

## **BAB V**

### **HASIL DAN PEMBAHASAN**

#### **A. Hasil**

##### **1. Gambaran umum lokasi penelitian**

SMA Dwijendra Denpasar terletak di Jalan Kamboja Desa Dangin Puri Kangin, Kecamatan Denpasar Utara, Kabupaten /Kota Denpasar, Provinsi Bali. Surat Keputusan Pendirian sekolah tertulis nomor : 496.Um 1.4/77 tertanggal 6 Desember 1977 NSS :304220900005. Luas tanah 7000 m<sup>2</sup>. Sekarang sekolah SMA Dwijendra Denpasar telah berusia 30 tahun. Badan Akreditasi Nasional berdasarkan surat keputusan nomor : 431/BAP-SM/LL/2017 menetapkan SMA Dwijendra Denpasar memiliki predikat Unggul Terakreditasi A plus.

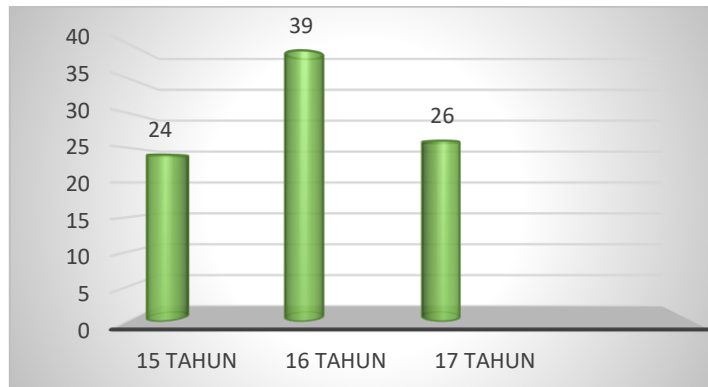
Dalam perkembangan sekarang tahun pelajaran 2017/2018 sekolah mengasuh sebanyak 1717 siswa, yang terdiri dari : kelas X, 370 siswa, kelas XI 706 siswa, dan kelas XII, 641 siswa. Jumlah guru dan pegawai di SMA Dwijendra Denpasar sebanyak 94 orang dengan rincian yaitu guru sebanyak 73 orang dan pegawai sebanyak 21 orang. Sarana dan prasarana di SMA Dwijendra Denpasar terdapat Ruang teori/kelas sebanyak 38 kelas, ruang laboratorium sebanyak 4 ruangan, perpustakaan, ruang keterampilan, ruang disel, UKS, ruang BP/BK, ruang kepek, ruang guru, ruang TU, ruang osis, selain itu dilengkapi juga dengan sarana penunjang seperti kamar mandi, gudang dan ruang ibadah.

##### **2. Gambaran umum sampel**

###### **a. Umur sampel**

Sampel dalam penelitian ini adalah siswi SMA Dwijendra Denpasar kelas X dan XI yang tercatat dan aktif sebagai siswa disekolah tersebut. Kisaran umur

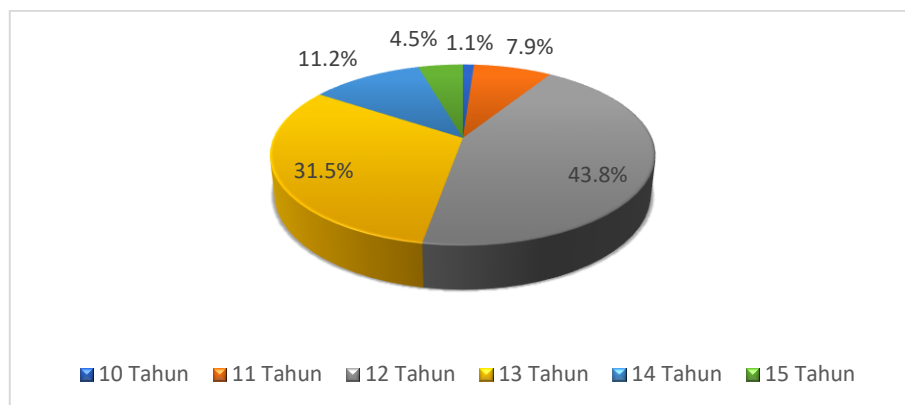
sampel yaitu antara 15 sampai 17 tahun. Umur sampel yang terbanyak adalah 16 tahun yaitu 39 sampel (43,8%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 2.



