilitas system yang optimal, atau keadaan optimal Kesehatan

pada waktu. Kesehatan dipandang sebagai kontinum dari Kesehatan ke penyakit.

Pertanyaan Penelitian

- a. Bagaimana hubungan tingkat stres dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit?
- b. Bagaimana pengaruh stres dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit?
- c. Bagaimana proses terjadinya stres dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit Provinsi DKI Jakarta Tahun 2023?

Tujuan Penelitian

- a. Tujuan Umum
Untuk diketahuinya apakah ada hubungan tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit Provinsi DKI Jakarta Tahun 2023.
- b. Tujuan Khusus
 - 1) Untuk diketahuinya hubungan tingkat stres dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit Provinsi DKI Jakarta Tahun 2023
 - 2) Untuk diketahuinya pengaruh stres dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit Provinsi DKI Jakarta Tahun 2023
 - 3) Untuk diketahuinya proses terjadinya stres dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit Provinsi DKI Jakarta Tahun 2023.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode analitik dengan pendekatan *Cross sectional* dimana data yang menyangkut variabel bebas dan variabel terikat diukur secara bersamaan dalam waktu yang sama dengan menggunakan data primer melalui kuesioner, yang dimana kuesioner ini akan dilakukan berdasarkan teori model keperawatan Betty Neuman mengenai Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur Tahun 2023. Sampel dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas XI SMK Perguruan Rakyat 2 yang memenuhi kriteria inklusi sebagai berikut Kriteria Inklusi: Remaja Putri kelas XI SMK Perguruan Rakyat 2 yang aktif, Remaja Putri kelas XI yang bersedia menjadi responden dan Remaja Putri kelas XI yang mengalami *dysmenorrhea*. Kriteria Eksklusi: Remaja Putra SMK Perguruan Rakyat 2, Remaja Putri yang mengundurkan diri sebagai

responden dan Remaja Putri yang tidak mengisi kuesioner secara lengkap. Teknik sampling yang digunakan pada penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu metode sampling dimana peneliti memilih sampel berdasarkan penentuan penelitian tentang sampel yang akan dipilih. Total sampel dari kelompok remaja putri kelas XI sejumlah 44 responden.

HASIL

1. Analisis Univariat

Rancangan penelitian ini menggunakan metode penelitian kuantitatif dengan Teknik pengumpulan data yaitu kuesioner atau angket yang mencoba menggali hubungan antara variabel independent (tingkat stress pada remaja) dan variabel dependen (kejadian *dysmenorrhea*) dengan menggunakan uji analisis Chi Square.

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Pada Tingkat Stress Remaja Responden di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur pada Tahun 2023

		Frekuensi	Precent
Tingkat Stres	Berat	22	50 %
	Sedang	18	40,9 %
	Ringan	4	9,1 %
Total		44	100%

Berdasarkan tabel 1 diketahui bahwa 44 responden didapatkan rata-rata yang mengalami stress berat adalah sebanyak 22

siswi (50%), stress sedang 18 siswi (49,9 %), dan yang mengalami stress ringan 4 siswi (9,1%).

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Kejadian *Dysmenorrhea* Pada Remaja Responden di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur pada Tahun 2023

		Frekuensi	Precent
Kejadian <i>Dysmenorrhea</i>	YA	37	84,1%
	TIDAK	7	15,9 %
Total		44	100%

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa dari 44 responden kejadian *dysmenorrhea* pada remaja yang mengalami *dysmenorehea* adalah sebanyak 37 siswi (84,1 %) dan yang tidak mengalami *dysmenorrhea* adalah 7 siswi (15,9 %).

Tabel 3 Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian *Dysmenorrhea* pada Remaja Putri di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur Tahun 2023

No.	Tingkat stress	Kejadian <i>Dysmenorrhea</i>				Total		P. value
		Ya		Tidak		F	%	
1.	Berat	19	86,4	3	13,6	22	100	0,003
2.	Sedang	17	94,4	1	5,6	18	100	
3.	Ringan	1	25	3	75	4	100	
Total		37	84,1	7	15,9	44	100	

Berdasarkan tabel 3 diatas dapat terlihat hasil uji bivariat mengenai Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian *dysmenorrhea*, didapatkan tingkat stress berat ada 22 dan Ya (mengalami) kejadian *Dysmenorrhea* 19 siswi (86,4%), tidak mengalami 3 siswi (13,6%), kemudian tingkat sedang ada 18 siswi, dan Ya (mengalami) kejadian *Dysmenorrhea* 17 siswi (94,4 %), tidak mengalami *dysmenorrhea* 1 siswi (5,6 %), dan kemudian tingkat stress ringan ada 4 siswi dengan 1 siswi (25%) mengalami *dysmenorrhea*, dan 3 siswi (75 %) tidak mengalami *dysmenorrhea*. Jadi total (Ya) mengalami kejadian *dysmenorrhea* baik tingkat stress berat, stress

sedang dan stress ringan adalah 37 siswi (84,1 %), dan total (tidak) mengalami kejadian *dysmenorrhea* baik tingkat stress berat, stress sedang dan stress ringan adalah 7 siswi (15,9 %).

