

KEJADIAN DISMENORE PRIMER DAN DAMPAKNYA TERHADAP PERFORMA AKADEMIK SERTA HUBUNGAN SOSIAL PADA MAHASISWI DI KOTA DENPASAR

Ni Putu Ringga Dara Swanidia, Ni Made Dian Kurniasari*
Program Studi Kesehatan Masyarakat Fakultas Kedokteran Universitas Udayana
Jalan P. B. Sudirman, Kec. Denpasar Barat, Kota Denpasar, Bali 80234

ABSTRAK

Dismenore primer sebagian besar dirasakan oleh perempuan usia reproduktif yaitu pada remaja akhir 18-23 tahun yang dapat berdampak pada kegiatan sehari-hari termasuk dalam menjalankan pendidikan dan kehidupan sosial. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui tingkat dismenore primer dan dampaknya terhadap performa akademik serta hubungan sosial pada mahasiswa universitas. Penelitian ini merupakan studi analitik observasional dengan pendekatan *cross-sectional* di Kota Denpasar pada bulan Februari hingga Maret 2024. Responden adalah mahasiswa berusia 18-22 tahun yang mengalami dismenore primer berjumlah 131 mahasiswa dan diambil secara *consecutive*. Pengumpulan data diambil dengan menggunakan kuisioner yang disebar secara *online* ke populasi terjangkau. Data dianalisis secara deskriptif, bivariabel (*independent t-test* dan *one-way anova*) dan multivariat (*manova*). Hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 131 mahasiswa paling banyak mengalami tingkat nyeri sedang (45,80%), sebagian besar memiliki tingkat performa akademik tidak baik (94,66%) dan tingkat hubungan sosial tidak baik (87,79%) selama mengalami menstruasi. Tingkat dismenore primer berhubungan secara signifikan dengan performa akademik dan hubungan sosial pada mahasiswa universitas. Rasa nyeri dan gejala yang menyertainya dapat menyebabkan penurunan kemampuan mahasiswa dalam beraktivitas dan berinteraksi sosial. Maka dari itu, diperlukan upaya dari pemerintah untuk melakukan skrining dan pengelolaan dismenore primer pada perempuan.

Kata kunci: dismenore primer, performa akademik, hubungan sosial

ABSTRACT

Primary dysmenorrhea is mostly felt by female of reproductive age in late teens around 18-23 years, which could impact their activities including education and social life. The aim of this study was to determine the proportion of primary dysmenorrhea intensity and its impact on academic performance and social relationships in university female students. This research is an observational analytical study with a cross-sectional approach in Denpasar on February-March 2024. Respondents were 131 female students around 18-22 years who experienced primary dysmenorrhea and were taken consecutively. Data were analyzed descriptively, bivariably (*independent t-test* and *one-way anova*) and multivariately (*manova*). Results obtained from 131 female students, the majority of them experienced primary dysmenorrhea with moderate intensity (45.80%), the majority of students had poor academic performance (94.66%) and poor social relations (87.79%). Primary dysmenorrhea intensity is significantly associated with academic performance and social relationships in university female students. Pain of primary dysmenorrhea and its following symptoms could reduce student's ability to carry out activities and interact socially. Therefore, efforts from the government are needed to be able to do screening and handling of primary dysmenorrhea in female.

Keywords: primary dysmenorrhea, academic performance, social relationship

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan suatu kejadian alami yang ditandai dengan keluarnya darah secara berkala dari lapisan rahim melalui vagina. Menstruasi merupakan tanda bahwa seorang perempuan telah memasuki masa reproduksinya (Uzoechi et al., 2023). Pada

masa ini, perempuan mengalami berbagai keluhan seperti siklus menstruasi tidak lancar, *premenstrual syndrome*, hingga dismenore. Dismenore merupakan masalah ginekologi yang banyak diderita oleh perempuan dengan usia reproduktif. Dismenore ditandai dengan nyeri dimulai

*email korespondensi: dian_kurniasari@unud.ac.id

dari perut bagian bawah dan diteruskan ke bagian pinggang dan kaki sebelum atau selama menstruasi berlangsung. Gejala yang menyertai nyeri diantaranya seperti sakit kepala, penurunan konsentrasi, penurunan kesadaran, dan kelelahan (Yilmaz & Avci, 2020).

Dismenore yang paling umum terjadi pada perempuan adalah dismenore primer dimana nyeri akan menurun seiring bertambahnya usia perempuan, berbeda dengan dismenore sekunder yang berhubungan dengan kondisi patologis dan paling umum disebabkan oleh endometriosis. Gejala dismenore sekunder lebih lambat dibandingkan dismenore primer, biasanya muncul setelah perempuan mengalami *menarche* selama 2 tahun atau lebih (Guimarães & Póvoa, 2020). Dismenore primer secara umum dimulai dari 1 hingga 2 hari sebelum menstruasi dan terjadi selama 12 hingga 72 jam.

