

Hubungan Antara Tingkat Depresi, Kecemasan, Stress dengan Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri SMP Negeri 06 Kota Pekalongan

Yulis Indriyani¹, Teguh Irawan^{2*}, Sofa Fuadiya³, Farah Angelina Pratiwi⁴, Devi Liani Putriandi⁵

^{1,2,3,4,5} S1 Kesehatan Masyarakat, Universitas Pekalongan, Jawa Tengah, Indonesia

Email korespondensi: trikuris@yahoo.co.id

Info Artikel:

Diterima:
27 Mar 2025
Disetujui:
27 Apr 2025
Dipublikasi:
Mei 2025

Kata Kunci:

Dismenore Primer,
Remaja, Depresi, Stress

Keywords:

Primary dysmenorrhea,
adolescent, depression, stress

Abstrak

Latar Belakang: Masa remaja merupakan masa peralihan dari anak-anak menuju dewasa. Pada masa pubertas, umumnya remaja mengalami kesulitan dalam beradaptasi terlebih perubahan sekunder seperti siklus menstruasi pada remaja putri. Hal ini menyebabkan remaja putri mengalami tingkat stres dan depresi yang lebih tinggi. Stres yang dialami dapat berdampak pada kesehatan reproduksi yaitu mengakibatkan dismenore primer. **Tujuan:** Menganalisis hubungan tingkat depresi, kecemasan, stres dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri di SMP Negeri 06 Kota Pekalongan. **Metode:** Penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik observasional *desain cross-sectional*. Populasi sampel penelitian adalah siswi SMPN 06 Kota Pekalongan yang sudah mengalami menstruasi. Teknik pengambilan sampel secara *Stratified Random Sampling* menggunakan rumus Lemeshow diperoleh 189 responden. Instrumen penelitian menggunakan kuesioner baku yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, yaitu *Menstrual Symptoms Questionnaire*, *International Physical Activity Questionnaire*, dan *DASS-21*. Data diolah menggunakan analisis uji statistik chi square dengan bantuan IBM SPSS Statistics 25. **Hasil:** Uji statistik menggunakan Uji Chi-square pada variabel tingkat depresi dan stress menghasilkan p-value 0,044 < 0,05 dan 0,028 < 0,05 yang berarti terdapat hubungan antara depresi dan stress dengan dismenore primer. Sedangkan variabel cemas tidak berhubungan. **Kesimpulan:** Terdapat hubungan antara tingkat depresi dan stress dengan kejadian dismenore primer pada siswi di SMPN 06 Kota Pekalongan.

Abstract

Background: Adolescence is a transitional period from childhood to adulthood. During puberty, adolescents generally experience difficulties in adapting, especially secondary changes such as the menstrual cycle in adolescent girls. This causes adolescent girls to experience higher levels of stress and depression. The stress experienced can have an impact on reproductive health, namely resulting in primary dysmenorrhea. **Objective:** Analyzing the relationship between depression, anxiety, and stress levels with the incidence of primary dysmenorrhea among adolescent girls at SMP Negeri 06 Pekalongan City. **Methods:** Quantitative research with an observational analytic approach cross-sectional design. The study sample population was female students of SMPN 06 Pekalongan City who had experienced menstruation. Stratified random sampling technique using the Lemeshow formula obtained 189 respondents. The research instrument used a standardized questionnaire that had been tested for validity and reliability, namely the *Menstrual Symptoms Questionnaire*, *International Physical Activity Questionnaire*, and *DASS-21*. Data were processed using chi square statistical test analysis with the help of IBM SPSS Statistics 20. **Results:** Statistical tests using the Chi-square test on the variable level of depression and stress resulted in a p-value of 0.044 < 0.05 and 0.028 < 0.05, which means there is a relationship between depression and stress with primary dysmenorrhea. While the anxiety variable is not associated. **Conclusion:** There is a relationship between depression and stress levels with the incidence of primary dysmenorrhea in female students at SMPN 06 Pekalongan City.

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa. Masa remaja merupakan terjadinya pertumbuhan dan perkembangan secara fisik maupun psikologis serta mengalami tanda-tanda pubertas.

