



HUBUNGAN PENGETAHUAN, SIKAP DAN PERILAKU MELEWATKAN SARAPAN PAGI DENGAN DISMENORE PRIMER PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 TOBOALI TAHUN 2022

Hildayanti Halim¹, Kuswati², Hidayani³

¹Universitas Indonesia Maju

²Universitas Indonesia Maju

³Universitas Indonesia Maju

E-mail: HildayantiHalim@gmail.com

Article History:

Received: 16-06-2023

Revised: 19-06-2023

Accepted: 22-06-2023

Keywords:

Dismenore Primer,
Pengetahuan, Sikap,
Sarapan Pagi

Abstract: *Dismenore primer adalah dismenore dirasakan sejak menarche atau pertama kali mendapatkan menstruasi dan tidak ditemukan adanya masalah dari organ reproduksi atau organ lain. (19) Menurut penelitian, melewatkan sarapan adalah prediktor terkuat untuk dismenore sedang/berat bagi remaja di Palestina. (15) Tujuan: Penelitian ini untuk mengetahui hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku melewatkan sarapan pagi terhadap dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali. Metode: Penelitian ini menggunakan desain penelitian kuantitatif dengan menggunakan metode cross sectional. Pengambilan sampel dilakukan dengan teknik purposive sampling. Variabel independen yang digunakan yaitu pengetahuan, sikap dan perilaku melewatkan sarapan pagi, Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner. Analisis menggunakan analisis bivariate dengan uji chi square. Hasil: Penelitian ini diperoleh hasil bahwa dari 186 sampel siswi SMA 1 Negeri Toboali yang mengalami dismenore primer didapatkan 129 siswi (69,4%) mengalami nyeri ringan dan sedang dan 57 siswi (30,6 %) mengalami nyeri berat. Berdasarkan pengetahuan remaja tentang sarapan pagi didapatkan sebanyak 166 siswi (89,2%) dengan pengetahuan kurang baik dan 20 siswi (10,8%) dengan pengetahuan yang baik. Dan dari sikap remaja didapatkan sebanyak 93 siswi (50%) dengan sikap negatif dan 93 siswi (50%) dengan sikap yang positif. Demikian juga berdasarkan perilaku remaja didapatkan 123 siswi (66,1 %) dengan perilaku yang kurang baik dan 63 siswi (33,9 %) dengan perilaku yang baik. Terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan, sikap, dan perilaku melewatkan sarapan pagi dengan dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali, dimana nilai P value pada uji Chi-square sebesar 0,012 untuk pengetahuan sarapan pagi, 0,056 untuk sikap sarapan pagi, dan 0,034 untuk perilaku kebiasaan melewatkan sarapan pagi. Nilai Odds Ratio (OR) juga menunjukkan bahwa*

pengetahuan, sarapan pagi yang tidak baik berpeluang 3 kali mengalami nyeri dismenore berat, sikap sarapan pagi yang tidak baik berpeluang hampir 2 kali mengalami nyeri dismenore berat, dan perilaku sarapan pagi yang kurang baik berpeluang 4 kali mengalami nyeri dismenore berat jika dibandingkan siswa dengan pengetahuan, sikap dan perilaku yang baik. Kesimpulan: Sebagian besar remaja memiliki pengetahuan, sikap, dan perilaku yang kurang terhadap sarapan pagi, dan berhubungan erat dengan kejadian dismenore primer. Saran: Pengetahuan, sikap dan perilaku remaja tentang sarapan pagi terhadap dismenore primer lebih ditingkatkan, baik melalui dukungan dari tim tenaga kesehatan maupun lembaga pendidikan terkait.

© 2023 SENTRI: Jurnal Riset Ilmiah

PENDAHULUAN

Remaja adalah individu usia 10-19 tahun dan belum menikah, peralihan dari anak – anak ke masa dewasa yang meliputi perubahan biologis, perubahan psikologis, dan perubahan sosial. ⁽¹⁾ Perkembangan biologis merupakan salah satu aspek fundamental yang istimewa pada remaja adalah pubertas. ⁽²⁾ Perempuan yang sudah menginjak usia remaja dikatakan memasuki masa pubertas ketika mendapatkan menstruasi pertama. ⁽³⁾ Menstruasi yang dialami perempuan setiap bulan sebagai kejadian fisiologis. Namun, pada sebagian perempuan termasuk remaja putri dapat mengalami gangguan, diantaranya adalah dismenore. ⁽⁴⁾

Dismenore adalah nyeri pada waktu haid terasa diperut bagian bawah atau di daerah bujur sangkar *Michaelis*, nyeri terasa sebelum, selama dan sesudah haid. Dapat bersifat kholik atau terus menerus. ⁽⁵⁾ Terdapat dua jenis dismenore yaitu dismenore primer dan sekunder. Dismenore primer tidak disebabkan oleh masalah pada organ reproduksi. Keadaan ini umumnya disebabkan peningkatan dari prostaglandin yang diproduksi pada lapisan dari Rahim. Dismenore sekunder merupakan dismenore yang disebabkan oleh patologi pada organ reproduksi. ⁽⁶⁾

