

BAB 4

HASIL DAN PEMBAHASAN

Pada bab ini menjelaskan hasil penelitian hubungan indeks massa tubuh dengan Tingkat Nyeri Disminore Pada Mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto. Pada pembahasan akan diberikan beberapa penjelasan terkait Gambaran lokasi penelitian, data umum, dan data khusus.

4.1 Hasil Penelitian

4.1.1 Gambaran Lokasi Penelitian

Universitas Bina Sehat PPNI merupakan salah satu perguruan tinggi swasta yg berada di Mojokerto yang berlokasi di Jalan Raya Jabon KM.06, Desa Jabon, Kecamatan Mojoanyar, Kabupaten Mojokerto, Provinsi Jawa Timur 61364. Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto merupakan salah satu perguruan tinggi swasta di bidang kesehatan yang memiliki lokasi strategis dan mudah dijangkau oleh masyarakat. Proses pembelajaran didukung oleh sarana dan prasarana yang memadai, seperti ruang kuliah, laboratorium keterampilan kesehatan, laboratorium komputer, perpustakaan, ruang seminar, serta fasilitas penunjang lainnya. Selain itu, universitas juga bekerja sama dengan berbagai rumah sakit, puskesmas, klinik, dan institusi pelayanan kesehatan sebagai lahan praktik mahasiswa untuk meningkatkan kompetensi akademik dan profesional.

Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto dipilih sebagai lokasi penelitian karena memiliki mahasiswi Program Studi S1 Kebidanan yang berada pada rentang usia remaja akhir hingga dewasa awal, yaitu kelompok yang rentan

mengalami dismenorea. Selain itu, mahasiswi memiliki karakteristik indeks massa tubuh (IMT) yang beragam, mulai dari kategori kurus, normal, hingga berat badan lebih, sehingga sesuai dengan variabel yang diteliti. Kemudahan akses terhadap responden, jumlah sampel yang memenuhi kriteria, serta dukungan dari pihak universitas menjadi alasan pemilihan lokasi penelitian untuk menganalisis hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat dismenorea pada mahasiswi Program Studi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

4.1.2 Data Umum

Data umum pada penelitian ini meliputi usia, menarche, riwayat keluarga dengan disminore, dan aktifitas fisik.

1. Karakteristik responden berdasarkan usia

Tabel 4-1 Distribusi frekuensi responden berdasarkan usia di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Mei-Juni 2026

No	Usia	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	15-19	7	18,9%
2.	20-24	30	81,1%
Total		37	100%

Sumber : Data primer 2026

Berdasarkan table 4.1 diketahui bahwa hampir seluruh responden berusia 20-24 tahun 30 responden (81,1%), sedangkan sebagian kecil responden yang berusia 15-19 tahun sebanyak 7 mahasiswa (18,1%).

2. Karakteristik responden berdasarkan menarche

Tabel 4-2 Distribusi frekuensi responden berdasarkan menarche di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Mei-Juni 2026

No	Menarche	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	< 12 tahun	8	21,6%
2.	12-14 tahun	24	64,9%
3.	> 14 tahun	5	13,5%
Total		37	100%

Sumber : Data primer 2026

Berdasarkan table 4.2, diketahui bahwa sebagian besar responden (64,9%) mengalami menarche pada usia 12-14 tahun, sedangkan sebagian kecil responden sebanyak (21,6%) mengalami menarche pada usia < 12 tahun, dan sisanya mengalami menarche pada usia > 14 tahun (13,5%).

3. Karakteristik responden berdasarkan riwayat keluarga dengan disminore

Tabel 4-3 Distribusi frekuensi responden berdasarkan riwayat keluarga dengan disminore di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Mei-Juni 2026

No	Riwayat keluarga	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Iya	16	43,2%
2	Tidak	21	56,8%
Total		37	100%

Sumber : Data primer 2026

Berdasarkan table 4.3, diketahui bahwa sebagian besar responden tidak memiliki riwayat keluarga dengan disminore (56,8%), sedangkan hampir setengah sebanyak (43,2%) memiliki riwayat keluarga dengan disminore.