Kesehatan reproduksi remaja adalah keadaan sehat secara menyeluruh, meliputi aspek fisik, mental, bukan sekedar tidak ada penyakit maupun gangguan disegala hal yang berkaitan dengan sistem reproduksi itu sendiri. Masalah kesehatan reproduksi remaja

termasuk pada saat pertama anak perempuan mengalami haid/menarche dan menstruasi.

Menstruasi adalah fase penting bagi seorang wanita atau dianggap sebagai fase bahwa wanita itu subur. Fase ini ditandai dengan keluarnya darah dari rahim wanita akibat dari peluruhan dinding rahimnya (Selvina Widiyanti et al., 2024). Masalah yang sering dialami oleh remaja putri adalah masalah dismenore atau nyeri pada saat menstruasi (Widyanthi et al., 2021). Kondisi ini dapat bertambah parah apabila disertai dengan kondisi psikis yang tidak stabil, seperti stres, depresi, cemas berlebihan.

Dismenore dibagi menjadi dua dismenore primer dan dismenore sekunder (Kulkarni & Deb, 2021). Dismenore primer yaitu nyeri ketika menstruasi namun tidak ada kelainan patologi, sedangkan dismenore sekunder yaitu nyeri menstruasi disertai kelainan patologi. Dismenore primer terjadi pada perempuan usia dibawah 25 tahun, dengan kasus sebesar 90% biasa terjadi di usia remaja 6-24 bulan setelah menarche, sedangkan dismenore sekunder biasa terjadi pada perempuan usia 30-45 tahun (Angelina et al., 2021; Tridenti & Vezzani, 2021). Di Indonesia, prevalensi kejadian dismenore primer sebesar 54,89% (Tahir et al., 2021).

Dismenore dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor seperti depresi, kecemasan dan stress. Kecemasan sering ditemukan pada usia menarche, masalah yang ditimbulkan akibat dari kecemasan, akan menambah skala nyeri yang dialami. Kecemasan dapat dikendalikan apabila remaja memiliki pengetahuan yang baik terhadap dismenore dan efikasi diri dalam menghadapi gejala yang timbul pada saat dismenore primer (Sulaeman & Yanti, 2023). Selain itu, stress juga memiliki korelasi dengan kejadian dismenore. Mekanisme ini kemungkinan terjadi melalui respon dari

neuroendokrin yang dapat meningkatkan kadar prostaglandin dan memengaruhi kontraksi miometrium serta penyempitan pembuluh darah rahim, menyebabkan hipoksemia dan menstruasi.

Beberapa penelitian telah menunjukkan keterkaitan antara stres dan dismenore pada wanita (Arafa et al., 2024). Penelitian lain yang dilakukan oleh Arista menunjukkan keterkaitan antara tingkat stres dan timbulnya dismenore pada remaja wanita (Arista, 2024). Hasil temuan ini sejalan dengan studi lain yang melaporkan korelasi antara variabel tingkat stres dan variabel intensitas dismenore pada mahasiswa kedokteran di Jakarta (Sandayanti V, Detty AU, 2019).

Remaja memiliki peran penting terhadap kelangsungan masa depan bangsa, dimana remaja merupakan calon penduduk usia produktif, sehingga perlu disiapkan untuk menjadi sumber daya manusia (SDM) yang berkualitas (Wirenviona & Riris, 2020). Menurut Murtiningsih (2021) dalam Salsabila dkk., (2019), dismenore pada remaja putri mengakibatkan terganggunya aktivitas sehari-hari dan pembelajaran, sehingga sebagian siswi tidak mengikuti jam pelajaran sekolah, yang menyebabkan penurunan konsentrasi dan motivasi belajar hingga penurunan kualitas hidup. Dilaporkan tingkat kehadiran di kelas menurun sebanyak 29-50% selama siswi mengalami dismenore (Sahin et al., 2021).

Berdasarkan uraian tersebut maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang “Hubungan Tingkat Depresi, Kecemasan, Stress dengan Faktor Risiko Kejadian Dismenore Primer pada Remaja Putri SMP Negeri 06 Pekalongan” dengan tujuan untuk mengetahui korelasi antara Tingkat depresi, kecemasan, stress dengan kejadian dismenore primer pada remaja putri SMP Negeri 06 Pekalongan.

