

HUBUNGAN DISMINOREA DENGAN AKTIVITAS BELAJAR PADA REMAJA PUTRI DI SMK NEGERI 1 TABANAN TAHUN 2020

Desak Made Firsia Sastra Putri,^{1,2} Putri Purnayanti^{1,2}

¹Prodi S1 Keperawatan Ners, ²STIKES Advaita Medika Tabanan
Korespondensi penulis: firshasastra86@gmail.com

Abstrak

Latar belakang: Remaja atau masa pubertas merupakan masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa. Remaja merupakan mereka yang berada di rentan usia 10-19 tahun. Pada tahap ini remaja pasti akan mengalami suatu keadaan yang dinamakan menstruasi. Banyak gangguan menstruasi yang biasanya menyebabkan ketidaknyamanan fisik bagi seorang perempuan yang dapat mengganggu aktivitas mereka. Salah satu gangguan menstruasi ini biasanya menyebabkan ketidaknyamanan fisik yaitu dismenorea. Dismenorea merupakan kondisi dimana rasa yang sangat sakit di bagian perut dari mulai perut bagian bawah yang terkadang sakitnya bisa meluas sampai ke bagian pinggang, punggung bawah dan paha

Tujuan: Mengetahui hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar pada remaja putri di SMK Negeri 1 Tabanan tahun 2020.

Metode: Menggunakan teknik *total sampling*, jumlah responden sebanyak 37 orang remaja putri. Uji hipotesis dalam penelitian ini menggunakan *Spearman Rank*. Hasil penelitian menunjukkan 17 responden (45,9%) mengalami dismenorea sedang dan sebanyak 18 responden (48,6%) mengalami aktivitas belajar cukup. Didapatkan nilai *p value* sebesar = 0,003 dengan nilai koefisien sebesar 0,9 yang artinya ada hubungan yang signifikan antara dismenorea dengan aktivitas belajar pada remaja putri.

Simpulan : Ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar pada remaja putri, dengan nilai koefisien sebesar 0,9 yang artinya terdapat kekuatan hubungan yang kuat dan menunjukkan hubungan yang positif.

Kata Kunci: Aktivitas belajar, Disminorea, Remaja

1. Pendahuluan

Masa remaja merupakan salah satu tahap dalam kehidupan manusia yang sering disebut sebagai masa pubertas yaitu masa peralihan dari anak-anak ke masa dewasa. Menurut World Health Organization (WHO), remaja merupakan mereka yang berada di rentan usia 10-19 tahun. Menurut MenKes tahun 2013 total penduduk 28% atau 64 juta jiwa ialah usia remaja. Usia remaja merupakan suatu periode transisi dalam upaya menemukan jati diri dan kedewasaan biologis serta psikologi. Menurut hasil Survey Demografi dan Kesehatan Indonesia (SDKI) tahun 2012 jumlah penduduk dengan usia 10- 19 tahun mencapai 48 per 1000

perempuan (Departemen Kesehatan RI 2013).

Pada tahap ini remaja akan mengalami suatu perubahan fisik, emosional dan sosial sebagai ciri dalam masa pubertas (Panuju dan Umami, 2010). Remaja pasti akan mengalami suatu keadaan yang dinamakan menstruasi. Menstruasi atau datang bulan merupakan salah satu ciri dari perempuan yang sudah mengalami transisi dari kanak-kanak ke dewasa dengan ditandai dari menarch (menstruasi pertama) sampai dengan menopause (berakhirnya masa menstruasi) (Pieter *et al.* 2011 dalam Yuniyanti *et al.* 2014). Menstruasi adalah perdarahan secara periodik dan siklus dari

uterus, disertai pelepasan (deskuamasi) endometrium. Banyak gangguan menstruasi yang biasanya menyebabkan ketidaknyamanan fisik bagi seorang perempuan yang dapat mengganggu aktivitas mereka. Salah satu gangguan menstruasi ini biasanya menyebabkan ketidaknyamanan fisik yaitu dismenorea (Proverawati, 2014).

Berbagai macam faktor telah dicoba diidentifikasi untuk mengetahui faktor-faktor risiko yang terkait dengan kejadian dismenorea. Adapun yang termasuk di dalamnya ialah usia. Puncak kejadian dismenorea berada pada rentang usia remaja menuju dewasa yaitu 15 hingga 25 tahun dan akan menurun setelah melewati rentang usia tersebut. Selain usia, faktor risiko lain yang sering di teliti terkait dengan kejadian dismenorea ialah aktivitas belajar siswa. Remaja putri mengalami aktivitas belajar cukup dikarenakan belum sepenuhnya mengetahui dampak dari dismenorea yang menimbulkan kekhawatiran berlebihan sehingga tidak fokus saat mendengarkan penjelasan guru saat jam pelajaran. Akibat nyeri yang berkelanjutan menyebabkan remaja putri untuk tidak masuk sekolah. Faktor yang menyebabkan remaja putri mengalami aktivitas belajar cukup dikarenakan saat menstruasi remaja putri mengalami nyeri berat yang berdampak terhadap ketidaknyamanan mengikuti dan mendengarkan penjelasan dari guru. Berdasarkan data sebanyak 10% remaja putri mengalami aktivitas belajar kurang, hal ini perlu ditingkatkan dengan cara mengurangi rasa nyeri haid dengan mengkonsumsi obat penurun rasa nyeri haid dan mengurangi rasa cemas yang berlebihan saat haid karena sebagai gejala normal untuk meningkatkan kesuburan remaja putri. Cara lain yang perlu dilakukan guru saat memberikan pelajaran sehingga tidak menimbulkan rasa bosan pada siswa dengan menciptakan proses belajar yang nyaman dan tidak membosankan salah satunya adalah dengan lebih banyak melakukan