Dari hasil Analisa bivariat diperoleh nilai p value = 0,003 (< 0,05), dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea* di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur pada tahun 2023.

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil penelitian dari teori yang ditemukan oleh penulis, maka didapatkan hasil sebagai berikut:

1. Analisis Univariat

a. Tingkat Stres Pada Remaja

Berdasarkan Tabel 1, dapat diketahui bahwa 44 responden siswi kelas XI di SMK Perguruan Rakyat 2 Jakarta Timur, didapatkan rata-rata yang mengalami stress berat adalah sebanyak 22 siswi (50%), stress sedang 18 siswi (49,9 %), dan yang mengalami stress ringan 4 siswi (9,1%). Jadi mayoritas stress yang dialami oleh remaja putri SMK Perguruan Rakyat 2 Jakarta Timur adalah tingkat stres berat lebih banyak dari pada frekuensi stress ringan dan sedang.

Penelitian ini diperkuat oleh hasil penelitian Prihardian Putri dan Devi Mediarti pada tahun 2021, dengan hasil analisis tingkat stress pada remaja putri hampir merata dimana terdapat 178 responden mayoritas mengalami stres berat (54 %), stress sedang 24,7 %, stress sangat berat 17,4 %, stress normal 0,8 % dan stress ringan 2,8 %.

Hal ini sependapat dengan penelitian Tiara Fadjriyaty., (2021) menunjukkan dari 128 responden ditemukan sebagian besar responden mengalami stress berat sebanyak 94 responden (73,4%), yang mengalami stress sedang sebanyak 21 responden (16,4%), dan sebanyak 13 responden (10,2 %) mengalami stress ringan. Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi stress yaitu faktor lingkungan (stres timbul

akibat kejadian besar dalam kehidupan ataupun gangguan sehari-hari dalam kehidupan yang dilalui individu tersebut), factor kognitif (penilaian kognitif digunakan untuk menjelaskan gambaran individu terdapat tindakan dalam kehidupan untuk sesuatu yang berbahaya, mengancam dan menentang dan keyakinan individu untuk mendapatkan keahlian dalam melakukan suatu kejadian dengan mudah), dan factor seni budaya (suatu hal yang negatif terhadap anggota etnis minoritas dalam sejarah sudah mengalami sikap permusuhan, tidak mendukung satu sama lain selama krisis sehingga menyebabkan isolasi sosial, pengucilan dan mengakibatkan peningkatan stress. Kondisi ekonomi merupakan suatu stresor yang sangat kuat dalam kehidupan).

Penelitian ini juga didukung oleh penelitian Elok Dwi dan Ruri Kharisma 2023, menunjukkan distribusi frekuensi tingkat stress pada remaja di Kabupaten Ponorogo didominasi oleh kondisi berat sebanyak 31 responden (32,0%), stress sedang sebanyak 18 responden (18,6 %), stress ringan dan stress normal memiliki nilai frekuensi yang sama 24 responden (24,7%).

Selain itu, Rahmawati dkk., (2019) dalam penelitiannya menyebutkan bahwa tingkat stress berkaitan dengan intrapersonal dan interpersonal pada responden yang bila tidak terkelola dengan baik mengakibatkan stress berat.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut

menunjukkan bahwa sebagian besar siswi di SMK Perguruan Rakyat mengalami stress berat. Hal ini dikarenakan siswi kelas XI mulai memikirkan dan memahami masa depan, serta penyebab lainnya adalah munculnya masalah tugas akhir sekolah menjelang kenaikan kelas, munculnya masalah keluarga, masalah pertemanan, masalah percintaan dan masalah keuangan.

b. Kejadian Dysmenorrhea

Pada tabel 2 diketahui bahwa dari 44 responden kejadian *dysmenorrhea* pada remaja yang mengalami *dysmenorrhea* adalah sebanyak 37 siswi (84,1 %) dan yang tidak mengalami *dysmenorrhea* adalah 7 siswi (15,9 %).