METODE

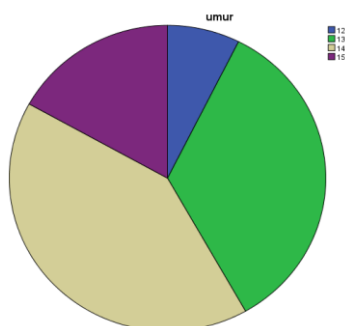
Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik observasional dan *desain cross-sectional*. Populasi sampel penelitian ini adalah siswi SMPN 06 Kota Pekalongan dengan kriteria khusus sudah mengalami menstruasi. Teknik pengambilan sampel dilakukan secara *Stratified Random Sampling* untuk memastikan keterwakilan setiap strata sesuai dengan populasi di SMP Negeri 06 Pekalongan.

Penarikan sampel dalam penelitian ini menggunakan rumus Lemeshow untuk menentukan ukuran sampel minimal yang dibutuhkan. Berdasarkan perhitungan awal, jumlah populasi sampel yang diperoleh sebanyak 384 responden, dengan menggunakan rumus Lemeshow sampel penelitian yang digunakan menjadi 189 responden.

Pengumpulan data dalam penelitian ini menggunakan instrumen kuesioner baku yang sudah dilakukan uji validitas dan reliabilitas, yaitu *Menstrual Symptoms Questionnaire*, *International Physical Activity Questionnaire*, dan *DASS-21 (Depression, Anxiety, and Stress Scale)*. Dalam penelitian menghasilkan data kuantitatif, pengolahan data menggunakan analisis uji statistik chi square dengan bantuan IBM SPSS Statistics 20.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Diagram 1 Usia Responden



Responden dalam penelitian ini adalah remaja putri di SMP Negeri 06 Kota Pekalongan berusia 12-15 tahun, dengan mayoritas berusia 14 tahun. Usia 14 tahun dapat dikatakan masih terlalu cepat berada dijenjang SMP sehingga hal ini menimbulkan tekanan pada siswi apabila kesulitan menyesuaikan diri dengan aktivitas di sekolahnya yang mungkin disebabkan karena adanya faktor lain yang dapat menurunkan daya tahan tubuh seseorang terhadap nyeri, seperti kondisi fisik yang lemah akibat disminore atau yang lainnya, sekalipun perhitungan indeks masa tubuhnya dikatakan normal (Garnadi et al, 2023). Mayoritas responden tidak memiliki penyakit dalam keluarga dan tidak memiliki Riwayat disminore dalam keluarga. Faktor genetik dan riwayat keluarga seringkali dikaitkan dengan kejadian disminore primer, beberapa penelitian menunjukkan bahwa individu dengan anggota keluarga yang mengalami disminore cenderung memiliki risiko untuk mengalami kondisi yang sama (Fatmawati & Aliyah, 2020). Riwayat keluarga merupakan faktor resiko untuk terjadinya dismenore karena secara anatomi dan fisiologi seseorang pada umumnya sama dengan keturunannya atau orang tuanya. Dua dari tiga wanita yang menderita dismenore primer mempunyai riwayat dismenore primer pada keluarganya (Nurfadilla et al, 2021).

Mayoritas responden mengalami menstruasi pertama kali berusia kurang dari 12 tahun. Umur menarche yang dini merupakan salah satu faktor terjadinya dismenore, pada dasarnya umur menarche <12 tahun hormon gonadotropin diproduksi sebelum waktunya. Menarche yang terjadi pada umur sebelum waktunya mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa nyeri pada saat haid (Syafriani et al, 2021).