Dismenore primer menyebabkan nyeri kram secara terus menerus, dimulai dari perut kemudian menyebar ke punggung dan kaki dengan gangguan fisik lainnya berupa mual, muntah, dan diare (Macgregor et al., 2023). Dismenore primer juga menimbulkan ketidaknyamanan psikologis, dimana dismenore membatasi fungsional serta meningkatkan stres emosional perempuan (Satir & Hazar, 2022). Berbagai gangguan dari dismenore primer mengganggu aktivitas perempuan dalam menjalani kehidupan pendidikan maupun pekerjaan sehingga menyebabkan penurunan produktivitas dan kualitas hidup perempuan (Ibrahim et al., 2015).

Dismenore primer sebagian besar dirasakan oleh perempuan usia reproduktif yaitu pada remaja akhir 18-23 tahun (Barbosa-Silva et al., 2024). Dismenore primer berpotensi mengganggu kualitas hidup dan aktivitas remaja perempuan. Menurut WHO (*World Health Organization*) kualitas hidup adalah suatu pandangan atau persepsi seseorang mengenai tujuan, harapan, dan standar hidup yang dimiliki.

Kualitas kehidupan dapat dilihat dari berbagai aspek seperti kesehatan fisik, kondisi psikologis, emosional, dan sosial (Purba et al., 2019). Kesehatan fisik perempuan yang mengalami dismenore primer sebagai keluhan menstruasi dapat mengganggu aktivitas sehari-hari seperti kehidupan akademik dan interaksi sosial yang dimilikinya. Perempuan pada usia 18-23 tahun sebagian besar sedang menjalani pendidikan sebagai pelajar atau mahasiswa yang tentu akan terdampak bila mengalami dismenore primer (Nakame et al., 2019).

Mahasiswa dengan dismenore primer merasakan dampak negatif terhadap performa akademik diantaranya sering tidak hadir di kelas (67%), merasakan penurunan waktu belajar (94%), penurunan partisipasi kegiatan (86%), dan penurunan konsentrasi (89%) (Hashim et al., 2020). Mahasiswa merasakan gangguan dalam pembelajaran seperti tidak dapat mempersiapkan ujian (92,10%) dan tidak dapat mengerjakan tugas perkuliahan (80,80%). Mahasiswa dengan dismenore primer tingkat sedang dan berat 8,53 kali lebih berpotensi merasakan dampak negatif dismenore

terhadap aktivitas akademik mereka dibandingkan dengan dismenore primer tingkat ringan (Mesele et al., 2022).

Selain memberikan dampak negatif terhadap minat dan performa akademik, nyeri yang dirasakan saat menstruasi juga memberikan dampak terhadap hubungan sosial serta emosional pada mahasiswi. Mahasiswi dengan dismenore primer mengalami perubahan *mood*, mereka merasa bahwa nyeri sangatlah mengganggu aktivitas sehari-hari (36,60%), mengganggu aktivitas kegemaran (47,20%), mengganggu interaksi dengan keluarga (19,60%), dan merasa kurang menikmati kehidupan selama menstruasi (37,10%) (Durand et al., 2021a). Sehingga diperlukan peningkatan kesadaran dalam memahami, mendeteksi, dan mengelola dampak yang dapat ditimbulkan oleh dismenore primer.

Langkah deteksi kejadian dismenore primer dapat menjadi salah satu upaya untuk memahami dan mengelola dampak yang ditimbulkan terhadap kehidupan perempuan khususnya remaja perempuan. Sedangkan penelitian-penelitian pada remaja akhir (mahasiswi) yang menggali mengenai hubungan tingkat dismenore primer dengan kualitas hidup masih terbatas khususnya di Kota Denpasar. Kota Denpasar merupakan kota yang berkembang pesat diikuti dengan penambahan jumlah penduduk mencapai hampir 1 juta jiwa (Badan Pusat Statistik, 2020). Kota Denpasar menjadi salah satu daerah tujuan untuk menempuh pendidikan termasuk perguruan tinggi dengan jumlah remaja putri berusia 15-24 mencapai 322.500 (Badan Pusat Statistik,

2023). Remaja putri pada rentang usia tersebut memasuki usia remaja akhir dan sebagian besar sedang menjalani pendidikan sebagai mahasiswi. Kualitas kehidupan mahasiswi dapat dilihat melalui tingkat performa akademik dan hubungan sosial, dimana kedua aspek tersebut rentan untuk terpengaruh selama mahasiswi merasakan keluhan menstruasi. Universitas menjadi tempat menempuh pendidikan bagi banyak mahasiswi dari berbagai latar belakang. Melihat situasi tersebut, penulis melakukan penelitian dengan judul "Kejadian Dismenore Primer dan Dampaknya terhadap Performa Akademik serta Hubungan Sosial pada Mahasiswi Universitas". Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui kejadian dismenore primer dan dampaknya terhadap performa akademik serta hubungan sosial pada mahasiswi universitas.