Gambar 2  
Sebaran Sampel Menurut Umur

b. Usia manarche

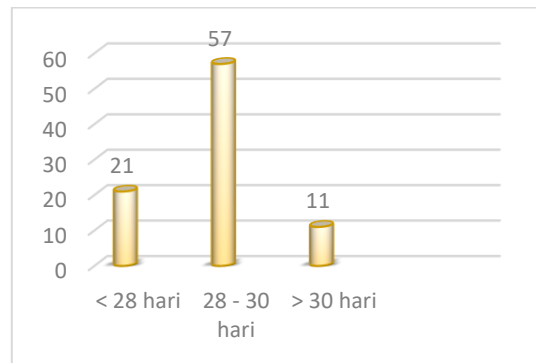
Berdasarkan usia manarche sampel diketahui sampel yang mengalami menstruasi pertama paling banyak pada usia 12 tahun yaitu 39 sampel (43,8%) dan sampel yang mengalami menstruasi pertama paling sedikit pada usia 10 tahun yaitu 1 sampel (1,1%). Untuk lebih jelas dapat dilihat pada gambar 3.



Gambar 3  
Sebaran Sampel Menurut Usia Menarche

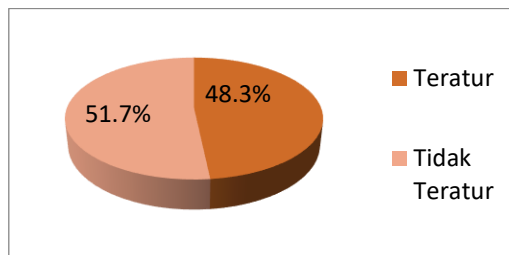
c. Siklus menstruasi

Dilihat dari lama siklus menstruasi, sebagian besar sampel memiliki siklus menstruasi yaitu 28 - 30 hari sebanyak 57 sampel (64,0%) dan sebanyak 11 sampel (12,4%) yang memiliki siklus menstruasi > 30 hari. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 4.



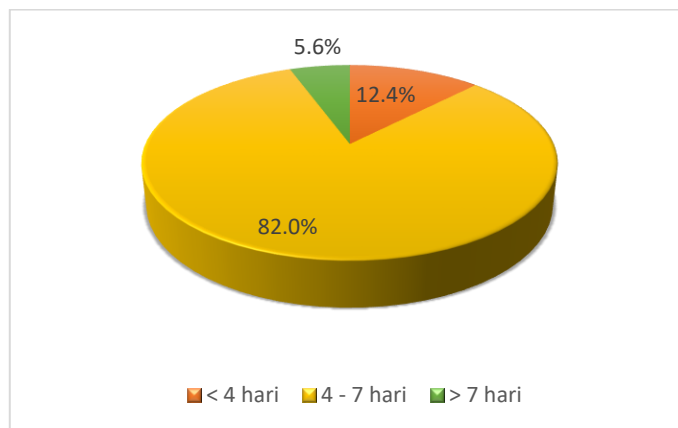
Gambar 4  
Sebaran Sampel Menurut Siklus Menstruasi

Berdasarkan keteraturan siklus menstruasi sampel dalam 1 periode diketahui sebanyak 43 sampel (48,3 %) memiliki jadwal menstruasi teratur dan sebanyak 46 sampel (51,7 %) memiliki jadwal menstruasi tidak teratur. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 5.



Gambar 5  
Sebaran Sampel Menurut Keteraturan Siklus Menstruasi Dalam Satu Periode

Jika dilihat dari lama mentruasi dalam satu periode, sebagian besar sampel memiliki lama menstruasi 4 – 7 hari sebanyak 73 sampel (82,0%), lama menstruasi kurang dari 4 hari sebanyak 11 sampel (12,4%) dan ada juga sampel yang memiliki lama menstruasi lebih dari 7 hari sebanyak 5 sampel (5,6%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 6.