4. Karakteristik responden berdasarkan aktifitas fisik

Tabel 4-4 Distribusi frekuensi responden berdasarkan aktifitas fisik di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Mei-Juni 2026

No	Aktifitas fisik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Ringan	8	21,6%
2.	Sedang	27	73,0%
3.	Berat	2	5,4%
Total		37	100%

Sumber : Data primer 2026

Berdasarkan table 4.4, diketahui bahwa sebagian besar responden sebanyak 27 responden (73,0%) memiliki tingkat aktifitas sedang, sedangkan Sebagian kecil responden sebanyak (21,6%) memiliki tingkat aktifitas ringan, dan sisanya memiliki tingkat aktifitas berat (5,4%).

4.1.3 Data Khusus

Data khusus pada penelitian ini meliputi hasil pengukuran indeks massa tubuh (IMT), dan tingkat nyeri disminore.

1. Distribusi responden berdasarkan indeks massa tubuh (IMT)

Tabel 4-5 Distribusi frekuensi responden berdasarkan hasil indeks massa tubuh (IMT) di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Mei-Juni 2026

No	IMT	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Normal	19	51,4%
2	Berat badan lebih	10	27,0%
3	Kurus	8	21,6%
Total		37	100%

Sumber : Data primer 2026

Berdasarkan table 4.5, diketahui bahwa sebagian besar responden sebanyak 19 responden (51,4%) memiliki hasil indeks massa tubuh yang normal, sedangkan

10 responden sebanyak (27,0%) memiliki IMT kategori berat badan lebih, dan sebagian kecil sebanyak 8 responden (21,6%) dengan kategori kurus.

2. Distribusi responden berdasarkan tingkat nyeri

Tabel 4-6 Distribusi frekuensi responden berdasarkan tingkat disminore di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Mei-Juni 2026

No	Tingkat Dismonere	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1	Ringan	13	35,1%
2	Sedang	16	43,2%
3	Berat	8	21,6%
Total		37	100%

Sumber : Data primer 2026

Berdasarkan table 4.6, diketahui bahwa hampir setengah dari responden sebanyak 16 responden (43,2%) memiliki tingkat nyeri sedang saat menstruasi, sedangkan hampir setengah lagi sebanyak 13 responden (35,1%) memiliki tingkat nyeri ringan, dan sebagian kecil sebanyak 8 responden (21,6%) memiliki tingkat nyeri berat.

4.1.4 Tabulasi Silang Antara Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan Tingkat Disminore

Tabel 4-7 Tabulasi silang antara indeks massa tubuh dengan tingkat disminore mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto Mei-Juni 2026

No	IMT	Tingkat Disminore						Total	
		Ringan		Sedang		Berat		F	%
		F	%	F	%	f	%		
1.	Normal	12	32,4%	7	18,9%	0	0%	19	100%
2.	Berat badan lebih	1	2,7%	8	21,6%	1	2,7%	10	100%
3.	Kurus	0	0%	1	12,5%	7	18,9%	8	100%
Total		13	35,1%	16	43,2%	8	21,6%	37	100%

Sumber : Data primer 2026

Berdasarkan table 4.7, diketahui bahwa sebagian responden responden dengan IMT normal sebanyak 19 mahasiswa (51,4%) mengalami disminore ringan 12 mahasiswa (32,4%), mengalami disminore sedang 7 mahasiswa (18,9%), dan tidak terdapat mahasiswa yang mengalami disminore berat (0%), sedangkan sebagian kecil responden dengan berat badan lebih sebanyak 10 mahasiswa (27,0%), mengalami disminore sedang sebanyak 8 mahasiswa (21,6%), sebagian kecil sebanyak 1 mahasiswa (2,7%) mengalami disminore berat, dan 1 mahasiswa (2,7%) mengalami disminore ringan, untuk IMT kurus sebanyak 8 mahasiswa (21,6%), mengalami disminore berat 7 mahasiswa (18,9%) dan 1 mahasiswa (2,7%) mengalami disminore sedang. Berdasarkan dari hasil tabulasi silang tersebut terlihat bahwa responden dengan IMT normal cenderung mengalami dismenore ringan, sedangkan

responden dengan IMT lebih cenderung mengalami dismenore sedang, dan pada IMT kurus responden cenderung mengalami dismenore berat.