Prevalensi dismenore di dunia sangat besar. Prevalensi dismenore primer mahasiswa di Irlandia adalah 91,5% (95% confidence interval = 89,67-93,33), ⁽⁷⁾ Prevalensi dismenore primer pada mahasiswa di Spanyol adalah 74,8% (n = 193) (95% CI = 69,47%-80,14%), ⁽⁸⁾ Prevalensi dismenore primer mahasiswi di Ethiopia adalah 368 (85,4%). dari jumlah tersebut, 123 (28,5%) mengalami nyeri dismenore primer ringan, 164 (38,1%) sedang, dan 81 (18,8%) berat. Diantara siswa dengan dismenore primer, 88,3% melaporkan bahwa dismenore primer memiliki efek negatif pada kinerja akademik mereka. Dari jumlah tersebut, 80% melaporkan ketidakhadiran sekolah, 66,8% melaporkan kehilangan konsentrasi kelas, 56,3% melaporkan ketidakhadiran di kelas, 47,4% melaporkan kehilangan partisipasi kelas, 37,8% melaporkan partisipasi olahraga yang terbatas, 31,7% melaporkan keterbatasan dalam bergaul dengan teman, dan 21% melaporkan ketidakmampuan untuk melakukan pekerjaan rumah. ⁽⁹⁾ Prevalensi dismenore primer pada mahasiswi di Lebanon adalah 80,9%. Sebagian besar wanita dengan dismenore primer menggambarkan nyeri menstruasi mereka sebagai sedang (56%) sampai berat (34,6%), yang secara signifikan mempengaruhi aktivitas sehari-hari dan kemampuan belajar mereka (P <0,001). ⁽¹⁰⁾ Prevalensi dismenore pada siswi remaja di Maroko adalah 78% dan 58,1% di antaranya menderita dismenore berat. ⁽¹¹⁾ Prevalensi dismenore primer di antara

mahasiswi Cina adalah 41,7% (1921/4606).⁽¹²⁾ Di Indonesia angka kejadian dismenore 64,25% terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder.⁽¹³⁾

Dismenore secara umum sulit untuk menentukan factor predisposisinya karena penyebabnya multifaktoral, baik dari faktor internal maupun eksternal.⁽¹⁴⁾ Menurut penelitian, Ada proporsi yang tinggi dismenore pada mahasiswi Palestina. Melewatkan sarapan adalah prediktor terkuat untuk dismenore sedang/berat.⁽¹⁵⁾ Pola makan remaja yang tergambar dari data Global School Health Survey tahun 2015, antara lain: Tidak selalu sarapan (65,2%), sebagian besar remaja kurang mengonsumsi serat sayur buah (93,6%) dan sering mengonsumsi makanan berpenyedap (75,7%). Di antara remaja itu juga kurang melakukan aktifitas fisik (42,5%).⁽¹⁶⁾ Penelitian sebelumnya juga menunjukkan bahwa waktu makan yang dibatasi mengatur ritme sirkadian dari jam rahim yang disinkronkan di seluruh tubuh rahim. Temuan ini menunjukkan bahwa sistem jam rahim adalah kandidat baru untuk menjelaskan etiologi disfungsi rahim akibat melewati sarapan.⁽¹⁷⁾

Berdasarkan hasil wawancara langsung kepada 10 siswi yang telah dilakukan pada tanggal 19 Oktober 2022 dan tanggal 25 Oktober 2022 di SMA Negeri 1 Toboali, didapatkan hasil 10 siswi (100%) memiliki pengetahuan tentang sarapan pagi yang kurang, 5 siswi (50%) memilih sikap tidak setuju jika tidak melakukan sarapan pagi dapat menyebabkan nyeri haid, dan 10 siswi (100%) tidak melakukan sarapan pagi dengan alasan akan merasa mual dan ingin muntah.

Studi pendahuluan juga dilakukan terhadap 553 orang siswi, dimana dari 518 siswi yang hadir, terdapat 349 siswi (67,37%) mengalami dismenore 3 bulan terakhir, sebanyak 214 siswi (41,3%) mengalami dismenore ringan, 104 siswi (20,1%) mengalami dismenore sedang, dan 18 siswi (3,47%) mengalami dismenore berat, sedangkan 9 siswi mengalami dismenore ringan dan sedang, 1 siswi mengalami sedang dan berat, 1 siswi mengalami ringan dan berat, dan 2 siswi yang mengalami ringan, sedang, dan berat.

Berdasarkan permasalahan diatas, peneliti berkeinginan untuk melakukan penelitian dengan judul “Hubungan Pengetahuan, Sikap, Dan Perilaku Melewatkan Sarapan Pagi Dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Toboali”.