Tabel 2 Hubungan Antara Depresi dengan Dismenore pada Remaja Putri SMP Negeri 06 Kota Pekalongan

Kategori Depresi	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Total	P Value
Normal	8	45	57	13	123	0,044
Ringan	5	10	16	13	44	
Sedang	1	4	10	1	16	
Berat	0	3	1	1	5	
Sangat berat	0	0	0	1	1	
Total	14	62	84	29	189	

Hasil uji analisa hubungan antara depresi dengan kejadian dismenorea menggunakan uji Chi Square dengan bantuan program computer diperoleh nilai p sebesar 0,044. Nilai p value tersebut lebih kecil dari nilai signifikan atau Sig.(2-tailed), yaitu sebesar 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara depresi dengan kejadian dismenorea pada remaja Putri SMP N 06 Pekalongan.

Berdasarkan hasil penelitian pada 189 responden siswa di SMP N 06 Pekalongan, didapatkan mayoritas remaja depresi mengalami dismenore, yaitu sebanyak 175 orang, dan remaja yang tidak mengalami dismenore sebanyak 14 orang. Hasil ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Unsal et al, menyebutkan sebagian besar orang yang mengalami depresi akan mengalami dismenorea dengan persentase 51,6%.

Hasil penelitian menunjukkan adanya hubungan yang signifikan antara depresi dengan dismenore. Penelitian ini didukung oleh Hong et al dan Habibi et al yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara faktor depresi dengan dismenore. Remaja yang mengalami depresi biasanya tidak

terdiagnosis di awal, remaja akan terdiagnosis setelah mengalami kesulitan serius di sekolah atau pada saat menyesuaikan diri dengan teman sebayanya. Hal ini disebabkan oleh respon gangguan depresi yang tidak terlalu berbeda karakteristiknya dengan kondisi emosional remaja. Remaja seringkali dianggap sebagai masa mengalami kekacauan emosi. *Women's health* melaporkan sebanyak 48% remaja menderita depresi dan mengalami nyeri saat menstruasi. Depresi dapat mengganggu sistem endokrin, sehingga menyebabkan menstruasi yang tidak teratur dan nyeri saat menstruasi atau dismenore.

Penelitian lainnya, yaitu Bakti Yuniyanti, dkk yang dilakukan pada siswi kelas X dan XI SMK Bhakti Karya Kota Magelang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat depresi dengan tingkat dismenore dengan nilai p-value sebesar 0,0001. Berdasarkan penelitian tersebut dikatakan bahwa hormon vassopresin dan katekolamin yang meningkat pada kondisi depresi ketika menstruasi dapat meningkatkan kontraksi miometrium dan menyebabkan vasokonstriksi pembuluh darah uterus sehingga menyebabkan iskemia dan menimbulkan nyeri menstruasi (Yuniyanti Bakti, Masini, 2021).

Tabel 3 Hubungan Antara Kecemasan dengan Dismenore pada Remaja Putri SMP N 06 Kota Pekalongan

Kecemasan	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Total	P Value
Normal	8	45	57	13	123	0,177
Ringan	5	10	16	13	44	
Sedang	1	4	10	1	16	
Berat	0	3	1	1	5	
Sangat berat	0	0	0	1	1	
Total	14	62	84	29	189	

Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian dismenore adalah faktor kecemasan pada remaja yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan, faktor konstitusi seperti anemia, faktor pengetahuan, dan faktor endokrin atau hormon yang dikarenakan endometrium memproduksi hormon prostaglandin.

Setelah diuji Pada Tabel 2, hasil uji chi square tidak didapatkan hubungan antara kecemasan dengan dismenore (Pearson chi square = 0,05, $p=1,77$) di SMP negeri 6 pekalongan sehingga hipotesis yang menyatakan bahwa tidak ada hubungan kecemasan dengan kejadian dismenore terbukti secara statistik. Hasil penelitian

sejalan dengan penelitian Handayani dkk (2013) hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa hasil uji chi square tidak didapatkan hubungan antara kecemasan dengan dismenore (Pearson chi square = 0,05, $p=0,82$).

Kecemasan adalah rasa khawatir atau rasa takut yang kita rasakan karena akan terjadinya sesuatu pada diri kita, kecemasan juga dapat diartikan kejadian dalam hidup yang menghadapi tuntutan, persaingan serta bencana membawa dampak terhadap kesehatan fisik dan psikologis dan yang berdampak kepada psikologis dapat menimbulkan kecemasan.