4.1.5 Analisa Hasil Penelitian

Hasil uji Rank spearman untuk melihat apakah terdapat hubungan indeks massa tubuh dengan tingkat dismenore pada mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, disajikan dalam table berikut.

Tabel 4.8 Hasil uji statistic

Variable	Sperman Rho	p-value
IMT x Disminore	0,772	0,000

Berdasarkan table 4.8, diketahui hasil analisis statistik menggunakan uji Rank Spearman dengan tingkat signifikansi yang umum digunakan yaitu $< 0,05$, dilakukan pengujian untuk mengetahui hubungan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat dismenore pada mahasiswa S1 Kebidanan di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Hasil analisis menggunakan Rank Spearman yang disajikan pada Tabel 4.8 menunjukkan bahwa nilai correlation memperoleh p-value sebesar 0,000, dimana nilai p-value lebih kecil dari nilai α ($0,000 < 0,05$).

Hasil ini menunjukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat dismenore pada mahasiswa S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, dengan demikian maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat

hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat dismenore pada mahasiswi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

4.2 Pembahasan

4.2.1 Indeks Massa Tubuh (IMT)

Berdasarkan hasil penelitian indeks massa tubuh responden di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto sebagian besar responden memiliki indeks massa tubuh (IMT) normal yaitu sebanyak 19 mahasiswa (51,4%). Sementara itu, 10 mahasiswa (27,0%) memiliki IMT kategori berat badan lebih dan Sebagian kecil responden sebanyak 8 mahasiswa (21,6%) memiliki IMT kategori kurus. Hasil tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi yang baik, namun masih terdapat responden dengan IMT tidak normal.

IMT merupakan indikator yang digunakan untuk menilai status gizi seseorang berdasarkan perbandingan berat badan dan tinggi badan. Status gizi dipengaruhi oleh berbagai faktor, salah satunya adalah pola makan dan asupan zat gizi. Pola makan yang baik meliputi jumlah, jenis, dan frekuensi makan yang sesuai dengan kebutuhan tubuh sehingga dapat membantu mempertahankan IMT dalam kategori normal. Sebaliknya, pola makan yang tidak seimbang dapat menyebabkan terjadinya gizi kurang maupun gizi lebih yang tercermin dari nilai IMT seseorang, semakin baik pola makan seseorang, maka semakin baik pula status gizinya (Nasution & Ayu, 2022).

Menurut peneliti, sebagian besar responden memiliki IMT normal karena mayoritas mahasiswi telah mampu memenuhi kebutuhan gizi melalui pola makan yang relatif seimbang sehingga status gizinya tetap terjaga. Namun, masih ditemukannya hampir setengah responden dengan IMT tidak normal menunjukkan bahwa masih terdapat mahasiswi yang memiliki pola makan kurang sesuai dengan kebutuhan tubuh atau dipengaruhi oleh faktor lain, seperti aktivitas fisik, kebiasaan hidup, maupun kondisi metabolisme. Oleh karena itu, upaya menjaga pola makan yang sehat dan seimbang perlu terus ditingkatkan agar status gizi tetap optimal, sehingga dapat mendukung kesehatan reproduksi serta mengurangi risiko terjadinya gangguan kesehatan, termasuk dismenorea.

Berdasarkan table 4.1 diketahui bahwa hampir seluruhnya responden berusia 20-24 tahun (81,1%), sedangkan responden yang berusia 15-19 tahun sebanyak 7 (18,1%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa Sebagian besar responden berada pada tahap dewa muda dan remaja akhir, yang merupakan masa terjadinya perubahan fisik, hormon dan gaya hidup yang dapat mempengaruhi status gizi seseorang.