METODE

Penelitian ini merupakan penelitian dengan desain analitik observasional dan rancangan penelitian *cross-sectional* untuk mengetahui hubungan antara setiap variabel bebas dengan variabel tergantung yang dinilai pada waktu yang bersamaan dan dilakukan dalam sekali ukur. Penelitian dilakukan di salah satu universitas di Kota Denpasar. Pengumpulan data dilaksanakan pada bulan Februari - Maret 2024. Kelompok yang menjadi populasi target dalam penelitian ini adalah mahasiswi universitas di Kota Denpasar yang berusia 18-22 tahun saat pengumpulan data dilakukan. Sampel dalam penelitian ini

yaitu mahasiswi universitas yang telah mengalami siklus menstruasi dan mengalami dismenore primer. Sehingga untuk mendapatkan sampel yang diinginkan, digunakan kriteria inklusi sebagai berikut: 1)Mahasiswi universitas dari angkatan aktif. 2)Berusia 18-22 tahun saat pengumpulan data. Penentuan besar sampel dilakukan menggunakan rumus *double proportion* dan didapatkan besar sampel minimal yang dibutuhkan yaitu sebanyak 109.65 sampel atau dapat dibulatkan menjadi 110 sampel. Pengambilan sampel penelitian menggunakan teknik *consecutive sampling* dimana peneliti akan menyebarkan kuesioner *online* (*WaLIDD Pain Rating Scale*, kuesioner performa akademik dan hubungan sosial) untuk diisi oleh mahasiswi. Penelitian ini telah diajukan dan mendapatkan persetujuan penelitian oleh Komisi Etik Penelitian Litbang FK Unud dengan Keterangan Kelaikan Etik Nomor: 0509/UN14.2.2.VII.14/LT/2024.

HASIL

Berdasarkan hasil analisis dalam penelitian ini, mahasiswi paling banyak mengalami dismenore primer tingkat sedang (45,80%) dengan gejala yang paling banyak menyertai adalah mual (67,94%), mudah lelah (29,77%) dan sakit kepala (29,77%). Berdasarkan hasil analisis dengan total 131 mahasiswi dalam penelitian ini didapatkan bahwa sebagian besar mahasiswi mengalami *menarche* pada rentang usia 12-15 tahun (72,52%) dengan siklus menstruasi 21-35 hari (76,34%). Lebih dari setengah total mahasiswi mengalami menstruasi dengan

durasi 5-7 hari (57,25%), dan hampir setengahnya mengganti pembalut lebih dari 3 kali dalam sehari selama menstruasi (49,62%).

Tabel 1. Tingkat Performa Akademik dan Hubungan Sosial pada Mahasiswi

Variabel	Baik		Tidak Baik	
	(n=131)	(%)	(n=131)	(%)
Performa Akademik	7	5,34	124	94,66
Hubungan Sosial	16	12,21	115	87,79

Tabel 1 menunjukkan bahwa hampir 95% dari total 131 mahasiswi memiliki tingkat performa akademik tidak baik (94,66%), dan hampir 90% mahasiswi memiliki hubungan sosial yang tidak baik (87,79%).

Tabel 2. Rerata, Skor Minimum dan Maksimal

Variabel	Mean (SD)	Skor	Skor
		Minimum	Maksimal
Performa Akademik	22,24 (2,28)	18	28
Hubungan Sosial	32,81 (2,30)	27	38

Hasil analisis yang tersaji pada Tabel 2 menunjukkan rata-rata skor performa akademik responden (22,24) dengan skor tertinggi 28 dan skor hubungan sosial (32,81) dengan skor tertinggi 38. Tabel 3 menunjukkan perbedaan pada performa akademik dan hubungan sosial berdasarkan fakultas, status tinggal, uang saku, usia, IMT dan tingkat nyeri dismenore primer dengan uji bivariabel, sebagai berikut:

Tabel 3. Hasil uji bivariabel perbedaan performa akademik dan hubungan sosial dengan variabel-variabel lain.

Variabel	Performa Akademik				Hubungan Sosial			
	Mean (SD)	Dif f	95% CI	p-value	Mean (SD)	dif f	95% CI	p-value
Fakultas*								
Sains & Teknologi	21,98 (2,23)	0,60	-1,39 – 0,19	0,136	32,73 (2,02)	0,1	-1,00 – 0,61	0,633
Sosial & Humaniora	22,58 (2,32)				32,92 (2,65)			
Status Tinggal*								
Bersama Keluarga	22,46 (2,37)	0,5	-0,24 – 1,36	0,171	32,93 (2,34)	0,3	-0,50 – 1,12	0,454
Sendiri (Kost)	21,90 (2,10)				32,62 (2,24)			
Uang Saku*								
<Rp.1.000.000	21,98 (2,33)	0,48	-1,27 – 0,30	0,230	33 (2,32)	0,3	-0,46 – 1,13	0,404
≥Rp.1.000.000	22,46 (2,23)				32,66 (2,29)			
Usia*								
<20 tahun	22,07 (2,05)	0,21	-0,97 – 0,54	0,578	32,50 (2,26)	0,5	-1,38 – 0,19	0,140
≥20 tahun	22,29 (2,34)				33,10 (2,31)			
IMT●								
Kurus (IMT <18,5)	22,37 (2,21)				33,06 (2,48)			
Normal (IMT 18.5-25)	22,19 (2,34)	-	-	0,918	32,71 (2,26)	-	-	0,582
Gemuk (IMT >25)	22,50 (0,70)				34 (1,41)			
Tingkat Nyeri Dismenore Primer●								
Ringan	24,05 (1,50)				33,16 (2,07)			
Sedang	22,50 (2,04)			<0,001*	32,84 (2,85)			0,025*
Berat	21,28 (2,32)				32,40 (2,31)			

