

HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR SISWI DI SMA NEGERI 1 SUNGGUMINASA GOWA

Firawati

STIKES Nani Hasanuddin Makassar

Alamat korespondensi : (khanzaalifyaazzahra@gmail.com/082191661439)

ABSTRAK

Dismenore merupakan gangguan menstruasi yang sering dialami oleh remaja putri. Dismenore ditandai dengan nyeri perut bagian bawah dan dapat disertai dengan gejala lainnya. Dismenore juga menyebabkan perubahan emosional seperti tidak mampu berkonsentrasi, dan perubahan mood yang berubah-ubah. Dismenore sangat berdampak pada aktivitas belajar siswi disekolah menjadi terganggu dan tidak jarang hal ini membuat mereka tidak masuk sekolah. Selain itu dismenore menyebabkan siswi tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun. Intensitas nyeri dismenore yang dirasakan pada setiap remaja putri berbeda-beda. Tujuan dari penelitian ini adalah di ketahuinya hubungan dismenore dengan aktivitas belajar di SMA Negeri 1 Sungguminasa Gowa. Penelitian ini merupakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan cross sectional. Teknik pengambilan sampel adalah teknik insidental sampling. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas X MIPA dan BHS sebanyak 328 orang dan didapatkan 86 sampel sesuai dengan kriteria inklusi. Pengumpulan data dilakukan dengan menggunakan kuesioner dan wawancara. Data yang telah terkumpul diolah dan dianalisis dengan analisis univariat dan analisis bivariat. Penelitian menggunakan uji korelasi dan di dapatkan nilai signifikansi sebesar 0,000 yang artinya nilainya lebih kecil dari 0,05 sehingga ada hubungan dismenore dengan aktivitas belajar. Dan nilai person correlation diperoleh nilai $r = 0,559$ nilai tersebut berada di antara 0,41-0,60 artinya tingkat hubungan dismenore dengan aktivitas belajar siswi di SMA Negeri 1 Sungguminasa Gowa termasuk kategori kolerasi sedang. Kesimpulan penelitian ini yaitu ada hubungan dismenore dengan aktivitas belajar siswi di SMA Negeri 1 Sungguminasa Gowa. Saran Di harapkan kepada guru untuk memberikan kesempatan beristirahat kepada siswi yang sedang mengalami dismenore atau menyarankan untuk memeriksakan kesehatan siswi di tenaga kesehatan dan Bagi pelajar diharapkan untuk lebih menjaga kesehatan untuk mengurangi rasa nyeri dismenore agar tidak mengganggu aktivitas belajar.

Kata kunci : Dismenore, Aktivitas Belajar

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah suatu fase dimana fase perkembangan yang dinamis dalam kehidupan seseorang. Masa ini merupakan periode transisi dari masa anak ke masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan fisik, mental, emosional, dan sosial. Perubahan yang paling muncul yaitu perubahan biologis. Salah satu tandanya keremajaan secara biologis, yaitu mulainya remaja mengalami menstruasi. Menstruasi dimulai saat pubertas dan kemampuan seorang remaja untuk mengandung anak atau masa reproduksi (Puji, 2010).

Masa remaja adalah termasuk mereka yang berada pada Usia 12-18 tahun (Janiwarty dan Pieter, 2013). Masa remaja adalah suatu peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang berjalan antara umur 12-21 tahun ditandai dengan adanya perubahan psikis, fisik dan psikososial. Perubahan paling awal muncul adalah perubahan secara biologis (Dewi, 2012).

Salah satu gangguan menstruasi yaitu dismenore, yang menyebabkan aktivitas remaja terbatas khususnya aktivitas belajar disekolah (Laila, 2012). Seseorang siswi mengalami dismenore menyebabkan aktivitas belajar mereka di sekolah terganggu sehingga konsentrasi belajar dan motivasi belajarnya menurun dan tidak jarang hal ini membuat mereka tidak masuk sekolah (Ningsih, 2011).

Nyeri haid/ dismenore adalah keluhan ginekologis akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga mengakibatkan timbul rasa nyeri yang paling sering terjadi pada wanita. Wanita yang mengalami dismenore memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak dari wanita yang tidak dismenore. (Ernawati, 2010)

Menurut WHO angka kejadian dismenore di dunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami dismenore. Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder, di Provinsi

Sulawesi selatan angka kejadian dismenore sebesar 158,8 %, Dinkes makassar tidak di ketahui dan di Kotamadya Makassar tahun 2008 diperoleh jumlah dismenore sebesar 93,8% (Susanto 2008).