Menurut Tunjung et al. (2024) menjelaskan bahwa usia merupakan salah satu faktor yang berkaitan dengan status gizi remaja yang diukur menggunakan Indeks Massa Tubuh menurut Umur (IMT/U). Pada masa remaja terjadi pertumbuhan dan perkembangan yang sangat pesat sehingga kebutuhan energi dan zat gizi meningkat dibandingkan periode usia sebelumnya. Apabila kebutuhan gizi tersebut tidak terpenuhi secara optimal, maka dapat terjadi gangguan status gizi baik berupa gizi kurang maupun gizi lebih. Penelitian tersebut menunjukkan bahwa sebagian besar responden memiliki status gizi baik, namun masih ditemukan remaja dengan status

gizi kurang, overweight, dan obesitas. Hal ini menunjukkan bahwa usia remaja merupakan periode yang rentan terhadap perubahan status gizi karena adanya peningkatan kebutuhan nutrisi untuk mendukung pertumbuhan fisik, perkembangan organ reproduksi, serta aktivitas sehari-hari.

Menurut peneliti, sebagian besar responden berada pada usia 20–24 tahun sehingga kebutuhan energi dan zat gizi relatif dapat terpenuhi dengan baik, yang ditunjukkan oleh mayoritas responden memiliki IMT normal. Namun, masih terdapat responden dengan IMT kurus dan berat badan lebih, sehingga menunjukkan bahwa status gizi setiap individu berbeda-beda. Perbedaan tersebut kemungkinan dipengaruhi oleh kebiasaan makan, aktivitas fisik, dan gaya hidup masing-masing responden.

4.2.2 Tingkat Diminore

Berdasarkan Tabel 4.6 dari keseluruhan 37 responden, diketahui bahwa sebagian besar responden mengalami dismenoreia dengan tingkat nyeri sedang yaitu sebanyak 16 responden (43,2%), sedangkan 13 responden (35,1%) mengalami nyeri ringan dan 8 responden (21,6%) mengalami nyeri berat.

Menurut Sari et al. (2023) dismenoreia atau nyeri haid merupakan salah satu masalah kesehatan reproduksi yang paling sering dialami pada remaja putri. Nyeri dapat muncul mulai dari ringan hingga berat, menyebabkan gangguan aktivitas sehari-hari seperti konsentrasi belajar, olahraga, dan kehidupan sosial. Disminore merupakan suatu gejala yang biasanya muncul selama masa menstruasi, yang mengakibatkan rasa sakit di perut, kram, dan nyeri di bagian punggung bawah.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami nyeri dismenorea kategori sedang. Kondisi ini menunjukkan bahwa mayoritas responden merasakan nyeri yang cukup mengganggu aktivitas sehari-hari, namun masih dapat ditoleransi tanpa memerlukan penanganan medis yang intensif. Nyeri sedang yang dialami remaja dapat menyebabkan kesulitan berkonsentrasi saat belajar, penurunan semangat mengikuti kegiatan perkuliahan, serta berkurangnya kenyamanan dalam menjalankan aktivitas sehari-hari (Karlinda et al., 2022)

Berdasarkan tabel 4.1 diketahui bahwa sebagian besar responden berusia 20-24 tahun (81,1%), sedangkan responden yang berusia 15-19 tahun sebanyak 7 mahasiswa (18,1%). Menurut Kementerian Kesehatan RI (2022) wanita yang berusia di bawah 30 tahun, khususnya remaja yang masih berusia kurang dari 20 tahun, memiliki risiko lebih tinggi mengalami dismenorea. Pada usia tersebut, sistem reproduksi masih berada dalam proses penyesuaian dan perkembangan hormonal yang belum sepenuhnya stabil. Kondisi ini menyebabkan pola ovulasi yang belum teratur sehingga dapat meningkatkan produksi prostaglandin. Peningkatan kadar prostaglandin akan merangsang kontraksi otot rahim menjadi lebih kuat dan lebih sering, sehingga menimbulkan nyeri saat menstruasi.