Hasil analisis yang tersaji menunjukkan bahwa tidak terdapat dikarenakan tidak ada yang memenuhi

asumsi nilai $p < 0,05$ berdasarkan uji *independent t-test*. Berdasarkan uji *oneway anova* terdapat perbedaan pada performa

*email korespondensi: dian_kurniasari@unud.ac.id

akademik dan hubungan sosial hanya berdasarkan tingkat nyeri dismenore yang memenuhi nilai $p < 0,05$ yaitu nilai $p = 0,000$ (performa akademik) dan nilai $p = 0,025$ (hubungan sosial). Maka dari itu dilakukan uji multivariat yang menganalisis secara bersamaan variabel tingkat nyeri dismenore primer terhadap performa akademik dan hubungan sosial.

Tabel 4 hasil uji multivariat

Intensitas	Performa Akademik & Hubungan Sosial		
	Value (W)	F	p-value
Tingkat Nyeri Dismenore (Total)	0,818	6,68	0,000
Ringan vs Sedang vs Berat	0,881	8,56	0,000
Ringan vs Sedang	0,937	4,27	0,016
Ringan vs Berat	0,841	11,98	0,000
Sedang vs Berat	0,918	5,62	0,005

Tingkat nyeri dismenore (total) menunjukkan terdapat setidaknya satu dari tiga tingkatan nyeri dengan performa akademik dan hubungan sosial yang berbeda. Nilai p uji *Manova* adalah 0,000 ($p < 0,05$) sehingga menunjukkan setidaknya ada perbedaan rerata dari performa akademik dan hubungan sosial pada salah satu tingkat nyeri dismenore. Berdasarkan uji *Post Hoc* pada setiap tingkat nyeri dismenore, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata performa akademik dan hubungan sosial terhadap tingkat nyeri ringan, sedang, maupun berat dengan nilai $p < 0,05$ pada setiap hasil uji *Post Hoc*.

PEMBAHASAN

Karakteristik menstruasi dalam penelitian ini sejalan dengan penelitian pada mahasiswi di Iran yaitu mayoritas mengalami *menarche* saat berusia 14 tahun, dan mayoritas juga mengalami menstruasi dengan durasi 7 hari sedangkan periode siklus terbanyak adalah 28 hari (Masoumi et al., 2019). Siklus menstruasi dapat dikatakan mengalami ketidakteraturan apabila siklus terjadi kurang dari 22 hari dan lebih dari 35 hari, apabila terjadi pendarahan kurang dari 3 hari dan lebih dari 7 hari (Kakasci & Potur, 2022). Sebagian besar perempuan mengalami nyeri sedang yang dapat menyebabkan gangguan atau rasa sakit fisik, sosial dan emosional (Ezebialu et al., 2021).

Menstruasimenimbulkan dismenore primer yang merupakan kondisi ginekologi umum yang dihadapi oleh sebagian besar wanita usia subur termasuk mahasiswi (Finžgar et al., 2022). Dismenore primer sering terjadi pada wanita muda dikarenakan adanya perubahan hormonal dan masih berlangsungnya perkembangan fisik. Kondisi ini dikaitkan dengan produksi prostaglandin (hormon kontraksi otot pada rahim) yang cenderung lebih tinggi pada wanita muda sehingga meningkatkan nyeri dismenore primer. Selain itu, bentuk dan ukuran rahim dapat mempengaruhi tingkat keparahan dismenore primer sehingga dismenore primer lebih sering terjadi pada wanita muda yang belum menikah dan belum melahirkan (Mammo et al., 2022). Dismenore primer dapat muncul disertai dengan gejala khusus seperti sakit perut

atau kram perut, sakit pada punggung bawah, bersamaan dengan masalah lain seperti kelelahan, mual, muntah, sakit kepala dan diare (Çuvadar & Karamelikli, 2024).

Lebih dari setengah total mahasiswi dalam penelitian ini merasakan nyeri dismenore primer pada satu bagian tubuh (69,46%). Bagian nyeri terbanyak terdapat pada punggung bawah (25,19%) dan dada/payudara (24,42%). Hal ini sejalan dengan penelitian tentang lokasi nyeri akibat dismenore primer yang dilakukan oleh Rodrigues JC et al. (2023) dan menunjukkan bahwa nyeri terbanyak kedua terdapat di punggung bagian bawah (82,1%) diikuti dada/payudara (32,9%). Nyeri yang dirasakan perempuan dapat dideskripsikan sebagai nyeri berdenyut dan menusuk. Penyebab nyeri pada punggung bawah belum dapat diketahui secara pasti. Alasan nyeri punggung muncul ketika menstruasi kemungkinan disebabkan karena adanya efek kontraksi rahim pada otot dan jaringan dalam yang terletak di punggung bawah. Sedangkan area di payudara disebabkan oleh adanya hormon estrogen atau prolaktin yang berlebih ketika menstruasi. Sehingga perubahan hormonal selama menstruasi memicu nyeri tidak hanya pada area rahim saja. Nyeri secara berkala ketika menstruasi menyebabkan perempuan merasakan *central sensitization* yang mengakibatkan nyeri meluas dan bertahan (Rodrigues et al., 2023).