Tabel 4 Hubungan Antara Stress dengan Dismenore pada Remaja Putri SMP N 06 Kota Pekalongan

Stress	Normal	Ringan	Sedang	Berat	Total	P Value
Normal	8	45	57	13	123	0,028
Ringan	5	10	16	13	44	
Sedang	1	4	10	1	16	
Berat	0	3	1	1	5	
Sangat berat	0	0	0	1	1	
Total	14	62	84	29	189	

Indikator stress yang ditandai dengan rasa cemas berlebih yang menguras energi, mudah merasa kesal dan sulit bersikap tenang dalam kondisi tertentu, mudah tersinggung, mudah marah karena hal sepele, dan merasa gelisah.

Hasil analisis kuesioner penelitian menunjukkan bahwa gejala dan tanda yang paling umum dialami setiap responden terkait dengan dismenore primer yakni nyeri perut bagian bawah dan sekitarnya. Selain itu, terdapat gejala dan tanda lain seperti sakit kepala, pucat, keringat dingin, mual, muntah, lemas, dan diare. Adapun sebagian dari

responden yang mengalami nyeri berat mengeluhkan sesak napas dan bahkan pingsan. Hasil studi terdahulu, Lail (2019) dan Petraglia dkk. (2017) menemukan bahwa gejala utama dismenore termasuk kram, sakit bagian bawah perut, sakit bagian bawah punggung belakang, pingsan, mual, demam, muntah, diare, kelelahan, sakit kepala, dan insomnia.

Berdasarkan hasil uji analisis hubungan antara variabel stress dengan kejadian dismenore dengan uji chi-square, diperoleh nilai p sebesar 0,028. Nilai p value tersebut lebih kecil dari nilai signifikan atau Sig.(2-tailed), yaitu sebesar 0,05. Hasil tersebut menunjukkan bahwa H_0 ditolak yang berarti terdapat hubungan antara stress dengan kejadian dismenore pada remaja putri SMPN 06 Kota Pekalongan.

Menurut Nida dan Sari (2016), faktor psikologi seperti ketidakstabilan emosi dan stres adalah penyebab nyeri menstruasi. Stress menekan pinggul dan otot punggung bagian bawah secara tidak sadar yang akhirnya menyebabkan dismenore primer. Studi tambahan oleh Sari dkk (2015) menemukan bahwa stress dapat menyebabkan penurunan ketahanan terhadap rasa nyeri, sehingga stress berhubungan dengan dismenore primer pada remaja. Remaja yang mengalami stress tinggi sangat berisiko mengalami dismenore primer.

Remaja yang mengalami stress tinggi sangat berisiko mengalami dismenore primer. Pada saat stres, melalui saraf indra stresor akan diteruskan ke bagian saraf otak yang disebut *lymbic system* (neurotransmitter), selanjutnya stimulus akan diteruskan ke kelenjar-kelenjar hormonal (endokrin) yang merupakan sistem imunitas tubuh dan organ-organ tubuh yang dipersarafinya. Stimulus tadi akan mengakibatkan produksi hormon adrenalin meningkat kemudian

masuk ke peredaran darah dan mempengaruhi jantung (berdebar-debar), tekanan darah meninggi, asam lambung meningkat, emosi tidak terkendali, dan lain sebagainya. Gangguan pada sistem endokrin yang mengalami stres berupa gangguan menstruasi yang tidak teratur dan dismenore.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil analisis, terdapat hubungan antara tingkat depresi dan stress dengan dismenore primer yang diderita remaja putri SMPN 06 Kota Pekalongan. Sedangkan kecemasan tidak memiliki signifikansi pada kejadian dismenore.