Menurut peneliti, sebagian besar responden berada pada usia 20–24 tahun sehingga masih termasuk dalam kelompok usia yang sering mengalami dismenorea. Meskipun sebagian besar telah memasuki masa dewasa muda, perubahan hormonal dan fungsi reproduksi masih dapat memengaruhi timbulnya nyeri menstruasi. Oleh karena itu, usia menjadi salah satu faktor yang perlu diperhatikan karena dapat berkontribusi terhadap kejadian dan tingkat keparahan dismenorea pada mahasiswa.

Berdasarkan tabel 4.2 Berdasarkan table 4.2, diketahui bahwa Sebagian besar responden (64,9%) mengalami menarche pada usia 12-14 tahun, sebanyak (21,6%) menganlami menarche pada usia < 12 tahun, dan sisanya mengalami menarche pada usia > 14 tahun (13,5%). Meskipun demikian, masih terdapat responden yang mengalami menarche dini.

Menurut Sapitri et al. (2024) Usia menarche merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi kejadian dan tingkat keparahan dismenorea. Menarche yang terjadi pada usia lebih dini menyebabkan organ reproduksi belum berkembang secara optimal sehingga lebih rentan mengalami gangguan menstruasi berupa nyeri haid atau dismenorea. sebagian besar remaja yang mengalami menarche dini juga mengalami dismenorea primer dengan tingkat nyeri sedang. Kondisi ini terjadi karena pada saat menarche dini, uterus dan kanalis serviks belum berkembang secara sempurna sehingga lebih mudah mengalami kontraksi uterus yang berlebihan saat menstruasi. Kontraksi tersebut menyebabkan peningkatan produksi prostaglandin yang memicu timbulnya nyeri menstruasi.

Menurut peneliti, sebagian besar responden mengalami menarche pada usia 12–14 tahun sehingga perkembangan organ reproduksi telah berlangsung pada usia yang normal. Namun, masih ditemukannya responden yang mengalami menarche sebelum usia 12 tahun menunjukkan bahwa kelompok tersebut memiliki risiko lebih besar mengalami dismenorea karena organ reproduksinya belum berkembang secara optimal. Oleh karena itu, usia menarche perlu diperhatikan sebagai salah satu faktor yang dapat memengaruhi kejadian dan tingkat keparahan dismenorea pada mahasiswi.

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa hampir seluruh responden tidak memiliki riwayat keluarga dengan disminore (56,8%), sedangkan hampir setengah dari responden sebanyak (43,2%) memiliki riwayat keluarga dengan disminore. Faktor genetik menjadi peran penting dalam memengaruhi tingkat sensitivitas seseorang terhadap rasa nyeri, serta mekanisme produksi hormon di dalam tubuh. Dengan demikian, jika ibu, saudara perempuan, atau anggota keluarga lainnya pernah mengalami kondisi dismenore atau nyeri haid yang parah, maka kemungkinan seseorang untuk mengalami masalah serupa juga menjadi jauh lebih tinggi, karena adanya pola keturunan atau kecenderungan genetik yang diturunkan (Kemenkes, 2022).

Penelitian yang dilakukan oleh Hawari & Triyanti. (2023) menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara riwayat keluarga dengan kejadian dismenorea primer pada mahasiswi. Hasil penelitian tersebut menjelaskan bahwa responden yang memiliki ibu atau saudara perempuan dengan riwayat dismenorea cenderung lebih banyak mengalami dismenorea dibandingkan responden yang tidak memiliki riwayat keluarga. Kondisi ini menunjukkan bahwa faktor keluarga memiliki peran penting dalam terjadinya nyeri menstruasi pada perempuan. Riwayat dismenorea pada anggota keluarga dapat menjadi salah satu indikator adanya predisposisi yang meningkatkan kerentanan seseorang terhadap keluhan nyeri menstruasi.