LANDASAN TEORI

A. *Dismenore Primer*

Dismenorea primer, artinya *dismenorea* dirasakan sejak *menarche* atau pertama kali mendapatkan menstruasi dan tidak ditemukan adanya masalah dari organ reproduksi atau organ lain. Biasanya terjadi sampai pertengahan usia 20-an atau hingga memiliki anak. *Dismenorea* mulai dirasakan pada hari pertama dan kedua sebelum siklus menstruasi dan berakhir ketika menstruasi sudah selesai, untuk mengatasi rasa nyeri bisa diberikan obat analgesik atau hanya dengan kompres air hangat.⁽¹⁹⁾

B. Pengetahuan

Pengetahuan adalah apa yang diketahui atau hasil pekerjaan tahu. Pekerjaan tahu tersebut adalah hasil dari kenal, sadar, insaf, mengerti dan pandai. Pengetahuan itu adalah semua milik atau isi pikiran. Dengan demikian pengetahuan merupakan hasil proses dari usaha manusia untuk tahu.⁽²⁴⁾

C. Sikap

Sikap adalah predisposisi untuk memberikan tanggapan terhadap rangsang lingkungan yang dapat memulai atau membimbing tingkah laku orang tersebut. Secara definitif sikap berarti suatu keadaan jiwa dan keadaan berpikir yang disiapkan untuk

memberikan tanggapan terhadap suatu objek yang diorganisasikan melalui pengalaman serta mempengaruhi secara langsung atau tidak langsung pada praktik atau tindakan. Sikap sebagai suatu bentuk evaluasi atau reaksi perasaan. ⁽²⁶⁾

D. Perilaku

Perilaku manusia merupakan hasil dari segala macam pengalaman serta interaksi manusia dengan lingkungannya yang terwujud dalam bentuk pengetahuan, sikap dan tindakan. Dengan kata lain, perilaku merupakan respon/reaksi seorang individu terhadap stimulus yang berasal dari luar maupun dari dalam dirinya. Respon ini dapat bersifat pasif (tanpa tindakan: berpikir, berpendapat, bersikap) maupun aktif (melakukan tindakan). Perilaku manusia pada hakekatnya adalah suatu aktivitas dari manusia itu sendiri, yang mempunyai bentangan yang sangat luas mencakup berjalan, berbicara, bereaksi, berpikir, persepsi dan emosi. Perilaku juga dapat diartikan sebagai aktivitas organisme, baik yang dapat diamati secara langsung maupun tidak langsung. ⁽²⁹⁾

E. Sarapan

Sarapan adalah kegiatan makan dan minum yang dilakukan antara bangun pagi sampai jam 9 untuk memenuhi sebagian kebutuhan gizi harian (15-30% kebutuhan gizi) dalam rangka mewujudkan hidup sehat, aktif, dan produktif. ⁽³²⁾

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini menggunakan penelitian kuantitatif dengan *cross sectional*. Cross sectional adalah suatu rancangan penelitian observasional yang dilakukan untuk mengetahui hubungan variabel independen dengan variabel dependen di mana pengukurannya dilakukan pada satu waktu (serentak). ⁽⁴⁰⁾ Penelitian ini meneliti tentang hubungan pengetahuan, sikap dan perilaku melewatkan sarapan pagi dengan dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali Tahun 2022.

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi SMA Negeri 1 Toboali yang berjumlah 553 siswi. Jumlah sampel dalam penelitian ini sebanyak 186 responden. Adapun teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah menggunakan teknik *purposive sampling*. *Purposive sampling* biasa disebut juga *judgmental sampling* adalah teknik penentuan sampel dengan pertimbangan tertentu atau seleksi khusus. ⁽⁴⁴⁾ Penentuan jumlah sampel pada penelitian ini menggunakan pendekatan rumus *slovin*.

Jenis instrumen dalam penelitian ini adalah berupa kuesioner dalam bentuk google form yang berisi pertanyaan tentang pengetahuan, sikap dan perilaku melewatkan sarapan pagi dengan dismenore primer. Analisis data yang digunakan yakni analisis *univariat* dan *bivariat*. Analisis *univariat* dijelaskan dalam bentuk distribusi frekuensi dan presentase dari setiap variabel. Selanjutnya, dilakukan analisis *bivariat* untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (pengetahuan, sikap dan perilaku melewatkan sarapan pagi) dengan variabel dependen yaitu kejadian *dismenore* primer. Analisis *univariat* dan *bivariat* dalam penelitian ini menggunakan *Uji Chi-Square* dengan menggunakan aplikasi SPSS 26.0.

HASIL DAN PEMBAHASAN

A. Hasil

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan pada bulan Maret 2023 di Sekolah SMA negeri 1 Toboali didapatkan hasil sebanyak 186 responden. Dengan variabel yang diteliti meliputi Pengetahuan, Sikap, dan Perilaku Melewatkan Sarapan Pagi dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Toboali. Berikut ini adalah hasil data analisis univariat dan bivariat yang didapatkan dalam bentuk tabel

1. Hasil Analisis Univariat

Tabel 5.4

Distribusi Frekuensi Dismenore Primer Remaja Putri di SMA Negeri 1 Toboali

Dismenore Primer	Frekuensi (<i>f</i>)	Presentase (%)
Nyeri Ringan dan Sedang	129	69,4 %
Nyeri Berat	57	30,6 %
Total	186	100 %

Berdasarkan Tabel 5.4 menunjukkan bahwa jumlah remaja putri SMA Negeri 1 Toboali sebanyak 186 siswi, dimana didapatkan 129 siswi (69,4%) mengalami Nyeri Ringan dan Sedang dan 57 siswi (30,6 %) mengalami nyeri berat.