Penelitian ini diperkuat oleh hasil penelitian Prihardian Putri dan Devi Mediarti pada tahun 2021, distribusi kejadian *dysmenorrhea* responden hampir merata untuk masing-masing tingkat nyeri. Mayoritas responden mengalami nyeri haid dalam kategori nyeri sedang (74,7%) sedangkan kategori nyeri berat 38 % dan nyeri ringan 7%.

Penelitian ini diperkuat oleh hasil penelitian Indah dan Susilowati (2022), menunjukkan siswi di SMA Muhammadiyah 1 Sragen sebanyak 59 responden (52,2 %), dan usia minimal 17 tahun sebanyak 16 responden (14,2 %) serta diikuti usia 15 tahun sebanyak 38 responden (33,6 %). Peneliti juga mengatakan bahwa masalah kesehatan yang dapat terjadi pada

kesehatan reproduksi remaja pada saat menstruasi salah satunya yaitu *dysmenorrhea* atau nyeri pada saat menstruasi. Salah satu dari faktor risiko terjadinya *dysmenorrhea* adalah stress.

Selain itu, Penelitian Siti Fatimah (2021), menunjukkan bahwa kejadian *dysmenorrhea* di SMA N 1 Ciemas Sukabumi sebagian besar remaja putri mengalami *dysmenorrhea* yaitu sebanyak 47 responden (85,5 %), dan yang tidak mengalami *dysmenorrhea* 8 responden (14,5 %). Peneliti juga berasumsi hampir seluruh responden mengalami *dysmenorrhea*, remaja merasa tidak nyaman pada saat *dysmenorrhea* karena mereka merasakan nyeri kram bagian perut bawah, mual, pusing, serta sampai ada yang pingsan.

Berdasarkan hasil penelitian tersebut sebagian besar remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 lebih banyak yang mengalami *dysmenorrhea* dibandingkan dengan remaja putri yang tidak mengalami *dysmenorrhea*. Hal ini dikarenakan dimana terlalu banyak masalah yang sering dialami oleh siswi remaja, semakin banyak yang dipikirkan remaja maka semakin beresiko mengalami kejadian *dysmenorrhea* atau semakin tinggi tingkat stress yang dialami responden maka semakin beresiko mengalami kejadian *dysmenorrhea*.

c. Analisa Bivariat

Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Dysmenorrhea Pada Remaja Putri di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur

Dari tabel 3 terlihat hasil analisa bivariat mengenai Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian *dysmenorrhea* adalah 44 responden, didapatkan tingkat stress berat ada 22 dan Ya (mengalami) kejadian *Dysmenorrhea* 19 siswi (86,4%), tidak mengalami 3 siswi (13,6%), kemudian tingkat sedang ada 18 siswi, dan Ya (mengalami) kejadian *Dysmenorrhea* 17 siswi (94,4 %), tidak mengalami *dysmenorrhea* 1 siswi (5,6 %), dan kemudian tingkat stress ringan ada 4 siswi dengan 1 siswi (25%) mengalami *dysmenorrhea*, dan 3 siswi (75 %) tidak mengalami *dysmenorrhea*.

Jadi total (Ya) mengalami kejadian *dysmenorrhea* baik tingkat stress berat, stress sedang dan stress ringan adalah 37 siswi (84,1 %), dan total (tidak) mengalami kejadian *dysmenorrhea* baik tingkat stress berat, stress sedang dan stress ringan adalah 7 siswi (15,9 %). Uji statistic diperoleh nilai p value = 0,003 (< 0,05), dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea* di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur pada tahun 2023.

Hal ini sama dengan hasil penelitian Prihardian Putri dan Devi Mediarti (2021), hasil analisis tingkat stress dengan kejadian

dysmenorrhea siswi kelas XI SMK N 3 Palembang diperoleh siswi yang memiliki tingkat stress berat mengalami kejadian *dysmenorrhea* (52,2%) lebih banyak dibandingkan dengan tingkat stress ringan dan stress sedang yang mengalami kejadian *dysmenorrhea*. Selain itu, hasil uji statistic Kendal tau didapatkan p value (0,000) dan koefisien korelasi 0,643 sehingga disimpulkan bahwa ada hubungan antara tingkat stress terhadap kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMK N 3 Palembang.