Menurut peneliti, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa riwayat keluarga bukanlah satu-satunya faktor yang menentukan terjadinya dismenorea pada mahasiswi. Hal ini terlihat dari sebagian besar responden tidak memiliki riwayat keluarga dengan dismenorea, namun tetap mengalami nyeri menstruasi. Kondisi

tersebut mengindikasikan bahwa terdapat faktor lain yang turut berperan, seperti indeks massa tubuh, usia menarche, aktivitas fisik, pola makan, dan tingkat stres. Namun demikian, responden yang memiliki riwayat keluarga dengan dismenorea tetap perlu mendapatkan perhatian karena secara biologis mereka memiliki kecenderungan yang lebih besar mengalami dismenorea akibat adanya pengaruh faktor genetik maupun kesamaan pola hidup dalam keluarga. Dengan demikian, riwayat keluarga dapat dianggap sebagai faktor risiko yang berkontribusi terhadap kejadian dismenorea, tetapi keparahan nyeri menstruasi tetap dipengaruhi oleh kombinasi berbagai faktor lainnya.

Berdasarkan tabel 4.4 diketahui bahwa sebagian besar responden sebanyak (73,0%) memiliki tingkat aktifitas sedang, sebanyak (21,6%) memiliki tingkat aktifitas ringan, dan sisanya memiliki tingkat aktifitas berat (5,4%). Hasil tersebut menunjukkan bahwa mayoritas responden melakukan aktivitas fisik yang cukup dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas fisik merupakan salah satu faktor yang dapat memengaruhi terjadinya dismenorea.

Menurut Devi et al. (2024) kurangnya aktivitas fisik selama menstruasi dapat meningkatkan kejadian dismenorea primer karena menyebabkan peningkatan sekresi hormon prostaglandin serta menurunkan sirkulasi darah dan oksigen ke organ rahim. Kondisi tersebut mengakibatkan kontraksi uterus menjadi lebih kuat sehingga nyeri menstruasi semakin meningkat. Sebaliknya, aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin dapat membantu mengurangi stres, memiliki efek antinosiseptif (menghambat penghantaran rangsang nyeri), serta menurunkan kadar prostaglandin yang berperan dalam terjadinya dismenorea primer

Menurut peneliti, sebagian besar responden yang memiliki aktivitas fisik sedang menunjukkan bahwa mahasiswi telah melakukan aktivitas yang cukup dalam kehidupan sehari-hari. Aktivitas fisik yang dilakukan secara rutin dapat membantu memperlancar sirkulasi darah, meningkatkan suplai oksigen ke organ reproduksi, dan mengurangi kontraksi uterus yang berlebihan sehingga berpotensi menurunkan intensitas nyeri menstruasi. Sebaliknya, responden dengan aktivitas fisik ringan perlu meningkatkan aktivitas fisiknya secara teratur karena kurangnya aktivitas dapat meningkatkan risiko terjadinya dismenoreia akibat meningkatnya produksi prostaglandin dan berkurangnya aliran darah ke uterus.

4.3 Hubungan Indeks Massa Tubuh dengan Tingkat Disminore Pada Mahasiswa S1 Kebidana Di Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto

Berdasarkan tabel 4.7 diketahui sebagian besar responden dengan IMT normal sebanyak 19 mahasiswa (51,4%) mengalami disminore ringan 12 mahasiswa (32,4%), mengalami disminore sedang 7 mahasiswa (18,9%), dan tidak terdapat mahasiswa yang mengalami disminore berat (0%), sedangkan responden dengan IMT tidak normal sebanyak 18 mahasiswa (48,6%), sebagian besar mengalami disminore sedang sebanyak 9 mahasiswa (24,3%), diikuti sebanyak 8 mahasiswa (21,6%) mengalami disminore berat, dan hanya 1 mahasiswa (2,7%) mengalami disminore ringan. Berdasarkan dari hasil tabulasi silang tersebut terlihat bahwa responden dengan IMT normal cenderung mengalami dismenore ringan, sedangkan responden dengan IMT tidak normal cenderung mengalami dismenore sedang hingga berat.

Kecenderungan timbulnya dismenore berat pada responden dengan berat badan kurus ini semakin diperkuat dengan adanya faktor risiko berupa riwayat keluarga dengan dismenore. Faktor genetik menjadi peran penting dalam memengaruhi tingkat sensitivitas seseorang terhadap rasa nyeri, serta mekanisme produksi hormon di dalam tubuh. Dengan demikian, jika ibu, saudara perempuan, atau anggota keluarga lainnya pernah mengalami kondisi dismenore atau nyeri haid yang parah, maka kemungkinan seseorang untuk mengalami masalah serupa juga menjadi jauh lebih tinggi, karena adanya pola keturunan atau kecenderungan genetik yang diturunkan (Kemenkes, 2022).