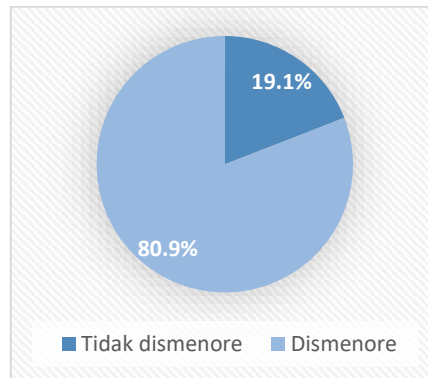


Gambar 6  
Sebaran Sampel Menurut Lama Menstruasi dalam Satu Periode

### 3. Prevalensi kejadian dismenore

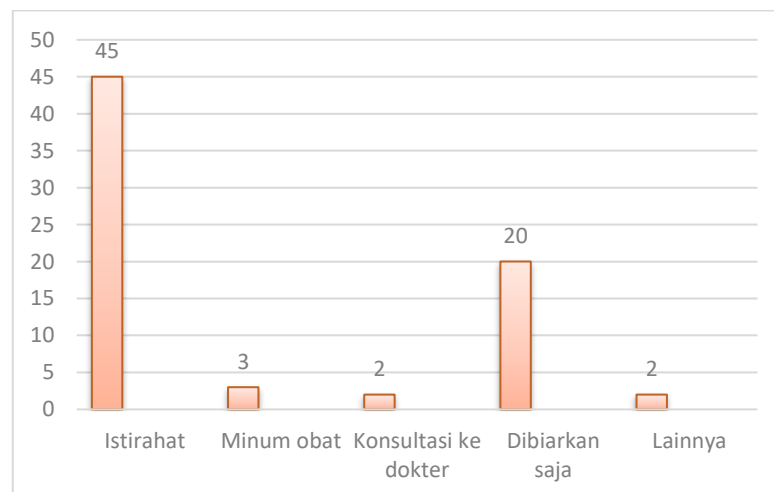
Berdasarkan karakteristik dismenore primer terdapat beberapa gejala yang sering timbul selama atau sebelum menstruasi, diantaranya adalah nyeri pada perut bagian bawah, pegal-pegal, nyeri pinggang bawah, sakit kepala, mual, muntah, sembelit, diare, sering berkemih (buang air kecil), sensitive, lelah dan nafsu makan menurun. Untuk mengkategorikan dismenore tersebut, sampel harus memenuhi minimal 3 gejala dismenore dengan gejala utama yaitu nyeri pada perut bagian bawah dan dua atau lebih gejala penyerta lainnya. Dari data yang diperoleh dapat diketahui bahwa sampel yang mengalami dismenore adalah sebanyak 72 sampel

(80,9 %) dan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 17 orang (19,1 %). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 7.



Gambar 7  
Sebaran Sampel Menurut Kejadian Dismenore

Dari hasil penelitian yang didapat, diketahui bahwa cara penanganan gejala dismenore yang dilakukan oleh sampel, sebagian besar sampel melakukan istirahat sebanyak 45 sampel (62,5 %) serta konsultasi ke dokter dan lainnya sebanyak 2 sampel (2,8 %). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 8.



Gambar 8  
Sebaran Sampel Menurut Penanganan Dismenore

#### 4. Pola konsumsi *fast food*

##### a. Jenis *fast food* yang dikonsumsi

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sampel dengan jenis *fast food* yang dikonsumsi tergolong banyak yaitu 61 sampel (68,5 %) dan sampel dengan jenis *fast food* yang dikonsumsi tergolong sedikit yaitu 28 sampel (31,5 %). Sehingga sebagian besar jenis *fast food* yang dikonsumsi sampel termasuk kedalam kategori banyak yaitu  $\geq 5$  jenis *fast food* dalam satu bulan.

Tabel 4  
Sebaran Sampel menurut Jenis *Fast Food* yang Dikonsumsi

Jenis <i>Fast Food</i>	Hasil Pengamatan	
	f	%
Banyak	61	68,5
Sedikit	28	31,5
Total	89	100,0

Adapun jenis dari *fast food* yang banyak dipilih sampel yaitu *fried chicken* sebanyak 98,88% dan paling sedikit yaitu *hotdog* sebanyak 3,37%. Berdasarkan urutan hasil penelitian diketahui jenis *fast food* yang paling sering dikonsumsi sampel yaitu *fried chicken*, *ice cream*, *french fries*, sosis, *nugget*, *chicken burger*, donat, *pizza*, *grill chicken*, *spaghety*, *beef burger* dan hot dog.