Selain itu, sependapat dengan penelitian Siti Fatimah (2021), menunjukkan bahwa penelitian yang berjumlah 55 responden. Didapatkan hasil analisis hubungan stress dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMA N 1 Ciemas Sukabumi sebanyak 22 responden adalah tingkat stress sedang dengan kejadian *dysmenorrhea* iya atau mengalami *dysmenorrhea*, sedangkan sebanyak 25 responden (75,8 %) adalah tingkat stress berat dengan kejadian *dysmenorrhea* iya dan sebanyak 8 responden (24,2%) adalah tingkat stress berat dengan tidak mengalami *dysmenorrhea*. Hasil uji statistic didapatkan nilai p value (0,016) < 0,05 maka dapat disimpulkan ada hubungan antara tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri di SMA N 1 Ciemas Sukabumi tahun 2021

Menurut analisis peneliti masa remaja yaitu masa goncangan dan stres, stres

yang rentan adalah pada siswa/i SMK kelas XI, akibat tugas akhir dan beberapa ujian kenaikan kelas yang memicu atau memperberat *dysmenorrhea*. Siswi di daerah Jakarta Timur, khususnya remaja putri di SMK Perguruan Rakyat 2 Kec. Duren Sawit sendiri hampir rata-rata mengalami *dysmenorrhea*. Siswa kelas XI lebih banyak mengalami tingkat stres karena menghadapi Ujian Sekolah untuk menentukan kenaikan kelas mereka, stress menghadapi ujian kenaikan kelas dan tugas-tugas akhir kelas XI. Faktor lainnya adalah bisa muncul dari lingkungan internal dan eksternal. Lingkungan eksternal yaitu seperti stress yang berasal dari lingkungan keluarga, lingkungan pertemanan, masalah percintaan, perilaku, kapasitas kognitif (tugas sekolah yang menumpuk) dan masalah keuangan. Sedangkan lingkungan internal meliputi stress dengan produksi hormone estrogen, progesterone, dan prostaglandin berlebihan, kontraksi otot uterus meningkat, lalu akan menjepit ujung-ujung sel saraf, rangsangan dialirkan melalui saraf simpatikus dan parasimpatikus sehingga akan mengalami kejadian nyeri haid (*dysmenorrhea*).

Peneliti juga berpendapat bahwa tingkat stress akan mempengaruhi kejadian *dysmenorrhea* karena jika terlalu banyak masalah yang sering dialami dan semakin banyak yang dipikirkan maka semakin beresiko mengalami kejadian *dysmenorrhea* atau semakin tinggi tingkat stress

yang dialami responden maka semakin beresiko mengalami kejadian *dysmenorrhea*.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian Agustin (2018), bahwa Respon stress setiap individu berbeda akibat kondisi kesehatan, kepribadian, dan pengetahuan, stress dapat berpengaruh positif maupun negatif sehingga mekanisme coping dan kemampuan pengelolaan emosi dari masing-masing individu berbeda. Dan menurut penelitian Suryani dkk, (2018) bahwa remaja yang mengalami *dysmenorrhea* Sebagian besar tidak dapat mengontrol emosinya, tidak pergi ke sekolah untuk menenangkan diri, dengan demikian pengelolaan stress dapat mengendalikan efek *dysmenorrhea* yang disebabkan oleh stress.

KESIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan tentang Hubungan Tingkat Stres dengan Kejadian Dysmenorrhea Pada Remaja Putri di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur Tahun 2023. Dapat disimpulkan bahwa:

- a. Mengalami kejadian *dysmenorrhea* baik tingkat stress berat, stress sedang dan stress ringan adalah 37 siswi (84,1 %), dan total (tidak) mengalami kejadian *dysmenorrhea* baik tingkat stress berat, stress sedang dan stress ringan adalah 7 siswi (15,9 %). Dari hasil analisis bivariat menggunakan Chi Square diperoleh nilai p value = 0,003 (< 0,05), dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat stress dengan kejadian