Menurut peneliti, ketika faktor fisiologis dari IMT kurus yang memicu lonjakan produksi prostaglandin dan kontraksi uterus berlebih berinteraksi dengan faktor genetik riwayat keluarga yang meningkatkan sensitivitas persepsi nyeri, efek yang dihasilkan saling memperberat. Kombinasi kedua kondisi ini menyebabkan responden dengan berat badan kurus lebih cenderung mengalami nyeri berat. Oleh karena itu, faktor riwayat keluarga berfungsi sebagai faktor predisposisi yang memperjelas mengapa kondisi IMT kurus pada responden dalam penelitian ini berujung pada kecenderungan dismenore berat.

Hasil analisis menggunakan menunjukkan bahwa nilai correlation memperoleh p-value sebesar 0,000, dimana nilai p-value lebih kecil dari nilai α ($0,000 < 0,05$). Hasil ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat dismenore pada mahasiswa S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto, dengan demikian maka H_0 ditolak dan H_1 diterima. Dengan demikian, dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan

antara indeks massa tubuh (IMT) dengan tingkat dismenore pada mahasiswi S1 Kebidanan Universitas Bina Sehat PPNI Mojokerto.

Hasil penelitian Wulandari et al. (2025) yang menunjukkan bahwa dari enam variabel yang diteliti, hanya IMT yang memiliki hubungan signifikan dengan skala nyeri dismenorea, dengan nilai p value 0,020 dan correlation -0,423, yang menandakan hubungan berlawanan arah. Dalam jurnal tersebut dijelaskan bahwa perempuan dengan IMT *underweight* dan *overweight* berisiko mengalami dismenorea yang lebih berat karena kekurangan maupun kelebihan gizi dapat berdampak pada penurunan fungsi hipotalamus yang kemudian memengaruhi hormon FSH dan LH.

Hasil penelitian ini konsisten dengan penelitian yang dilakukan oleh Rusydi et al. (2021) tentang hubungan Indeks Massa Tubuh (IMT) dengan kejadian dismenorea primer pada remaja putri. Penelitian tersebut memperoleh nilai p-value sebesar 0,021 ($p < 0,05$), yang menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara IMT dengan kejadian dismenorea primer. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki IMT rendah mengalami dismenorea primer, yaitu sebanyak 32 orang (94,1%). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa remaja putri dengan IMT yang tidak normal memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami dismenorea primer. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa sebagian besar responden yang memiliki IMT rendah mengalami dismenorea primer, yaitu sebanyak 32 orang (94,1%). Temuan tersebut mengindikasikan bahwa remaja putri dengan IMT yang tidak normal memiliki kecenderungan lebih tinggi mengalami dismenorea primer. Wanita dengan status

gizi kurang umumnya lebih rentan mengalami nyeri menstruasi karena kondisi tubuh yang kurang optimal dan daya tahan tubuh yang lebih rendah dibandingkan wanita yang memiliki IMT dalam kategori normal, sehingga lebih mudah mengalami keluhan dismenoreia.

Menurut peneliti, hasil penelitian ini menunjukkan bahwa status gizi yang tercermin dari IMT turut berperan dalam tingkat keparahan dismenoreia. Mahasiswa dengan IMT normal cenderung mengalami dismenoreia ringan karena kondisi tubuhnya lebih seimbang, sedangkan mahasiswa dengan IMT tidak normal lebih sering mengalami dismenoreia sedang hingga berat. Hal ini menunjukkan bahwa menjaga IMT tetap normal penting untuk membantu mengurangi risiko nyeri menstruasi yang lebih berat. Oleh karena itu, mahasiswa perlu memperhatikan pola makan seimbang dan gaya hidup sehat agar IMT tetap terjaga dan keluhan dismenoreia dapat diminimalkan.