BAHAN DAN METODE

Lokasi, Populasi, dan Sampel

Penelitian ini adalah jenis penelitian kuantitatif, jenis rancangan cross sectional. Dan dilaksanakan di SMA Negeri 1 Sungguminasa Gowa, pada tanggal 06 Desember 2017 sampai dengan 06 Januari 2018. Populasi dalam penelitian ini adalah semua siswi kelas X MIPA dan BHS yang berjumlah 328 Siswi di SMA Negeri 1 Sungguminasa Gowa.

1. Kriteria Inklusi
 - a. Siswi kelas X MIPA dan BHS SMA Negeri 1 Sungguminasa.
 - b. Siswi yang pernah atau sedang mengalami dismenore.
 - c. Siswi yang hadir pada saat penelitian.
 - d. Siswi yang bersedia menjadi responden.
2. Kriteria Eksklusi
 - a. Siswi yang tidak kooperatif.
 - b. Siswi yang tidak bersedia menjadi responden.

Pengumpulan Data

1. Data primer
Data yang diambil dengan memberikan kuesioner yang dibuat oleh peneliti kepada responden.
2. Data sekunder
Data yang diambil dari tata usaha SMA Negeri 1 Sungguminasa.

Pengolahan Data

1. *Editing*
Setelah data terkumpul peneliti akan mengadakan seleksi yakni memeriksa semua kuesioner (kelengkapan, kesinambungan dan keseragaman data) yang telah diisi mengenai kebenaran data yang sesuai dengan variabel
2. *Koding*
Untuk memudahkan pengolahan data, maka semua jawaban atau data diberi kode.
3. *Tabulasi*
Setelah data terkumpul dan tersusun, selanjutnya data dikelompokkan dalam satu tabel menurut sifat-sifat pengelompokan atau sesuai tujuan penelitian selanjutnya akan dianalisa secara statistik.

Analisis Data

1. Analisis Univariat
Analisa univariat bertujuan untuk menjelaskan atau mendeskripsikan karakteristik setiap variabel penelitian.
2. Analisis Bivariat
Analisis bivariat berfungsi untuk mengetahui hubungan antara variabel independen (dismenore) dan variabel dependen (aktivitas belajar).

HASIL PENELITIAN

1. Analisis Univariat
Tabel 1 Distribusi Siswi di SMA Negeri 1 Sungguminasa Gowa 2018

Karakteristik	n	%
Umur		
14 tahun	15	17,4
15 tahun	46	53,5
16 tahun	25	29,1
Dismenore		
Dismenore berat	50	58
Dismenore sedang	36	41
Aktivitas Belajar		
Terganggu	45	52
Tidak terganggu	41	47

Berdasarkan tabel 1 menunjukkan bahwa distribusi frekuensi responden berdasarkan umur, responden yang berumur 14 tahun sebanyak 15 responden (17,4%), berumur 15 tahun sebanyak 46 responden (53,5%) dan berumur 16 tahun sebanyak 25 responden (29,1%). Berdasarkan table diatas menunjukkan bahwa dari 86 (100%) responden yang diteliti, ditemukan bahwa responden yang mengalami dismenore berat sebanyak 50 responden (58,1%) dan responden yang mengalami dismenore sedang sebanyak 36 responden (41,9%). Table menunjukkan bahwa dari 86 (100%) responden yang diteliti, ditemukan bahwa responden yang memiliki aktivitas belajar terganggu sebanyak 45 responden (52,3%) dan yang memiliki aktivitas belajar tidak terganggu Sebanyak 41 Responden (47,7%).

2. Analisis Bivariat
Tabel 2 Dismenore dengan Aktivitas Belajar di SMA Negeri 1 Sungguminasa Gowa tahun 2018

Dismenore	Aktivitas Belajar				Total	
	Terganggu		Tidak Terganggu			
	n	%	n	%	n	%
Berat	38	44	12	14	50	58
Sedang	7	8	29	33	36	41
Total	68	79	18	20	86	100

$p=0,05$

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa dari 50 responden dismenore berat di dapatkan 38 (44,2%) responden yang aktivitas belajarnya terganggu dan 12 (14,0%) aktivitasnya tidak terganggu, sedangkan dari 36 responden di dapatkan dismenore sedang, di dapatkan 7 (8,1%) responden yang aktivitas belajarnya terganggu dan 29 (33,7%) responden yang aktivitas belajarnya tidak terganggu. Berdasarkan uji korelasi diperoleh nilai $r=0,559$ yang menunjukkan ada korelasi dari hubungan kedua variabel tersebut.

PEMBAHASAN

Dismenore adalah nyeri perut dan terjadi selama masa menstruasi (Saraswati, 2015). Aktivitas belajar adalah aktivitas didorong oleh kebutuhan, motivasi untuk mencapai tujuan dengan menggunakan situasi tertentu. (Wahab, 2015).