Sejumlah 66 dari 131 mahasiswi dalam penelitian ini memiliki intensitas nyeri dengan kriteria 'sedikit kesakitan

hingga cukup sakit' (50,38%). Sejumlah 71 dari 131 mahasiswi memiliki durasi nyeri selama 1-2 hari (54,20%). Hal ini sejalan dengan penelitian menggunakan *WaLIDD* yang dilakukan oleh Fakari et al. (2021) yang menunjukkan bahwa intensitas nyeri dengan kriteria 'sedikit kesakitan hingga cukup sakit' menempati posisi pertama sebesar 50% dari 196 perempuan (Rashidi Fakari et al., 2021). Nyeri biasanya berlangsung selama 8 hingga 72 jam dan puncak nyeri dirasakan pada hari pertama atau kedua menstruasi. Intensitas nyeri dapat bervariasi tergantung pada sensitivitas masing-masing individu terhadap nyeri dan tingkat keparahan gejalanya. Tingkat nyeri dismenore primer dapat menurun setelah individu melahirkan serta dapat menurun seiring bertambahnya usia (Iacovides et al., 2015).

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa lebih dari 40% mahasiswi merasa bahwa kemampuan beraktivitasnya 'hampir selalu terganggu' (45,04%). Hal ini sejalan dengan penelitian menggunakan *WaLIDD* yang dilakukan oleh Fakari et al. (2021) yang menunjukkan bahwa sebesar aktivitas 35,50% perempuan 'hampir selalu terganggu' saat mengalami menstruasi. Perempuan dengan tingkat dismenore primer yang tinggi secara signifikan memiliki fungsi fisik, sosial, dan persepsi kesehatan yang lebih rendah. Pada umumnya pesan nosiseptif perifer yang dihasilkan selama menstruasi menyebabkan peningkatan rangsangan nyeri dan menyebabkan gangguan pada kemampuan beraktivitas sehari-hari pada perempuan. Kemampuan beraktivitas

pada masing-masing perempuan berbeda berdasarkan variasi pemrosesan atau penerimaan nyeri yang dimiliki. Gangguan pada kemampuan beraktivitas dapat berupa penurunan tingkat kehadiran sebesar 10-30% pada perempuan yang bekerja dan belajar, perempuan kehilangan 1-2 hari kerja dalam satu bulan (Iacovides et al., 2015).

Dismenore primer dapat berdampak pada kualitas kehidupan perempuan, dalam penelitian ini kualitas kehidupan dilihat melalui tingkat performa akademik dan hubungan sosial pada mahasiswa. Distribusi jawaban terkait performa akademik menunjukkan bahwa mahasiswa cenderung tidak bersemangat atau tidak termotivasi untuk belajar (41,98%), lebih dari setengah total mahasiswa merasa tidak produktif dalam pembelajaran di kampus maupun di rumah (54,20%) dan setengah dari total mahasiswa merasa tidak dapat berkonsentrasi secara penuh dalam menjawab kuis dan ujian selama mengalami menstruasi (45,79%). Distribusi tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dahlawi *et al.* (2021) yang menyatakan bahwa dismenore primer menyebabkan ketidakhadiran di kelas pada mahasiswa (21,1%), mahasiswa mengalami penurunan konsentrasi (48,3%), mengantuk atau tertidur selama kuliah berlangsung (37%), dan pengumpulan tugas yang belum lengkap (45,4%) (Dahlawi et al., 2021). Mahasiswa yang mengalami penurunan minat akademik selama menstruasi kemungkinan disebabkan oleh kurangnya manajemen

terkait menstruasi yang dirasakan. Penelitian di Spanyol menjelaskan bahwa sebagian besar mahasiswi tidak melakukan konsultasi dengan profesional kesehatan selama mengalami nyeri menstruasi dan menormalkan nyeri tersebut padahal jelas menyebabkan keterbatasan pada kegiatan perkuliahan (Fernández-Martínez et al., 2019).

Sementara itu distribusi jawaban terkait hubungan sosial dalam penelitian ini menunjukkan bahwa hampir setengah dari total mahasiswi memiliki indikasi untuk mengalami stress selama menstruasi (48,09%). Lebih dari setengah total mahasiswa merasa lebih mudah lelah selama menstruasi (52,67%) dan merasa kesepian selama mengalami menstruasi karena tidak dapat beraktivitas seperti biasanya (48,09%). Sebesar 41,98% merasa tidak tertarik untuk melakukan aktivitas fisik (berolahraga) selama menstruasi. Distribusi jawaban tersebut sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dahlawi *et al.* (2021) yang menyatakan bahwa dismenore primer memberikan dampak terhadap hubungan sosial dilihat melalui adanya penurunan aktivitas fisik selama mengalami menstruasi (63,9%) dan terganggunya hubungan mahasiswa dengan keluarga serta teman-teman (41,5%) (Dahlawi et al., 2021).