Tabel 5.1

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Putri di SMA Negeri 1 Toboali

Pengetahuan	Frekuensi (<i>f</i>)	Presentase (%)
Kurang baik	166	89,2 %
Baik	20	10,8 %
Total	186	100 %

Berdasarkan Tabel 5.1 menunjukkan bahwa jumlah remaja putri SMA Negeri 1 Toboali sebanyak 186 siswi, dimana didapatkan 166 siswi (89,2%) dengan Pengetahuan kurang baik dan 20 siswi (10,8%) dengan Pengetahuan yang baik.

Tabel 5.2

Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Putri di SMA Negeri 1 Toboali

Sikap	Frekuensi (<i>f</i>)	Presentase (%)
Negatif	93	50 %
Positif	93	50 %
Total	186	100 %

Berdasarkan Tabel 5.2 menunjukkan bahwa jumlah remaja putri SMA Negeri 1 Toboali sebanyak 186 siswi, dimana didapatkan 93 siswi (50%) dengan Sikap negatif dan 93 siswi (50%) dengan Sikap yang positif.

Tabel 5.3
Distribusi Frekuensi Perilaku Melewatkan Sarapan Pagi Remaja Putri di SMA Negeri 1 Toboali

Perilaku Melewatkan sarapan pagi	Frekuensi (<i>f</i>)	Presentase (%)
Kurang baik	123	66,1 %
Baik	63	33,9 %
Total	186	100 %

Berdasarkan Tabel 5.3 menunjukkan bahwa jumlah remaja putri SMA Negeri 1 Toboali sebanyak 186 siswi, dimana didapatkan 123 siswi (66,1 %) dengan Perilaku yang kurang baik dan 63 siswi (33,9 %) dengan Perilaku yang baik.

2. Hasil Analisis Bivariat

Hasil analisis bivariat mengenai hubungan pengetahuan, sikap, dan perilaku melewati sarapan pagi dengan dismenore primer pada remaja putri yang melibatkan 186 sampel di SMA Negeri 1 Toboali dapat dilihat pada tabel sebagai berikut.

Tabel 5.5
Hubungan Pengetahuan dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Toboali

Pengetahuan	<i>Dismenore Primer</i>				Total		<i>P Value</i>	<i>Odds Ratio</i>
	<i>Dismenore Ringan dan Sedang</i>		<i>Dismenore Berat</i>					
	<i>F</i>	%	<i>F</i>	%	<i>F</i>	%		
Kurang baik	120	64,5 %	46	24,7 %	166	89,2 %	0,012	3,188
Baik	9	4,8 %	11	5,9 %	20	10,8 %		
Total	129	69,4 %	57	30,6 %	186	100 %		

Pada Tabel 5.5 dapat dilihat bahwa dari 186 siswi yang dijadikan sampel, sebanyak 166 siswi (89,2%) yang memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang sarapan pagi dimana diantaranya terdapat 120 siswi (64,5%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 46 siswi (24,7%) mengalami dismenore “berat”. Sedangkan pada hasil sampel siswi dengan pengetahuan yang baik jumlahnya 20 siswi (10,8%), dimana 9 siswi (4,8%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 11 siswi (5,9%) mengalami dismenore berat.

Hasil uji independensi *Chi-Square* diperoleh nilai *P Value* sebesar 0,012 atau lebih kecil dari nilai alpha yang digunakan yaitu 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan sarapan pagi dengan kejadian dismenore primer.

Hasil uji Odds Ratio (OR) diperoleh nilai OR sebesar 3.188 yang artinya siswi dengan pengetahuan sarapan pagi yang tidak baik berpeluang 3 kali mengalami nyeri dismenore berat dari pada siswa dengan perilaku yang baik. Hal ini mengindikasikan pengetahuan tentang sarapan pagi yang baik dapat mengurangi nyeri dismenore.

Tabel 5.6
Hubungan Sikap dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Toboali

Sikap	Dismenore Primer				Total		P Value	Odds Ratio
	Dismenore ringan dan sedang		Dismenore Berat					
	F	%	F	%	F	%		
Negatif	71	76,3 %	22	23,7 %	93	50 %	0,056	1,947
Positif	58	62,4 %	35	37,6 %	93	50 %		
Total	129	69,4%	57	30,6%	186	100%		

Pada Tabel 5.6 dapat dilihat bahwa dari 186 siswi yang dijadikan sampel, sebanyak 93 siswi (50%) yang memiliki sikap negatif tentang sarapan pagi dimana diantaranya terdapat 71 siswi (76,3%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 22 siswi (23,7%) mengalami dismenore “berat”. Sedangkan pada hasil sampel siswi dengan sikap yang positif jumlahnya 93 siswi (50%), dimana 58 siswi (62,4%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 35 siswi (37,6%) mengalami dismenore berat.