- dysmenorrhea di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur pada tahun 2023.
- b. Ada Pengaruh Stress Dengan Kejadian Dysmenorrhea Pada Remaja Putri di SMK Perguruan Rakyat 2, Jakarta Timur tahun 2023. Hal ini dikarenakan siswi kelas XI mulai memikirkan dan memahami masa depan, serta munculnya masalah tugas akhir sekolah menjelang kenaikan kelas, munculnya masalah keluarga, masalah pertemanan, masalah percintaan dan masalah keuangan. Semakin banyak yang dipikirkan remaja maka semakin beresiko mengalami kejadian *dysmenorrhea* atau semakin tinggi tingkat stress yang dialami responden maka semakin beresiko mengalami kejadian *dysmenorrhea*.
- c. Siswi kelas XI memikirkan dan memahami masa depan, serta munculnya masalah tugas akhir sekolah menjelang kenaikan kelas, masalah keluarga, masalah pertemanan, masalah percintaan dan masalah keuangan sehingga meningkatkan resiko kejadian *dysmenorrhea*.
- tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea*, sehingga sebagai bahan ajar dalam proses kegiatan belajar-mengajar sehingga meningkatkan mutu pembelajaran di sekolah.
- d. **Bagi Ilmu Keperawatan**
Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat mengembangkan teori-teori keperawatan di bidang keperawatan komunitas tentang hubungan tingkat stres dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri dan lebih dikaji kembali cara mencegah, mengurangi stress untuk mengurangi resiko kejadian *dysmenorrhea*, serta intervensi yang digunakan untuk mengatasi *dysmenorrhea*.
- e. **Bagi peneliti selanjutnya**
Diharapkan bagi peneliti selanjutnya untuk dapat melakukan penelitian yang lebih lanjut mengenai hubungan tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea* yang sifatnya lebih besar yaitu dengan jumlah sampel yang banyak, sampel yang digunakan tidak hanya siswi kelas XI.

Saran

- a. **Untuk Institusi Pendidikan**
Diharapkan dari hasil penelitian ini dapat menjadi bahan pengetahuan bagi mahasiswa mengenai hubungan tingkat stress dengan kejadian *dysmenorrhea* pada remaja putri, dan pihak institusi pendidikan menyediakan buku-buku atau literatur-literatur tentang cara menurunkan tingkat stress bagi remaja.
- b. **Bagi Tempat Penelitian**
Diharapkan dari hasil penelitian ini menjadi bahan pengetahuan bagi guru-guru yang mengajar khususnya bagi siswi putri itu sendiri mengenai hubungan

DAFTAR PUSTAKA

- Adinda Aprilia, T., Noor Prastia, T., Saputra Nasution, A. (2022). Kesehatan Reproduksi Dan Kesehatan Ibu, K., Studi Kesehatan Masyarakat, P., Ilmu Kesehatan, F., & Ibn Khaldun Bogor, U. Hubungan Aktivitas Fisik, Status Gizi Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Di Kota Bogor. In *Promotor Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat* (Vol. 5, Issue3). [Http://Ejournal.Uika-](http://Ejournal.Uika-)