Penelitian lain juga menyatakan hal yang sejalan yaitu nyeri dismenore primer yang intens dapat mengganggu aktivitas sehari-hari yang biasanya dilakukan oleh mahasiswa. Rasa nyeri muncul saat melakukan aktivitas fisik seminimal mungkin seperti membawa barang belanjaan, memindahkan barang-barang

di sekitar, menaiki tangga serta berkendara. Penelitian tersebut juga menyatakan bahwa banyak mahasiswi lebih memilih untuk tidak berpergian keluar rumah dan mengisolasi diri dari interaksi dengan teman teman selama rasa nyeri masih ada (Fernández-Martínez et al., 2020). Penelitian yang dilakukan oleh Cuvadar & Karamelikli (2024) juga menyatakan hal yang sejalan dimana 17,9% dari 336 responden merasa memiliki kesulitan untuk berinteraksi atau berkomunikasi selama merasakan nyeri dismenore primer (Çuvadar & Karamelikli, 2024). Sejalan dengan penelitian lain di Indonesia yang menyatakan bahwa sebanyak 78,80% responden mengatakan bahwa menstruasi mengganggu kehidupan sosial mereka, dapat dikatakan bahwa dismenore mempengaruhi kehidupan pribadi remaja dan membatasi kinerja sosial dan akademik mereka (Purwaningtias et al., 2021).

Dismenore primer juga menimbulkan gangguan terhadap hubungan sosial mahasiswi, seperti pada penelitian di Iraq yang menyatakan nyeri berpengaruh terhadap hubungan pribadi mahasiswi termasuk juga hubungan dengan keluarga. Gangguan hubungan sosial dipicu oleh adanya *mood* yang buruk, kemarahan, dan mudah tersinggung. Kecemasan dan depresi terjadi lebih sering pada mahasiswi dengan dismenore primer dikarenakan hal tersebut berhubungan dengan tingkat tekanan psikologis yang meningkat ketika menstruasi. Mahasiswi dengan tingkat dismenore primer sedang dan berat 17%

lebih berpotensi mengalami stres dibandingkan dengan yang tidak mengalami dismenore primer (Matsumura et al., 2023).

Tingkat performa akademik dan hubungan sosial berbeda berdasarkan tingkat nyeri dismenore primer melalui analisis bivariabel. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Belayneh et al. (2023) yang menunjukkan bahwa terdapat perbedaan pada performa akademik mahasiswi berdasarkan intensitas nyeri dismenore primer. Nyeri menstruasi menyebabkan aktivitas belajar menjadi terganggu dan menyebabkan kesulitan berkonsentrasi pada mahasiswi sehingga mempengaruhi performa akademik (Belayneh et al., 2023). Nyeri juga menyebabkan mahasiswi tidak nyaman selama beraktivitas, kemampuan dalam menjalankan fungsi sosialnya terganggu selama menstruasi. Kondisi perempuan yang tidak baik selama mengalami menstruasi mempengaruhi *flow* akademik yang dimiliki dikarenakan tidak dapat beraktivitas secara normal, terganggu akan nyeri yang dirasakan, serta merasa tidak fokus. *Flow* akademik sangatlah penting dimiliki oleh mahasiswi selama menjalani perkuliahan. Adanya *flow* yang tinggi akan membuat performa akademik dan hasil pembelajaran menjadi maksimal (Prastiwi & Nastiti, 2023).

Sementara itu performa akademik dan hubungan sosial mahasiswi tidak berbeda berdasarkan fakultas, status tinggal, uang saku, dan Indeks Massa Tubuh. Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Fernandez-Martinez (2020) yang menyatakan bahwa tidak terdapat hubungan antara tingkat nyeri dismenore

primer dengan usia dan Indeks Massa Tubuh pada Mahasiswi ($p=0.51$). Hal ini sejalan dengan penelitian oleh Hamisah et al. (2022) yang menyatakan bahwa tidak terdapat perbedaan performa akademik berdasarkan Indeks Massa Tubuh dikarenakan terdapat berbagai faktor lainnya yang dapat mempengaruhi performa akademik. Penelitian oleh Hartini dan Dwiyantri (2014) menyatakan bahwa obesitas berhubungan dengan atrofi serebral yang menjadi faktor inflamatori pada fungsi kognitif, dimana hal tersebut mengganggu pembentukan memori. Responden dalam penelitian ini memiliki variasi yang banyak dari segi nilai Indeks Massa Tubuh dan tidak terdapat responden yang mengalami obesitas, sehingga tidak terdapat perbedaan performa akademik berdasarkan Indeks Massa Tubuh.

Analisis multivariat menggunakan uji *one-way manova* dilakukan untuk menganalisis secara bersamaan hubungan tingkat nyeri dismenore primer terhadap kualitas kehidupan kampus mahasiswi dilihat dari performa akademik dan hubungan sosial. Hasil uji *manova* dengan nilai p uji adalah 0,000 ($p<0,05$) menunjukkan setidaknya ada perbedaan rerata dari performa akademik dan hubungan sosial pada salah satu tingkat nyeri dismenore. Berdasarkan uji *Post Hoc* pada setiap tingkat nyeri dismenore, menunjukkan bahwa terdapat perbedaan rata-rata performa akademik dan hubungan sosial pada tingkat nyeri ringan, sedang, maupun berat dengan nilai $p<0.05$.