Hasil uji independensi *Chi-Square* diperoleh nilai *P Value* sebesar 0,056 atau lebih kecil dari nilai alpha yang digunakan yaitu 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa *H₀ ditolak* yang artinya ada hubungan yang signifikan antara sikap sarapan pagi dengan kejadian dismenore primer.

Hasil uji Odds Ratio (OR) diperoleh nilai OR sebesar 1,947 yang artinya siswi dengan sikap sarapan pagi yang tidak baik berpeluang hampir 2 kali mengalami nyeri dismenore berat dari pada siswi dengan perilaku yang baik. Hal ini mengindikasikan sikap tentang sarapan pagi yang baik dapat mengurangi nyeri dismenore.

Tabel 5.7
Hubungan Perilaku Melewatkan sarapan pagi dengan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMA Negeri 1 Toboali

Perilaku	Dismenore Primer				Total		P Value	Odds Ratio
	Dismenore ringan dan sedang		Dismenore Berat					
	F	%	F	%	F	%		
Kurang Baik	79	42,5 %	44	23,7 %	123	66,1 %	0,034	4,67
Baik	50	26,9 %	13	7,0 %	63	33,9 %		
Total	129	69,4%	57	30,6%	186	100%		

Pada Tabel 5.7 dapat dilihat bahwa dari 186 siswi yang dijadikan sampel, sebanyak 123 siswi (66,1%) yang memiliki perilaku kurang baik tentang sarapan pagi dimana diantaranya terdapat 79 siswi (42,5%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 44 siswi (23,7%) mengalami dismenore “berat”. Sedangkan pada hasil sampel siswi dengan perilaku baik jumlahnya 63 siswi (33,9%), dimana 50 siswi (26,9%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 13 siswi (7,0%) mengalami dismenore berat.

Hasil uji independensi *Chi-Square* diperoleh nilai *P Value* sebesar 0,034 atau lebih kecil dari nilai alpha yang digunakan yaitu 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa *Ho ditolak* yang artinya ada hubungan yang signifikan antara perilaku melewatkan sarapan pagi dengan kejadian dismenore primer.

Hasil uji Odds Ratio (OR) diperoleh nilai OR sebesar 4,67 yang artinya siswi dengan perilaku sarapan pagi yang kurang baik berpeluang 4 kali mengalami nyeri dismenore berat dari pada siswa dengan perilaku yang baik. Hal ini mengindikasikan perilaku tentang sarapan pagi yang baik dapat mengurangi nyeri dismenore

B. Pembahasan

1. Hubungan Pengetahuan dengan Dismenore Primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa Hubungan Pengetahuan dengan Dismenore Primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali diperoleh hasil dari 186 siswi yang dijadikan sampel, sebanyak 166 siswi (89,2%) yang memiliki pengetahuan yang kurang baik tentang sarapan pagi dimana diantaranya terdapat 120 siswi (64,5%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 46 siswi (24,7%) mengalami dismenore “berat”. Sedangkan pada hasil sampel siswi dengan pengetahuan yang baik jumlahnya 20 siswi (10,8%), dimana 9 siswi (4,8%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 11 siswi (5,9%) mengalami dismenore berat.

Hasil uji independensi *Chi-Square* diperoleh nilai *P Value* sebesar 0,012 atau lebih kecil dari nilai alpha yang digunakan yaitu 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa *Ho ditolak* yang artinya ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan melewatkan sarapan pagi dengan kejadian dismenore primer.

Remaja yang memiliki pengetahuan kurang akan cenderung mengabaikan kesehatannya sendiri dan pada akhirnya akan membahayakan kesehatannya sendiri. Remaja yang memiliki pengetahuan kurang tentang sarapan pagi akan mengabaikan pola makan yang baik, memilih untuk menunda dan membiasakan diri kekurangan zat gizi yang penting untuk tubuh terutama saat menstruasi. Kondisi tersebut diperparah dengan kurangnya informasi karena adanya anggapan atau persepsi yang salah seperti bahwa sarapan pagi saat menstruasi menyebabkan mual dan muntah dipagi hari. Kecendrungan orang tua kurang memberi arahan tentang sarapan pagi agar hidup sehat karena menganggap hal biasa dengan cukup disediakan saja dan memberi bekal, sehingga remaja kadang kadang tidak sarapan dan biasanya dilakukan setelah beraktifitas. Hal tersebut menjadikan kurangnya informasi dan pengetahuan remaja terhadap sarapan pagi.

Pengetahuan remaja yang kurang kemungkinan juga disebabkan karena kurangnya informasi tentang penyebab dismenore primer pada remaja akibat melewatkan sarapan pagi, oleh karena itu pihak sekolah diharapkan lebih giat dalam memberikan penyuluhan pada remaja tentang sarapan pagi dan kesehatan reproduksi, dan memberikan kesempatan untuk remaja sarapan terlebih dahulu sebelum melakukan aktifitas sekolah.