Diharapkan remaja yang mengalami dismenore primer agar dapat mengolah manajemen stres yang terjadi pada dirinya, sehingga tidak diperparah menjadi depresi. Manajemen stress merupakan alternatif upaya mengendalikan tubuh dengan tidur yang cukup, latihan olah rasa dan jiwa melalui meditasi, berolahraga secara rutin dan menjaga pola makan yang sehat sehingga membangun suasana psikis, mental, dan fisik yang lebih baik serta meminimalisir risiko mengalami dismenore primer

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terimakasih kepada Kepala Sekolah SMPN 06 Kota Pekalongan beserta jajarannya yang telah memberi kesempatan dan izin untuk dapat dilakukannya penelitian serta proses pengambilan data di SMPN 06 Kota Pekalongan. Terimakasih juga penulis sampaikan untuk seluruh responden yang telah bersedia dilakukan pengambilan data dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

Andini Cahyaningsih1, A. H. (2021). Hubungan Kualitas Tidur, Status

- Gizi, Dan Tingkat Stres Dengan Derajat Dismenore Primer Pada Remaja Putri Kelas X Di SMAN 7 Malang . *Jurnal Rumpun Ilmu Kesehatan*.
- Diana Sari¹, A. E. (2015). Hubungan Stres dengan Kejadian Dismenore Primer pada Mahasiswi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Andalas. *Jurnal Kesehatan Andalas No.4 Vol.2*.
- Dino Gagah¹, D. G. (2021). Hubungan Antara Depresi dengan Dismenorea pada Pasien Poli Psikiatri Rumah Sakit Budi . *Zona Kedokteran Vol.11 No.3*.
- Eskawati Simarmata¹, M. P. (2023). Hubungan Pengetahuan, Tingkat Kecemasan Remaja Putri dan Indeks Masa Tubuh dengan Kejadian Dismenore. *Babul Ilmi_Jurnal Ilmiah Multi Science Kesehatan Vol. 15, No. 2*.
- Handayani, I. L. (2013). Dismenore dan Kecemasan pada Remaja . *Sari Pediatri, Vol. 15, No. 1*.
- Mariagiulia Bernardi, L. L. (2017). Dysmenorrhea and related disorders. *F1000 Research*.
- Marlin, J. (2021). Hubungan Dismenore Dengan Tingkat Kecemasan Pada Reamaja Putri Kelas VII di SMP N 5 Kerinci . *Perpustakaan Universitas Adiwangsa Jambi*.
- Nancy H. Kojo, T. M. (2021). Hubungan Faktor-faktor yang Berperan untuk Terjadinya Dismenore pada Remaja Putri di Era Normal Baru . *e-CliniC Vol.9 No. 2*.
- Nurul Fathiyyah¹, C. P. (2024). Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Dismenore Primer Terhadap Kualitas Hidup Wanita ; Tinjauan Pustaka. *Indonesia Journal of Health Science Vol.4 No.6*.
- Pujiati, E. (2024). Tingkat Stress Terhadap Intensitas Dismenore Primer Pada Remaja Putri : Studi – Cross Sectional. *Jurnal Ilmu Keperawatan dan Kebidanan Vol. 15 No.1*.
- R Tri Rahyuning Lestari¹, G. R. (n.d.). Pentingnya Remaja Putri Memiliki Pengetahuan yang Baik Dalam Mengendalikan Kecemasan Menghadapi Dismenore Primer . *Journal of Telenursing (JOTING) Vol.5 No.1, 2023*.
- Rima Maratun Nida, D. S. (2016). Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja Siswi Kelas XI SMK Muhammadiyah Waktukelir Sukoharjo. *Kebidanan Dan Kesehatan Tradisional, Volume 1, No 2*.
- Widhy Rahmadilla Garnadi¹, D. N. (2023). Gambaran Hubungan Tingkat Pengetahuan Dismenorea Terhadap Perilaku Swamedikasi Primer Siswi Kelas VIII SMPN 1 Padaherang T.A 2022/2023 . *Pharmacy Genius*.
- Sri Rejeki¹, N. K. (2019). Hubungan Tingkat Stres Dan Karakteristik Remaja Putri Dengan Kejadian Dismenore Primer . *Jurnal Kebidanan, 8 (1)*.
- Hasna Nurfadillah, S. M. (2021). Faktor-Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Universitas Siliwangi. *Jurnal Kesehatan komunitas Indonesia Vol 17 no 1*.
- Syafriani, N. A. (2021). Hubungan Status Gizi Dan Umur Menarche Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri Di Sman 2 Bangkinang Kota 2020. *Jurnal Ners Volume 5 Nomor 1*