Dismenore primer berdampak negatif terhadap kehidupan kampus mahasiswi yaitu performa akademik serta hubungan sosial. Penelitian yang dilakukan oleh Rakhshae et al. (2014) menyatakan hal yang sejalan dimana lebih dari setengah mahasiswi yang menjadi responden merasakan dampak negatif pada performa akademiknya dan tidak hadir pada kelas atau perkuliahan (50,3%). Sebesar 72,7% dari total mahasiswi merasakan penurunan konsentrasi dan sebesar 54,3% tidak dapat menjawab ujian dengan maksimal (Rakhshae, 2014). Dampak dari dismenore primer ini semakin besar saat tingkat nyeri yang dirasakan semakin meningkat. Dismenore primer berdampak signifikan terhadap prestasi akademik dan hubungan sosial. Rasa nyeri dan gejala yang menyertainya dapat menyebabkan penurunan kemampuan mahasiswi dalam beraktivitas, berkurangnya fokus saat perkuliahan, dan menimbulkan penurunan akademik mahasiswi. Beratnya nyeri juga mempengaruhi kemampuan berkonsentrasi mahasiswi dalam penyelesaian tugas perkuliahan dan berujung pada penurunan produktivitas (Ishikura et al., 2020). Dismenore primer sangat mempengaruhi kualitas kehidupan dan aktivitas kinerja seseorang, seperti munculnya permasalahan konsentrasi, ketidakhadiran yang lebih tinggi, masalah tidur, dan kurangnya partisipasi dalam kegiatan sosial (Cook & van den Hoek, 2023).

Mengenai permasalahan tersebut diperlukan penanganan atau manajemen

yang tepat agar perempuan khususnya mahasiswi universitas dapat mengembangkan potensi akademik secara maksimal dan mempertahankan hubungan atau interaksi sosial yang dimiliki salah satunya dengan diadakannya skrining kejadian dismenore. Pemahaman terhadap pola dan konsekuensi jangka panjang dari adanya dismenore primer dapat memperluas pilihan penanganan agar dapat mengatasi nyeri dismenore primer sehingga kehidupan kampus mahasiswi dapat berjalan dengan baik dan maksimal.

SIMPULAN

Tingkat nyeri dismenore primer berhubungan secara signifikan dengan performa akademik dan hubungan sosial pada mahasiswi universitas. Dampak dari dismenore primer semakin besar saat tingkat nyeri yang dirasakan semakin meningkat. Rasa nyeri dan gejala yang menyertainya dapat menyebabkan penurunan kemampuan mahasiswi dalam beraktivitas, berkurangnya fokus saat perkuliahan, dan menimbulkan penurunan akademik serta hubungan sosial pada mahasiswi universitas.

SARAN

Berdasarkan hasil analisis pada uraian sebelumnya, maka saran yang dapat diberikan adalah perlunya kesadaran dari pihak pemerintah (Dinas Kesehatan) bekerjasama dengan pihak universitas agar skrining kesehatan, termasuk fisik, mental dan sosial, termasuk yang berkaitan dengan masalah kesehatan reproduksi mahasiswi. Perlu

menyediakan layanan kesehatan, sehingga dapat membantu mahasiswi mengelola dismenore primer dan mendapatkan penanganan yang tepat seperti menyediakan obat-obat pereda nyeri serta pembalut untuk mahasiswi (*first aid kit*) serta edukasi terkait penanganan dismenore primer. Hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai rujukan atau referensi untuk penelitian selanjutnya. Saran kepada peneliti selanjutnya dapat mengikutsertakan variabel lainnya untuk dikembangkan agar mendapatkan hasil penelitian yang lebih baik di masa mendatang.

UCAPAN TERIMAKASIH

Ucapan terimakasih peneliti sampaikan kepada pihak-pihak yang telah membantu pelaksanaan penelitian ini, terimakasih kepada Ketua Program Studi Sarjana Kesehatan Masyarakat, dosen pembimbing, mahasiswi yang terlibat dalam penelitian sebagai responden, dan kerabat dekat peneliti sehingga penelitian dapat terselesaikan.

DAFTAR PUSTAKA

- Barbosa-Silva, J., Avila, M. A., de Oliveira, R. F., Dedicaco, A. C., Godoy, A. G., Rodrigues, J. C., & Driusso, P. (2024). Prevalence, pain intensity and symptoms associated with primary dysmenorrhea: a cross-sectional study. *BMC Women's Health*, 24(1). <https://doi.org/10.1186/s12905-023-02878-z>
- Ezebialu, I., Ezenyeaku, C., & Umeobika, J. (2021). Prevalence of Dysmenorrhea and its Contribution to School Absenteeism Among Nigerian