interaksi dan tanya jawab. Saat ini Remaja putri mengalami aktivitas belajar yang cukup dikarenakan disminorea yang dialaminya. Hal ini dibuktikan dari hasil studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti di SMK N 1 Tabanan pada tanggal 18 Oktober 2019. Dari 10 siswi yang diwawancarai hanya dua orang siswi yang mengungkapkan ketika mengalami disminore dapat mengikuti proses belajar dengan baik sedangkan delapan siswi lainnya mengalami kesulitan untuk berkonsentrasi selama jam pelajaran, mudahmerasa lelah dan malas sepanjang hari. Bahkan banyak siswi yang absensi selama dua sampai tiga hari dengan alasan kram di perut bagian bawah, merasa tidak enak badan, pusing dan takut tembus.

2. Metode Penelitian

Penelitian ini menggunakan metode analitik kuantitatif dengan menggunakan pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 37 siswa jurusan teknik komputer jaringan (TKJ) yang terdiri dari siswa putri kelas X berjumlah 18 orang dan siswa putri kelas XI berjumlah 19 orang di SMK Negeri 1 Tabanan tahun 2020. Sampel dalam penelitian ini yaitu sebanyak 37 siswa putri kelas X dan XI jurusan teknik komputer jaringan (TKJ) yang diambil secara total sampling. Penelitian akan dilakukan selama satu hari pada bulan juni 2020 yang bertempat di SMK Negeri 1 Tabanan. Pengumpulan data dilakukan dengan cara memberi seperangkat pertanyaan atas pernyataan tertulis kepada responden untuk dijawabnya (Sugiono, 2017). Dalam penelitian ini ada dua variabel yang akan diteliti yaitu hubungan disminorea dengan aktivitas belajar. Data diolah dengan analisis kuantitatif dimana dalam penelitian ini adalah analisa univariat dan bivariat. Analisa dilakukan dengan bantuan *software* komputer SPSS.

3. Hasil dan Pembahasan

Tabel 1 Distribusi responden berdasarkan umur di SMK Negeri 1 tabanan

Umur	Frekuensi (f)	Persentase (%)
16 tahun	13	35,1
17 tahun	5	13,5
18 tahun	19	51,4
Total	37	100

Tabel 2 Distribusi frekuensi dismenorea pada remaja putri di SMK Negeri 1 Tabanan

Dismenorea	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Ringan	11	29,7
Sedang	17	45,9
Berat	9	24,3
Total	37	100

Tabel 3 Distribusi frekuensi aktivitas belajar pada remaja putri di SMK Negeri 1 Tabanan

Aktivitas Belajar	Frekuensi (f)	Persentase (%)
Kurang	9	24,3
Cukup	18	48,6
Baik	19	27,0
Total	37	100

Tabel 4 Hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar pada remaja putri di SMK Negeri 1 Tabanan

Dismenore	Aktivitas Belajar				p-value	r
	Kurang f (%)	Cukup f (%)	Baik f (%)	Total		
Ringan f (%)	3 (27,3%)	5 (45,5%)	3 (27,3%)	11 (29,7)	0,003	0,9
Sedang f (%)	4 (23,5%)	8 (47,1%)	5 (29,4)	17 (45,9)		
Berat f (%)	2 (22,2%)	5 (55,6%)	2 (22,2%)	9 (24,3)		
Total	9 (24,3%)	18 (48,6)	10 (27,0)	37 (100%)		

Berdasarkan tabel di atas, dari 37 responden diketahui umur remaja terbanyak yang ada di SMK Negeri 1 Tabanan yaitu usia 18 tahun yang berjumlah 19 responden (51,4%). Berdasarkan tabel 2, dari 37 responden persentase tertinggi yang dialami remaja putri saat dismenorea yaitu dismenorea sedang dengan jumlah 17 responden (45,9%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Dwi Pranya Iswari *et al* (2014) yang menyatakan bahwa tidak satupun responden yang tidak mengalami dismenorea. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karakteristik gejala dismenorea berdasarkan derajat nyerinya yang paling banyak dialami

responden adalah dismenorea sedang sebanyak 17 siswa (45,9%) sedangkan dismenore berat yaitu 9 siswa (24,3%). Penelitian yang serupa juga dilakukan oleh (Amaliya Alimudin, 2017) yang menyatakan bahwa mayoritas siswa yang mengalami dismenorea sedang mengakibatkan aktivitas belajarnya terganggu. Responden yang mengalami dismenorea sedang sebanyak 17 (45,9%), responden yang mengalami dismenorea ringan sebanyak 11 (29,7%) dan responden yang mengalami dismenorea berat sebanyak 9 (24,3%).