Hasil penelitian juga menyatakan bahwa ada hubungan signifikan antara pengetahuan melewatkan sarapan pagi dengan dismenorea primer. Hal ini menunjukkan bahwa semakin baik pengetahuan remaja tentang sarapan pagi maka semakin baik kondisi menstruasinya. Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Dewi & Luthfiana (2022) yang menjelaskan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan gizi dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di MAN 2 Kota Jambi.⁽⁴⁷⁾

Pengetahuan tentang sarapan pagi banyak dipengaruhi informasi yang didapatkan, budaya setempat, dan pendidikan orang tersebut. Pengetahuan sarapan pagi yang baik

akan meningkatkan pemahaman mengenai pentingnya menjaga kesehatan terutama kesehatan reproduksi, dimana akan berpengaruh terhadap kejadian dan derajat dismenore primer. Remaja yang paham akan manfaat sarapan pagi, maka remaja akan berusaha untuk melakukannya dalam kehidupan sehari-hari.

2. Hubungan Sikap dengan dismenore primer Pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa dari 186 siswi yang dijadikan sampel, sebanyak 93 siswi (50%) yang memiliki sikap negatif tentang sarapan pagi dimana diantaranya terdapat 71 siswi (76,3%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 22 siswi (23,7%) mengalami dismenore “berat”. Sedangkan pada hasil sampel siswi dengan sikap yang positif jumlahnya 93 siswi (50%), dimana 58 siswi (62,4%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 35 siswi (37,6%) mengalami dismenore berat.

Hasil uji independensi *Chi-Square* diperoleh nilai *P Value* sebesar 0,056 atau lebih kecil dari nilai alpha yang digunakan yaitu 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa *Ho ditolak* yang artinya ada hubungan yang signifikan antara sikap sarapan pagi dengan kejadian dismenore primer.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Umi salamah (2019) bahwa ada hubungan antara sikap dengan penanganan dismenorea.⁽⁴⁷⁾ Demikian pula hasil penelitian Solikhah dan Trisnowati (2017) yang menyimpulkan ada hubungan yang signifikan antara sikap remaja putri dengan perilaku pencegahan dismenore.⁽⁴⁸⁾

Berdasarkan hasil penelitian, peneliti beranggapan bahwa Sikap remaja tentang sarapan pagi dipengaruhi oleh pengetahuan remaja terhadap hal yang sama. Sebagian besar remaja memiliki sikap yang negative terhadap sarapan pagi dan lebih banyak mengalami dismenore.

3. Hubungan Perilaku Kebiasaan Melewatkan Sarapan Pagi dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa ada hubungan Perilaku Melewatkan sarapan pagi dengan Dismenore Primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali yakni diperoleh hasil dari 186 siswi yang dijadikan sampel, sebanyak 123 siswi (66,1%) yang memiliki perilaku kurang baik tentang sarapan pagi dimana diantaranya terdapat 79 siswi (42,5%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 44 siswi (23,7%) mengalami dismenore “berat”. Sedangkan pada hasil sampel siswi dengan perilaku baik jumlahnya 63 siswi (33,9%), dimana 50 siswi (26,9%) mengalami dismenore “nyeri ringan dan sedang”, dan 13 siswi (7,0%) mengalami dismenore berat.

Hasil uji independensi *Chi-Square* diperoleh nilai *P Value* sebesar 0,34 atau lebih kecil dari nilai alpha yang digunakan yaitu 0,05. Hal tersebut menunjukkan bahwa *Ho ditolak* yang artinya ada hubungan yang signifikan antara perilaku melewati sarapan pagi dengan kejadian dismenore primer.

Penelitian ini sesuai dengan pendapat Hasono, dkk(2021), dimana menjelaskan bahwa melewati sarapan dapat menjadi faktor yang mempengaruhi disfungsi rahim. Penelitian Helwa, dkk juga menjelaskan bahwa ada proporsi yang tinggi dismenore pada mahasiswi Palestina. Melewatkan sarapan adalah prediktor terkuat untuk dismenore sedang/berat.⁽¹⁵⁾

Remaja yang memiliki perilaku sarapan pagi yang kurang baik lebih banyak mengalami dismenore ringan, sedang dan berat dibandingkan dengan remaja yang berperilaku baik. Hal ini perlunya dukungan dari berbagai pihak, sehingga sarapan pagi menjadi kebiasaan remaja.

KESIMPULAN

Distribusi frekuensi pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali diperoleh mayoritas memiliki pengetahuan kurang baik dibandingkan dengan pengetahuan yang baik. Distribusi frekuensi sikap remaja putri diperoleh sama banyaknya sikap negatif dengan sikap yang positif. Distribusi frekuensi perilaku remaja putri diperoleh lebih banyak memiliki perilaku yang kurang baik dibandingkan perilaku yang baik. Distribusi frekuensi dismenore pada remaja putri yang mengalami nyeri ringan dan sedang lebih banyak dibandingkan yang mengalami nyeri berat. Kemudian ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali dengan diperoleh nilai P Value 0,012. Ada hubungan yang signifikan antara sikap dengan dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali dengan diperoleh nilai P Value 0,056. Ada hubungan yang signifikan antara perilaku kebiasaan melewati sarapan pagi dengan dismenore primer pada remaja putri di SMA Negeri 1 Toboali dengan diperoleh nilai P Value 0,034. Disarankan bagi tenaga kesehatan dan instansi terkait dapat meningkatkan program kesehatan remaja, khususnya masalah dismenore dan gizi remaja, dan diharapkan agar teman-teman bidan dapat menerapkan materi penyuluhan ataupun KIE tentang hubungan melewati sarapan pagi dengan dismenore primer pada pelayanan kesehatan remaja.