- Bogor.Ac.Id/Index.Php/Promotor.
- Bahrul Ilmi, M. (N.D.). (2020). *Hubungan Pengetahuan, Tingkat Stres Dan Riwayat Keluarga Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Fkip Prodi Bimbingan Dan Konseling (Bk) Uniska Mab Banjarmasin Tahun 2020*.
- Diananda, A. (2018). Psikologi Remaja Dan Permasalahannya. In *Istighna* (Vol. 1, Issue 1). [Www.Depkes.Go.Id](http://www.depkes.go.id)
- Dina, B., Stikes, M., Kupang, M., Prodi, N., & Kebidanan, D. (2022). *Pengaruh Dismenore Terhadap Tingkat Stress Mahasiswa Semester Iv Prodi D Iii Kebidanan Stikes Maranatha Kupang*. 1(3). [Http://Ejurnal.StieTrianandra.Ac.Id/Index.Php/Klinikhalamanutamajurnal:Http://Ejurnal.StieTrianandra.Ac.Id/Index.Php](http://ejournal.stietrianandra.ac.id/index.php/klinikhalamanutamajurnal)
- Dwiasrini, F., Wulandari, R., & Yolanda, R. A. (2023). *Hubungan Aktivitas Fisik, Konsumsi Makanan Cepat Saji, Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi Kelas Xii Di Sma Muhammadiyah 18 Jakarta Tahun 2023* (Vol. 2, Issue 4).
- Fasya, A., Putu, I., Arjita, D., Rika, M., Pratiwi, A., Bagus, I., & Andika, Y. (N.D.). *Hubungan Aktivitas Fisik Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenorea Primer Pada MahasiswiFakultasKedokteran*. [Http://Journal.Stikeskendal.Ac.Id/Index.Php/Pskm](http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/pskm)
- Fatimah, S., Mintasih, S., Studi Ilmu Keperawatan, P., & Tinggi Ilmu Kesehatan Indonesia Maju Lenteng Agung Jakarta Selatan, S. (2023). *Stres Akademik Berhubungan Dengan Kejadian Disminore Primer Pada Remaja Putri*. In *Jnep* (Vol. 02, Issue 02).
- Gizi Dan Pangan Soedirman, J., Anggi Hapsari, Z., & Nur Widiyaningsih, E. (2023). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dan Asupan Magnesium Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Sma Dan Smk Batik Surakarta* (Vol.7).[Http://Jos.Unsoed.Ac.Id/Index.Php/Jgps](http://jos.unsoed.ac.id/index.php/jgps)
- Hubungan Stres Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Literature Review Naskah Publikasi*. (N.D.).
- Ilmiah, J., Stikes, K., Surabaya, H. T., Salsabila, H., Budiarti, A., Chabibah, N., Ernawati, D., Tinggi, S., Kesehatan, I., & Departement, N. (N.D.). *Hubungan Tingkat Stres Dan Aktivitas Fisik Dengan Kejadian Dismenore Pada Mahasiswi Tingkat Akhir Di Stikes Hang Tuah Surabaya*. [Http://Journal.Stikeshangtuah-Sby.Ac.Id/Index.Php/Jiksht](http://journal.stikeshangtuah-sby.ac.id/index.php/jiksht)
- Ilmu Kebidanan, J., Angrainy, R., Dora Yanti, P., & Oktavia, E. (N.D.). *Al-Insyirah Midwifery*. [Https://Jurnal.Stikes-Alinsyirah.Ac.Id/Index.Php/Kebidanan](https://jurnal.stikes-alinsyirah.ac.id/index.php/kebidanan)
- Indah, F., & Susilowati, T. (2022). *Gambaran Dismenorea Saat Aktivitas Belajar Diruang Kelas Pada Siswi Sma Muhammadiyah 1 Sragen*. *Journal Locus Penelitian Dan Pengabdian*, 1(6), 459-465. [Https://Doi.Org/10.36418/Locus.V1i6.143](https://doi.org/10.36418/Locus.V1i6.143)
- Jayanti, R., Dwimawati, E., Studi Kesehatan Masyarakat, P., Ilmu Kesehatan, F., & Ibn Khaldun Bogor, U. (2022). *Hubungan Antara Tingkat Stres Dalam Pembelajaran Jarak Jauh Di Masa Pandemi Covid-19 Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Sma*

- Islam Hasmi Boarding School Kabupaten Bogor. In *Promotor Jurnal Mahasiswa Kesehatan Masyarakat* (Vol. 5, Issue 2). [Http://Ejournal.UikaBogor.Ac.Id/Index.Php/Promotor](http://Ejournal.UikaBogor.Ac.Id/Index.Php/Promotor)
- Karya Tulis Ilmiah Tingkat Dismenore Dengan Tingkat Stres Pada Remaja Putri Literature Review Rizka Suryani Isnania 16.321.0034 Program Studi S1 Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Insan Cendekia Medika Jombang 2020. (N.D.).
- Khoiri Oktavia, W., Psikologi, M., Pascasarjana, P., & Ahmad Dahlan, U. (2019). *Prosiding Seminar Nasional Magister Psikologi Universitas Ahmad Dahlan 08 Agustus*. 142-149. <https://www.researchgate.net>
- Pratama, D., & Puspita Sari, Y. (N.D.). Karakteristik Perkembangan Remaja. In *Edukasimu.Org* (Vol. 1, Issue 3).
- Prodi, M., Universitas, S.-K., & Surabaya, M. (N.D.). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Dysmenorrhea Pada*.
- Publikasi, N. (N.D.). *Hubungan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Remaja*.
- Putri, P., Mediarti, D., Noprika, D., Kemenkes, P. K., Sumatera, P., & Indonesia, S. (2021). Hubungan Tingkat Stres Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. In *Jurnal Keperawatan Merdeka (Jkm)* (Vol. 1, Issue 1).
- Rejeki, S. (2019). Gambaran Tingkat Stres Dan Karakteristik Remaja Putri Dengan Kejadian Dismenore Primer. *Jurnal Kebidanan*, 8(1), 50. <https://doi.org/10.26714/jk.8.1.2019.50-55>
- Shintya, L. A., Sera, D., Tandungan, T., & Keperawatan, F. (2023). *Hubungan Tingkat Stress Dengan Kejadian Dismenorea Pada Mahasiswi Universitas Klabat* (Vol. 5, Issue 1). [Http://Ejournal.Unklab.Ac.Id/Index.Php/Kjn](http://Ejournal.Unklab.Ac.Id/Index.Php/Kjn)
- 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>