Berdasarkan tabel di atas dijelaskan bahwa dari 37 responden sebagian besar aktivitas belajarnya cukup dengan jumlah 18

responden (48,6%). Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Amaliya Alimudin, 2015) yang menyatakan bahwa aktivitas belajar cukup sebanyak 72 (66%), aktivitas belajar kurang sebanyak 29 (27%), dan aktivitas belajar baik sebanyak 8 (7%). Banyak remaja putri yang mengalami gangguan dalam aktivitas belajar yang diakibatkan karena dismenorea (nyeri haid) yang dirasakan dalam proses belajar mengajar yang menyebabkan remaja putri sulit untuk berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika mengalami dismenorea. Hal tersebut membuat sebagian prestasinya kurang baik karena sering tidak mengikuti pembelajaran di sekolah.

Berdasarkan tabel 4 di atas menggambarkan bahwa remaja putri yang mengalami dismenorea ringan sebanyak 11 responden (30%) dengan aktivitas belajar kurang sebanyak tiga responden (27,3%), aktivitas belajar cukup sebanyak lima responden (45,5%) dan aktivitas belajar baik sebanyak tiga responden (27,3%). Remaja putri yang mengalami dismenorea sedang sebanyak 17 responden (46%) dengan aktivitas belajar kurang sebanyak empat responden (23,5%), aktivitas belajar cukup sebanyak delapan responden (47,1%) dan aktivitas belajar baik sebanyak lima responden (29,4%). Remaja putri yang mengalami dismenorea berat sebanyak sembilan responden (24%) dengan aktivitas belajar kurang sebanyak dua responden (22,2%), aktivitas belajar cukup sebanyak lima responden (55,6%) dan aktivitas belajar baik sebanyak dua responden (22,2%).

Berdasarkan uji statistik spearman rank yang digunakan dalam menganalisis kedua variabel, didapatkan hasil nilai p adalah 0,003 yang memiliki nilai kurang dari 0,05 yang berarti H_0 diterima yaitu ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar pada remaja putri di SMK Negeri 1 Tabanan. Kekuatan hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar yaitu 0,9 yang artinya terdapat hubungan yang kuat dan menunjukkan hubungan yang positif. Penelitian ini sejalan dengan penelitian

sebelumnya yang dilakukan oleh (Amaliya Alimudin, 2015) yang menunjukkan bahwa ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar pada remaja putri dengan nilai $p < 0,05$ ($p = 0,00$) artinya H_0 ditolak dan H_a diterima sehingga hasil penelitian ini menunjukkan bahwa remaja putri yang mengalami dismenorea sedang dan berat merasa bahwa aktivitas belajarnya terganggu dan berpengaruh terhadap prestasi di sekolah. Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh (Fersta, 2014) yang menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang bermakna antara dismenore dengan aktivitas belajar $p < 0,01$ penelitian ini menunjukkan jika seorang remaja putri yang mengalami dismenorea maka aktivitas belajar mereka di sekolah terganggu karena tidak dapat berkonsentrasi belajar pada saat proses belajar mengajar dan motivasi belajar akan menurun dan tidak jarang hal ini membuat mereka jarang masuk ke sekolah serta kualitas hidup menurun.

4. Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan peneliti dapat disimpulkan bahwa Terdapat hubungan antara dismenorea dengan aktivitas Belajar di SMK N 1 Tabanan.

5. Referensi

- Alimuddin, A.(2017). *Hubungan Disminorea Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswa Prodi DIV Jurusan Kebidanan*. Kendari: Amaliya Alimuddin
- Astrida, Rakhma. (2012) *Gambaran Derajat Dismenore Dan Upaya Penanganannya Pada Siswi Menengah Sekolah Kejuruan Arjuna Depok Jawa Barat*. Thesis Jakarta UIN Syarif Hidayatullah.
- Atikah Proverawati dan Siti Misaroh.(2012). *Menarke Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Iswari. P D, Surinati, & Mastini, (2014). *Hubungan Disminorea dengan Aktivitas Belajar Mahasiswa PSIK FK UNUD*

- Nursalam. (2010). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Pedoman Skripsi Tesis dan Instrument Penelitian*. Jakarta: Salemba Medika
- Proverawati dan Misaroh. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika
- Pakaya, Desriani (2014). *Hubungan Faktor Resiko dengan Kejadian Dismenorea Primer pada Siswi Kelas VIII SMPN 6 Gorontalo Tahun 2013*. Gorontalo: Universitas Negeri Gorontalo
- Panuju, Panut dan Ida Umami. (2010) *Psikologi Remaja*, Yogyakarta: Tiara Wacana Yogya.
- Sugiyono. (2017). *Metode Penelitian Kuantitatif, Kualitatif, Dan R&D*. Bandung: Alfabeta