

ABSTRAK

FAKTOR DOMINAN KEJADIAN *DISMENORE* PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI MADRASAH TSANAWIYAH TANADA WARU SIDOARJO

Oleh : Davina Laili Ramadhani

Program Studi Keperawatan Sutomo, Program Diploma Tiga, Jurusan Keperawatan, Politeknik Kesehatan Kemenkes Surabaya

E-mail: davinalaili25@gmail.com

Dismenore primer merupakan istilah untuk nyeri haid yang muncul sebagai rasa sakit sebentar sebelum atau selama menstruasi. Rasa sakit ini dapat berlangsung selama atau hingga beberapa hari saat menstruasi berlangsung. Dampak yang muncul dari *dismenore* primer terdiri dari gejala fisik dan gejala emosional. Berbagai faktor dapat memengaruhi terjadinya *dismenore* primer pada remaja perempuan. Tingkat keparahan nyeri yang dialami bisa bervariasi dari satu siklus menstruasi ke siklus lainnya. Tujuan dari penelitian ini adalah untuk mengidentifikasi faktor utama yang menyebabkan *dismenore* primer pada remaja perempuan di Madrasah Tsanawiyah Tanada Waru Sidoarjo. Penelitian ini menggunakan pendekatan deskriptif dengan metode *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 55 orang yang dipilih melalui teknik *total sampling*. Data dikumpulkan dengan cara mengisi kuesioner secara online melalui *google form*, dan lalu dianalisis dengan analisis univariat. Hasil dari penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar remaja perempuan merasakan nyeri ringan, hampir setengahnya memiliki *menarche* pada usia normal antara 11-13 tahun, sebagian besar tidak rutin berolahraga, dan hampir setengahnya jarang mengonsumsi makanan *fast food*. Dalam penelitian ini, kebiasaan berolahraga menjadi faktor utama yang berpengaruh terhadap kejadian *dismenore* primer pada remaja perempuan di Madrasah Tsanawiyah Tanada Waru Sidoarjo. Diharapkan remaja perempuan di Madrasah Tsanawiyah Tanada Waru Sidoarjo dapat meningkatkan aktivitas olahraga mereka untuk mengurangi risiko *dismenore* primer serta memahami cara penanganan *dismenore* primer baik dengan obat maupun secara alami. Selain itu, penting untuk mengadakan pendidikan kesehatan mengenai *dismenore* primer kepada remaja perempuan agar mereka dapat menangani sendiri ketika mengalami kondisi ini.

Kata Kunci: Faktor Dominan, *Dismenore* Primer

ABSTRACT

DOMINANT FACTORS IN THE INCIDENCE OF PRIMARY DYSMENORRHEA IN ADOLESCENT WOMEN AT MADRASAH TSANAWIYAH TANADA WARU SIDOARJO

By : Davina Laili Ramadhani

*Sutomo Nursing Study Program, Diploma Three Program, Nursing
Department, Surabaya Ministry of Health Polytechnic*

Email: davinalaili25@gmail.com

Primary dysmenorrhea is a term for menstrual pain that occurs as a brief pain before or during menstruation. This pain can last during or up to several days while menstruation is happening. The impacts that arise from primary dysmenorrhea consist of physical and emotional symptoms. Various factors can influence the occurrence of primary dysmenorrhea in adolescent girls. The severity of pain experienced can vary from one menstrual cycle to another. The aim of this study is to identify the main factors causing primary dysmenorrhea in adolescent girls at Madrasah Tsanawiyah Tanada Waru Sidoarjo. This research uses a descriptive approach with a cross-sectional method. The sample size in this study is 55 individuals selected through total sampling technique. Data was collected by filling out an online questionnaire through Google Forms, and then analyzed using univariate analysis. The results of this study show that the majority of adolescent girls experience mild pain, nearly half have menarche at the normal age between 11-13 years, most do not exercise regularly, and nearly half rarely consume fast food. In this study, exercise habits became the main factor influencing the occurrence of primary dysmenorrhea in adolescent girls at Madrasah Tsanawiyah Tanada Waru Sidoarjo. It is hoped that adolescent girls at Madrasah Tsanawiyah Tanada Waru Sidoarjo can increase their sports activities to reduce the risk of primary dysmenorrhea and understand how to manage primary dysmenorrhea both with medication and naturally. In addition, it is important to provide health education about primary dysmenorrhea to adolescent girls so that they can manage it themselves when experiencing this condition.

Keywords: *Dominant Factors, Primary Dysmenorrhea*