- Undergraduate Students. *Annals of Health Research*, 59–66.
<https://doi.org/10.30442/ahr.0701-07-116>
- Çuvadar, A., & Karamelikli, E. (2024). Examination of the effects of primary dysmenorrhea on daily life of young women and treatment approaches. *Journal of Clinical Medicine of Kazakhstan*, 21(1), 48–54.
<https://doi.org/10.23950/jcmk/14275>
- Dahlawi, H., Bukhari, I., Alshammari, F., Althaqib, G., Alhawasawi, M., Bashiri, R., & Alruweili, R. (2021). Effect of dysmenorrhea on the academic performance among students studying in Princess Nourah Bint Abdulrahman University, Riyadh. *International Journal of Medicine in Developing Countries*, 588–594.
<https://doi.org/10.24911/ijmdc.51-1608990432>
- Durand, H., Monahan, K., & McGuire, B. E. (2021b). Prevalence and Impact of Dysmenorrhea Among University Students in Ireland. *Pain Medicine (United States)*, 22(12), 2835–2845.
<https://doi.org/10.1093/pm/pnab122>
- Finžgar, M., Dahmane Gošnak, R., Poljšak, B., & Starc, A. (2022). The Effect of Lifestyle on Primary Dysmenorrhea. *Journal of Applied Health Sciences*, 8(1), 47–55. <https://doi.org/10.24141/1/8/1/5>
- Guimarães, I., & Póvoa, A. M. (2020). Primary Dysmenorrhea: Assessment and Treatment. In *Revista Brasileira de Ginecologia e Obstetricia* (Vol. 42, Issue 8, pp. 501–507). Georg Thieme Verlag.
<https://doi.org/10.1055/s-0040-1712131>
- Hashim, R. T., Alkhalifah, S. S., Als Salman, A. A., Alfaris, D. M., Alhussaini, M. A., Qasim, R. S., & Shaik, S. A. (2020). Prevalence of primary dysmenorrhea and its effect on the quality of life amongst female medical students at King Saud University, Riyadh, Saudi Arabia A cross-sectional study. *Saudi Medical Journal*, 41(3), 283–289.
<https://doi.org/10.15537/smj.2020.3.24988>
- Iacovides, S., Avidon, I., & Baker, F. C. (2015). What we know about primary dysmenorrhea today: A critical review. *Human Reproduction Update*, 21(6), 762–778.
<https://doi.org/10.1093/humupd/dmv039>
- Ibrahim, N. K., Alghamdi, M. S., Al-Shaibani, A. N., Alamri, F. A., Alharbi, H. A., Al-Jadani, A. K., & Alfaidi, R. A. (2015). Dysmenorrhea among female medical students in king abdulaziz university: Prevalence, predictors and outcome. *Pakistan Journal of Medical Sciences*, 31(6), 1312–1317.
<https://doi.org/10.12669/pjms.316.8752>
- Kakasci, Ç., & Potur, D. (2022). Evaluation of Menstrual Irregularities and Dysmenorrhea in University Students. *Turkish Journal of Science and Health*.
<https://doi.org/10.51972/tfsd.1138859>
- Macgregor, B., Allaire, C., Bedaiwy, M. A., Yong, P. J., & Bougie, O. (2023). Disease Burden of Dysmenorrhea: Impact on Life Course Potential. In *International Journal of Women's Health* (Vol. 15, pp. 499–509). Dove Medical Press Ltd.
<https://doi.org/10.2147/IJWH.S380006>
- Mammo, M., Alemayehu, M., & Ambaw, G. (2022). Prevalence of Primary Dysmenorrhea, Its Intensity and Associated Factors Among Female Students at High Schools of Wolaita Zone, Southern Ethiopia: Cross-Sectional Study Design. *International*

Journal of Women's Health, 14, 1569–1577.
<https://doi.org/10.2147/IJWH.S384275>

Masoumi, S. Z., Abdolmaleki, E., Khodakarami, B., & Mohammadi, Y. (2019). The Pattern and Intensity of Primary Dysmenorrhea in the Students Residing in the Dormitories of Hamadan University of Medical Sciences Between March 2017 and March 2018. *Journal of Clinical Research in Paramedical Sciences*, 8(1).
<https://doi.org/10.5812/jcrps.85813>

Rodrigues, J. C., Avila, M. A., Reis, F. J. J. dos, Degani, A. M., de-Arruda, G. T., & Driusso, P. (2023). How does my pain look like? Characterizing dysmenorrhea-related pain using the body map. *Brazilian Journal Of Pain*, 6(2).
<https://doi.org/10.5935/2595-0118.20230042-en>

Satir, D., & Hazar, S. (2022). Functional and emotional disturbances of university students with dysmenorrhea and their health-seeking behaviors. *Progress in Health Sciences*, 12(1), 60–65.
<https://doi.org/10.5604/01.3001.0015.8834>

Uzoечи, C. A., Parsa, A. D., Mahmud, I., Alasqah, I., & Kabir, R. (2023). Menstruation among In-School Adolescent Girls and Its Literacy and Practices in Nigeria: A Systematic Review. In *Medicina (Lithuania)* (Vol. 59, Issue 12). Multidisciplinary Digital Publishing Institute (MDPI).
<https://doi.org/10.3390/medicina59122073>

Yilmaz, F., & Avci, D. (2020). Effect of dysmenorrhea on quality of life in university students: A case-control study. *Cukurova Medical Journal*, 45(2), 648–655.
<https://doi.org/10.17826/cumj.659813>