##### b. Jumlah *fast food* yang dikonsumsi

Dari hasil tingkat konsumsi lemak sampel, rata-rata konsumsi sampel dalam satu hari yaitu 20,11 gram dengan konsumsi paling tinggi yaitu 64,63 gram dan konsumsi paling rendah yaitu 3,15 gram. Setelah dibandingkan dengan AKG (71 gr

perhari), didapatkan rata-rata tingkat konsumsi sampel yaitu 28,32% dari kecukupan, dengan tingkat konsumsi sampel paling tinggi yaitu 91,03% dari kecukupan dan tingkat konsumsi sampel paling rendah yaitu 4,44% dari kecukupan. Sebaran sampel berdasarkan tingkat konsumsi lemak sampel dapat dilihat pada tabel 6.

Tabel 6  
Sebaran Sampel Menurut Tingkat Konsumsi Lemak

Tingkat Konsumsi Lemak	Hasil Pengamatan	
	f	%
Diatas rata-rata	51	57,3
Dibawah rata-rata	38	42,7
Total	89	100,0

Dari tabel 6 menunjukkan bahwa tingkat konsumsi lemak sebanyak 51 sampel (57,3%) diatas rata-rata dan sebanyak 38 sampel (42,7%) dibawah rata-rata.

c. Frekuensi fast food yang dikonsumsi

Dari hasil pengamatan diketahui sebanyak 79 sampel (88,8 %) frekuensi *fast food* tergolong sering dan sebanyak 10 sampel (11,2 %) frekuensi *fast food* tergolong jarang.

Tabel 7

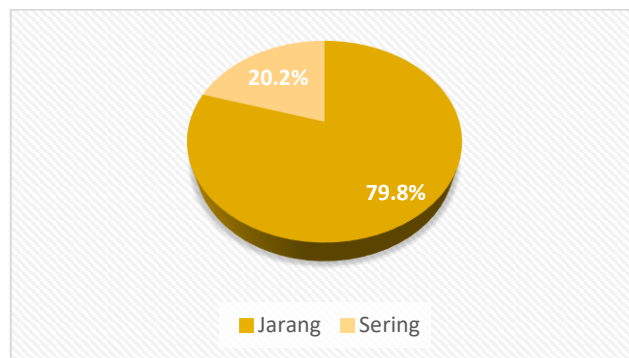
Sebaran Sampel Menurut Frekuensi *Fast food* yang Dikonsumsi Sampel

Frekuensi <i>Fast Food</i>	Hasil Pengamatan	
	f	%
Sering	79	88,8
Jarang	10	11,2
Total	89	100,0

## 5. Kebiasaan olahraga

### a. Frekuensi olahraga

Berdasarkan hasil penelitian dari 89 sampel, sebanyak 71 sampel (79,8 %) tergolong kedalam kategori jarang berolahraga dan sebanyak 18 sampel (20,2 %) tergolong kedalam kategori sering berolahraga. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 9.