DAFTAR REFERENSI

1. Ningsih ES, Susila I, Safitri OD. Kesehatan Reproduksi Remaja. Bandung: Media Sains Indonesia; 2021.
2. Buanasari A. Asuhan Keperawatan Sehat Jiwa Pada Kelompok Usia Remaja. Makassar: CV. Tohar Media; 2021.
3. Wirenviona, Rima; Riris, A.A. Istri Dalem Chintya. Edukasi Kesehatan Reproduksi Remaja. Surabaya: Airlangga University Press; 2020.
4. Argaheni, Niken Bayu; Astuti, Dwi Etni; Putri, Noviyati Rahardjo; Azizah, Ninik; Winarsih; Yuliani, Meda; Mahardany, Beauty Octavia; Noflidaputri, Resty; Sebtalesty, Cintika Yorinda; Santi, Mina Yumei. Asuhan Kebidanan Komplementer. Medan: Yayasan Kita Menulis; 2022.
5. Lubis NL. Psikologi Kespro, Wanita dan Perkembangan Reprodukasinya Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologinya. Jakarta: Kencana; 2013.
6. Andarwulan S. Terapi Komplementer Kebidanan. Jakarta: Guepedia; 2021.
7. Durand, Hannah; Monahan, Katie; McGuire, Brian E. Prevalence and Impact of Dysmenorrhea Among University Students in Ireland. [Online].: Pain Medicine; 2021. Available from: <https://doi.org/10.1093/pm/pnab122>.
8. Marti'nez, Elia Ferna'ndez; Zafra, Mari'a Dolores Onieva; Ferna'ndez, Mari'a Laura Parra. Lifestyle and prevalence of dysmenorrhea. [Online].; 2018. Available from: <https://doi.org/10.1371/journal.pone.0201894>.
9. Hailemeske, Solomon ; Demissie, Asrate; Assefa, Nigussie. Primary dysmenorrhea magnitude, associated risk. [Online]. Ethiopia; 2016. Available from: <https://doi.org/10.2147/IJWH.S112768>.
10. Karout, Samar; Soubra, Lama; Rahme, Deema; Khojah, Hani M J ; Itani, Rania. Prevalence, risk factors, and management. [Online]. Lebanon: BMC Women's Health; 2021. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12905-021-01532-w>.

11. Lghoul, Siham; Loukid, Mohamed; Hilali, Mohamed Kamal. Prevalence and predictors of dysmenorrhea among a population of adolescent's schoolgirls (Morocco). [Online]. Maroko; 2020. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.sjbs.2020.05.022>.
12. Hu, Zhao; Tang, Lu; Chen, Ling; Kaminga, Atipatsa Chiwanda; Xu, Huilan. Prevalence and Risk Factors Associated with Primary Dysmenorrhea among Chinese Female University Students: A Cross-sectional Study. [Online]. Hunan; 2019. Available from: <https://doi.org/10.1016/j.jpap.2019.09.004>.
13. Devita, Hendri; Sarisma, Novita; Pasalina, Putri Engla. Hubungan Jenis Makanan yang Dikonsumsi dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri. [Online]. Solok; 2022. Available from: <https://doi.org/10.36911/panmed.v17i2.1317>.
14. Akbar MIA, Tjokroprawiro BA, Hendarto H. Ginekologi praktis komprehensif. Surabaya: Airlangga University Press; 2020.
15. Helwa, Heba A Abu ; Mitaeb, Areen A; Al-Hamshri, Suha; Sweileh, Waleed M. Prevalence of dysmenorrhea and predictors of its pain intensity among Palestinian female university students. [Online]. palestina; 2018. Available from: <https://doi.org/10.1186/s12905-018-0516-1>.
16. RI KK. Remaja Indonesia Harus Sehat. 2018 Mei.
17. Hosono , Ono M, Daikoku T, Mieda M, Nomura S, Kagami K, et al. Time-Restricted Feeding Regulates Circadian Rhythm of Murine Uterine Clock. [Online]. Kanazawa: Oxford University Press; 2021. Available from: <https://doi.org/10.1093/cdn/nzab064>.
18. Lumangga NL. Psikologi Kespro Wanita dan Perkembangan Reproduksi Ditinjau dari Aspek Fisik dan Psikologi. Jakarta: Kencana; 2016.
19. Fatmayanti, Aulia; Laili, Anis Nur; Titisari, Ira; Ula, Zumrotul; Munawarah, Raudhatul; Pratamaningtyas, Susanti; , Esyuananik; Rahmawati, Rahajeng Siti Nur. Kesehatan Reproduksi dan Keluarga Berencana Padang: PT. Global Eksekutif Teknologi; 2022.
20. Irianti B. Faktor-faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore pada Remaja. [Online].; 2018. Available from: <http://jurnal.umsb.ac.id/index.php/menarailmu/article/viewFile/1007/863>.
21. Sumiaty; Sakti, Putri Mulia ; Hasnawati. Atasi Dismenorea Pada Remaja Dengan Terapi Komplementer Lombok Tengah: Penerbit P4I; 2022.
22. Ani, Murti; Sebtalezy, Cintika Yorinda; Darmiati; Wijayanti, Lumastari Ajeng; Farahdiba, Idha; Megasari, Anis Laela; Sari, Tria Puspita; Kurniawati, Evi; Bangun, Parmiana; Afriana; Suriati, Israini; Rahmadyanti; Sakinah, Innama. Keterampilan Dasar Kebidanan Padang: Get Press; 2022.
23. Makwana S, Shah K, Shah. P. Menstrual characteristics and prevalence of dysmenorrhoea among female physiotherapy students. [Online].; 2015. Available from: <https://www.semanticscholar.org/paper/Research-Article-MENSTRUAL-CHARACTERISTICS-AND-OF-Shah-Makwana/48e65dc1fe4e40c02ef05de7635e96d179ee87fa#related-papers>.
24. Pratiwi SN. Filsafat Pendidikan. Medan: Umsu Press; 2022.