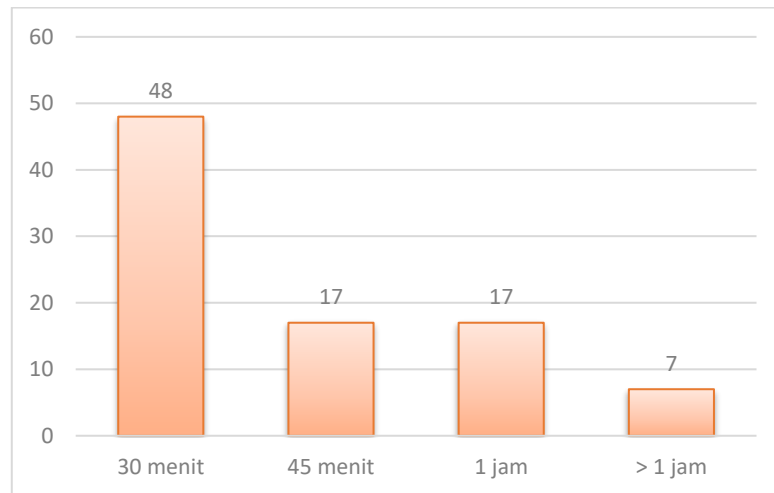
Gambar 9

Sebaran Sampel Menurut Frekuensi Olahraga Sampel



b. Lama olahraga

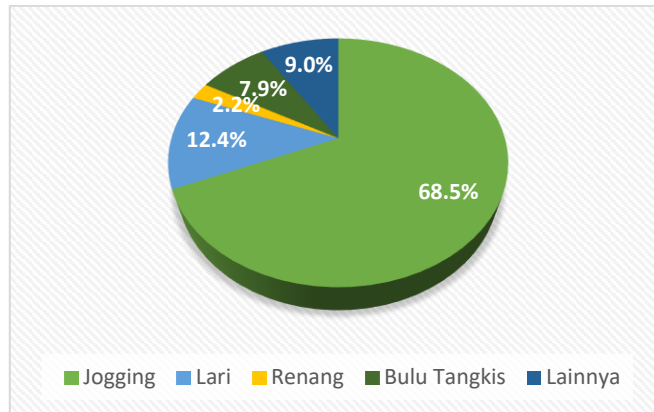
Dilihat dari lama olahraga sampel, dari 89 sampel diketahui bahwa sebagian besar sampel berolahraga selama 30 menit sebanyak 48 sampel (53,9%) dan terdapat 7 sampel (7,9%) berolahraga selama > 1 jam. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 10.



Gambar 10  
Sebaran Sampel Menurut Lama Olahraga Sampel

c. Jenis olahraga

Dari hasil pengamatan dan wawancara jenis olahraga yang dilakukan oleh sampel, diperoleh hasil sebagian besar sampel melakukan olahraga jogging yaitu 61 sampel (68,5 %) dan paling sedikit sampel berolahraga renang yaitu 2 sampel (2,2%). Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada gambar 11.



Gambar 11  
Sebaran Sampel Menurut Jenis Olahraga Sampel

## 6. Hubungan pola konsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore

### a. Hubungan jenis *fast food* dengan kejadian dismenore

Dari data yang diperoleh, dapat dilihat dari 92 sampel dengan konsumsi jenis *fast food* banyak yang mengalami dismenore yaitu 52 sampel (58,4%) dan yang tidak mengalami dismenore yaitu 9 sampel (10,1%). Jadi sampel yang mengkonsumsi jenis fast food yang banyak lebih cenderung kedalam kelompok sampel yang mengalami dismenore daripada yang tidak mengalami dismenore. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 8.

Tabel 8.  
Hubungan Jenis *Fast Food* dengan Kejadian Dismenore

Jenis <i>Fast Food</i>	Tidak dismenore		Dismenore		Total	
	f	%	f	%	f	%
Banyak	9	10,1	52	58,4	61	68,5
Sedikit	8	9,0	20	22,5	28	31,5
Total	17	19,1	72	80,9	89	100,0

Setelah dilakukan analisis statistic dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh hasil  $p = 0.124$ . Hal ini menunjukkan bahwa  $p > 0.05$ , maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara jenis *fast food* dengan kejadian dismenore.

b. Hubungan jumlah *fast food* dengan kejadian dismenore

Dari 92 sampel yang ada, dapat dilihat bahwa tingkat konsumsi lemak sampel di atas rata-rata yang mengalami dismenore adalah sebanyak 43 sampel (48,3%) dan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 8 sampel (9,0%). Jadi sampel yang tingkat konsumsi lemak diatas rata-rata cenderung kedalam kelompok sampel yang mengalami dismenore daripada yang tidak mengalami dismenore. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 9.

Tabel 9  
Hubungan Jumlah *Fast Food* dengan Kejadian Dismenore

Jumlah <i>Fast Food</i>	Tidak dismenore		Dismenore		Total	
	f	%	f	%	f	%
Diatas rata-rata	8	9,0	43	48,3	51	57,3
Dibawah rata-rata	9	10,1	29	32,6	38	42,7
Total	17	19,1	71	80,9	89	100,0

Setelah dilakukan analisis statistic dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh hasil  $p = 0.342$ . Hal ini menunjukkan bahwa  $p > 0.05$ , maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara jumlah *fast food* dengan kejadian dismenore.

c. Hubungan frekuensi *fast food* dengan kejadian dismenore

Dari 92 sampel yang ada, dapat dilihat bahwa sampel yang sering mengkonsumsi *fast food* yang mengalami dismenore adalah sebanyak 7 sampel (7,9%%) dan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 3 sampel (3,4%). Jadi sampel yang sering mengkonsumsi fast food lebih cenderung kedalam kelompok sampel yang mengalami disminore daripada yang tidak mengalami disminore. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 10.

Tabel 10  
Hubungan Frekuensi *Fast Food* dengan Kejadian Dismenore

Frekuensi	Tidak dismenore		Dismenore		Total	
<i>Fast Food</i>	f	%	f	%	f	%
Sering	3	3,4	7	7,9	10	11,2
Jarang	14	15,7	65	73,0	79	88,8
Total	17	19,1	72	80,9	89	100,0

Setelah dilakukan analisis statistic dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh hasil  $p = 0.352$ . Hal ini menunjukkan bahwa  $p > 0.05$ , maka dapat disimpulkan bahwa tidak ada hubungan yang bermakna antara frekuensi *fast food* dengan kejadian dismenore.

**7. Hubungan kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore**

Dari 89 sampel yang ada, dapat dilihat bahwa sampel yang jarang berolahraga yang mengalami dismenore adalah sebanyak 61 sampel (68,5%) dan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 10 sampel (11,2%). Jadi sampel yang jarang berolahraga cenderung kedalam kelompok sampel yang mengalami

disminore daripada yang tidak mengalami dismenore. Untuk lebih jelasnya dapat dilihat pada tabel 11.

Tabel 11  
Hubungan Kebiasaan Olahraga dengan Kejadian Dismenore

Kebiasaan Olahraga	Tidak dismenore		Dismenore		Total	
	f	%	f	%	f	%
Jarang	10	11,2	61	68,5	71	79,8
Sering	7	7,9	11	12,4	18	20,2
Total	17	19,1	72	80,9	89	100,0

Setelah dilakukan analisis statistic dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh hasil  $p = 0.017$ . Hal ini menunjukkan bahwa  $p < 0.05$ , maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang bermakna antara kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore.

## B. Pembahasan

Dismenore primer merupakan nyeri haid yang dijumpai tanpa adanya kelainan alat-alat genital. Dismenore biasanya ditandai dengan adanya nyeri di perut bagian bawah dan tungkai. Selain itu dismenore juga bisa disertai beberapa gejala seperti sakit kepala, mual, muntah, sembelit, diare, sering buang air kecil, lelah, dll (Mannan, E. 2013). Prevalensi dismenore sampel di SMA Dwijendra Denpasar adalah sebesar 80,9%. Hasil yang didapat dari penelitian ini lebih tinggi dari angka kejadian dismenore di Indonesia yaitu sebesar 64,25% (Proverawati,

2009). Dari 72 sampel yang mengalami dismenore, sebagian besar sampel melakukan istirahat untuk mengatasi dismenore tersebut.

Berdasarkan hasil penelitian, diketahui bahwa dari 92 sampel dengan konsumsi jenis *fast food* banyak yang mengalami dismenore yaitu 52 sampel (58,4%) dan yang tidak mengalami dismenore yaitu 9 sampel (10,1%). Sedangkan sampel dengan jenis *fast food* sedikit, yang mengalami dismenore yaitu 20 sampel (22,5%) dan tidak mengalami dismenore 8 sampel (9,0%). Dimana *fried chicken* baik bagian dada maupun paha, merupakan jenis yang paling banyak dipilih oleh sampel yaitu sebesar 19,26%. Hal ini dapat dikarenakan *fried chicken* mudah ditemui. Setelah dilakukan analisis statistic dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh hasil bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara jenis *fast food* dengan kejadian dismenore. Berapapun jumlah jenis *fast food* yang dikonsumsi sepanjang jumlahnya tidak melebihi maka tidak dapat menyebabkan dismenore.

Dalam penelitian ini diperoleh bahwa tingkat konsumsi lemak sampel di atas rata-rata yang mengalami dismenore adalah sebanyak 43 sampel (48,3%) dan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 8 sampel (9,0%). Sedangkan tingkat konsumsi lemak sampel di bawah rata-rata yang mengalami dismenore sebanyak 29 sampel (32,6%) dan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 9 sampel (10,1%). Tidak ada hubungan yang signifikan antara jumlah *fast food* dengan kejadian dismenore. Hal ini dikarenakan lemak yang dikonsumsi hanya berasal dari lemak *fast food* saja, dan tidak berasal dari lemak total dan tidak melebihi AKG maka tidak mengganggu atau menyebabkan terjadinya dismenore.