25. Sinambela M. Kanker Serviks: Pengetahuan Ibu Muda Usia 20-30 Tahun Medan: Yayasan Kita Menulis; 2022.
26. Ayu W. Supervisi Keperawatan. Cirebon: LovRinz Publishing; 2022.
27. Notoatmodjo S. Ilmu Prilaku Kesehatan. Jakarta: PT.Rineka; 2014.
28. Purba R. Pengetahuan Dan Sikap Perawat Terhadap Penggunaan Alat Perlindungan Diri (APD). Bandung: Media Sains Indonesia; 2021.
29. Perangin-Angin, Riska Wani Eka Putri; Lismawati; Pasaribu, Yohanna Adelina. Perilaku Masyarakat Dalam Pengelolaan Sampah (Analisis Faktor-Faktor yang Mempengaruhi). Indramayu: Penerbit Adab; 2021.
30. Fajarini H. Ilmu Perilaku Dan Etika Profesi Farmasi. Klaten: Penerbit Lakeisha; 2022.
31. Swarjana IK. Konsep Pengetahuan, Sikap, Perilaku, Persepsi, Stres, Kecemasan, Nyeri, Dukungan Sosial, Kepatuhan, Motivasi, Kepuasan, Pandemi Covid-19, Akses Layanan Kesehatan – Lengkap Dengan Konsep Teori, Cara Mengukur Variabel, dan Contoh Kuesioner. Yogyakarta: Penerbit Andi; 2022.
32. RI K. Pedoman Gizi Seimbang. 2014.
33. Utama, Lalu Juntra; Demu, Yohanes Don Bosko. Dasar-Dasar Penanganan Gizi Anak Sekolah. Bandung: Media Sains Indonesia; 2021.
34. Turnip PVB. Hubungan Intesitas Sarapan Terhadap Derajat Dismenore Pada Mahasiswi Universitas HKBP Nommensen Medan. [Online]. Medan; 2021. Available from: <http://repository.uhn.ac.id/handle/123456789/523>.
35. Kasdu D. Anak Cerdas. Jakarta: Niaga Swadaya.
36. Fujiwara, Tomoko; Ono, Masanori; Iizuka, Takashi; Kagami, Naomi Sekizuka; Maida, Yoshiko; Adachi, Yumi; Fujiwara, Hiroshi; Yoshikawa, Hiroaki. Breakfast Skipping in Female College Students Is a Potential and Preventable Predictor of Gynecologic Disorders at Health Service Centers. [Online].; 2020. Available from: <https://doi.org/10.3390/diagnostics10070476>.
37. Sudaryana, Bambang; Agusiady, Ricky. Metodologi Penelitian Kuantitatif. Yogyakarta: Deepublish; 2022.
38. Swarjana IK. Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta: CV. Andi Offset; 2012.
39. Djaali. Metodologi Penelitian Kuantitatif Jakarta Timur: Bumi Aksara; 2021.
40. P, I Made Indra; Ningrum, Ika Cahya. Cara Mudah Memahami Metodologi Penelitian Yogyakarta: Deepublish; 2019.
41. Jaya IMLM. Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif: Teori, Penerapan, dan Riset Nyata Yogyakarta: Anak Hebat Indonesia; 2020.
42. Saragih, Megasari Gusandra; Saragih, Liharman; Purba, Johannes Wilfrid Pangihutan ; Panjaitan, Pawan Darasa. Metode Penelitian Kuantitatif: Dasar – Dasar Memulai Penelitian Medan: Yayasan Kita Menulis; 2021.
43. Notoatmodjo S. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Pt. Rineka Cipta; 2014.
44. Syamsuni; Rantisari, Andi Meinar Dwi . Statistik dan Metodologi Penelitian. Bojonegoro: KBM indonesia; 2021.