Jika dilihat dari frekuensi *fast food* yang dikonsumsi sampel, sampel yang sering mengonsumsi *fast food* dan mengalami dismenore adalah sebanyak 7

sampel (7,9%) dan yang tidak dismenore sebanyak 3 sampel (3,4%). Sedangkan sampel dengan konsumsi *fast food* jarang, yang mengalami dismenore sebanyak 65 sampel (73,0%) dan tidak dismenore sebanyak 14 sampel (15,7%). Setelah dilakukan analisis statistic dengan menggunakan uji Chi Square diperoleh hasil tidak ada hubungan yang signifikan antara frekuensi *fast food* dengan kejadian dismenore.

Hasil penelitian ini menunjukkan tidak ada hubungan antara jenis, jumlah dan frekuensi konsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore pada remaja. Berbeda dengan penelitian yang dilakukan oleh Ayu Nur Indahwati, dkk (2017) yang menyatakan bahwa ada hubungan mengkonsumsi makanan cepat saji (*fast food*) dengan kejadian dismenore. *Fast food* mengandung asam lemak trans yang merupakan salah satu radikal bebas. Salah satu efek dari radikal bebas adalah menyebabkan kerusakan pada membrane sel. Membran sel memiliki beberapa komponen, salah satunya adalah fosfolipid yang mempunyai fungsi sebagai penyedia asam arakidonat yang akan disintesis menjadi prostaglandin. Prostaglandin disini berfungsi membantu Rahim berkontraksi dan mengeluarkan lapisan rahim selama menstruasi. Jadi pada saat wanita menstruasi wanita mengalami penumpukan prostaglandin dalam jumlah yang terlalu banyak sehingga menyebabkan terjadinya dismenore.

Namun penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Ika Setiani (2015) yang mengatakan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara perilaku konsumsi *junk food* dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswa Universitas Dian Nuswantoro Semarang. Dampak dari konsumsi makanan cepat saji (*fast food*) itu sendiri dapat dilihat dalam waktu yang lama yang artinya tidak dapat dilihat secara

langsung. Dilihat dari pola konsumsi *fast food* dalam penelitian ini masih belum bisa menggambarkan jika *fast food* tersebut mempunyai pengaruh besar terhadap terjadinya dismenore. Hal ini disebabkan oleh adanya factor lain yang dapat menyebabkan dismenore seperti usia menarche, stress, kebiasaan olahraga dan lainnya. Tidak adanya hubungan antara pola konsumsi *fast food* dengan kejadian dismenore ini juga bisa disebabkan karena kemampuan mengingat sampel yang kurang pada saat di wawancara mengenai konsumsi *fast food* dan kejujuran dari sampel dalam memberikan informasi sehingga menyebabkan adanya bias informasi dalam pengambilan data primer.

Dari 89 sampel yang ada, dapat dilihat bahwa sampel yang jarang berolahraga yang mengalami dismenore adalah sebanyak 61 sampel (68,5%) dan yang tidak mengalami dismenore sebanyak 10 sampel (11,2%). Sedangkan sampel yang sering berolahraga mengalami dismenore sebanyak 11 sampel (12,4%) dan tidak dismenore sebanyak 7 sampel (7,9%). Sampel jarang berolahraga dapat disebabkan oleh berbagai factor diantaranya kurangnya waktu dikarenakan kesibukan yang dimiliki dan tingkat kesadaran seseorang terhadap pentingnya berolahraga. Uji Chi Square menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara kebiasaan olahraga dengan kejadian dismenore. Penelitian ini sejalan dengan penelitian Toh Chia Thing (2012) yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara kebiasaan olahraga dengan dismenore pada siswi SMA Santo Thomas 1 Medan. Menurut Tjokronegoro (2014), kejadian dismenore akan meningkat dengan kurangnya melakukan olahraga. Oksigen tidak dapat disalurkan ke pembuluh darah di organ reproduksi yang saat itu sedang terjadi vasokonstriksi sehingga menyebabkan timbulnya rasa nyeri. Tetapi bila seseorang teratur berolahraga, maka oksigen



dalam tubuh akan tersedia hampir 2 kali lipat permenit sehingga oksigen akan tersampaikan ke pembuluh darah yang mengalami vasokonstriksi sehingga akan menyebabkan terjadinya penurunan dismenore.