Berdasarkan tabel 4 dapat diketahui bahwa dari 50 responden dismenore berat di dapatkan 38 (44,2%) responden yang aktivitas belajarnya terganggu dan 12 (14,0%) aktivitasnya tidak terganggu, sedangkan dari 36 responden di dapatkan dismenore sedang, di dapatkan 7 (8,1%) responden yang aktivitas belajarnya terganggu dan 29 (33,7%) responden yang aktivitas belajarnya tidak terganggu

Hal ini sejalan dengan penelitian Kurniawati D (2011) tentang dismenore mengatakan bahwa hasil uji chi square diperoleh nilai $p = 0,059$ dengan tingkat kemaknaan 0,05. yang berarti ada pengaruh yang signifikan antara Dismenore Dengan Aktivitas Belajar.

Berdasarkan nilai uji korelasi dari hasil output yang didapat nilai signifikansi hubungan dismenore dengan aktivitas belajar sebesar 0,000 yang artinya nilainya lebih kecil dari 0,05 maka dapat dikatakan bahwa terdapat hubungan dismenore dengan aktivitas belajar siswi di SMA negeri 1 Sungguminasa, sedangkan nilai person correlation diperoleh nilai $r = 0,559$ nilai tersebut berada di antara 0,41-0,60 artinya tingkat hubungan dismenore dengan aktivitas belajar siswi di SMA Negeri 1 Sungguminasa Gowa termasuk kategori korelasi sedang. Maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan dismenore dengan aktivitas belajar Siswi Di SMA Negeri 1 Sungguminasa.

Dari hasil penelitian dari 50 responden dismenore berat di dapatkan 38 (44,2%) responden yang aktivitas belajarnya terganggu. Dari hasil wawancara responden yang aktivitasnya terganggu, dismenore menyebabkan mereka tidak mampu

melakukan aktivitas seperti biasa dan mengakibatkan konsentrasinya menurun sehingga ada yang meminta izin untuk ke UKS beristirahat dan bahkan meminta izin untuk pulang akibat nyeri yang tidak tertahankan. Dan 12 (14,0%) responden aktivitasnya tidak terganggu, Dari hasil wawancara responden yang aktivitasnya tidak terganggu tetapi dismenore berat mereka mengatakan bahwa mampu mengatasi nyeri dismenore dengan meminum obat-obatan herbal dan non herbal, istirahat yang cukup dan berolahraga. sehingga nyeri tersebut tidak terlalu mengganggu aktivitas dan mereka mampu melakukan aktivitas belajar seperti biasa dikelas. Selain itu yang menyebabkan dismenore berat yaitu endometrium yang mengandung prostaglandin E2 dan F2 dengan desintegrasi endometrium, yang menyebabkan terjadinya pelepasan prostaglandin. Pelepasan prostaglandin lebih dikenal dengan *myom*. Myom bisa menyebabkan terjadinya perdarahan sehingga awal menstruasi sering merasa nyeri (dismenore). Rasa nyeri tersebut bisa terasa begitu kuat dan sangat menyakitkan sehingga mengakibatkan aktivitas belajarnya terganggu. Sukarni dan Wahyu, (2013)

Sedangkan dari 36 orang siswi yang dismenore sedang sebanyak 7 (8,1%) responden yang aktivitas belajarnya terganggu, dari hasil wawancara responden yang dismenore sedang tapi aktivitas belajarnya terganggu di dapatkan bahwa meskipun nyeri tersebut tidak terlalu berat tetapi mereka tidak mampu menahan nyeri tersebut karena diantara mereka ada yang pingsan karena fisik yang begitu lemah dan mengakibatkan perubahan mood yang berubah-ubah dan 29 (33,7%) responden yang aktivitas belajarnya tidak terganggu, dari hasil wawancara mereka mengatakan bahwa nyeri tersebut tidak terlalu mengganggu aktivitasnya sehingga mereka mampu berkonsentrasi dalam proses belajar di kelas.

Enzim yang berperan dalam menstruasi yaitu enzim hidrolitik yang ada dalam endometrium. Kondisi ini menyebabkan regresi endometrium sehingga menyebabkan perdarahan. Sukarni dan Wahyu, (2013)

Dismenore juga mengakibatkan perubahan psikologi seperti perubahan emosional. wanita yang mengalami dismenore mengalami perubahan emosional yaitu cenderung malas melakukan aktivitas, tidak mampu berkonsentrasi dengan baik, mood yang berubah-ubah sehingga dapat mengganggu aktivitas belajarnya di kelasnya.

Menurut asumsi peneliti dismenore juga menyebabkan depresi, yaitu hilangnya fokus

perhatian dan merasa lelah. Kondisi ini memungkinkan berdampak pada siklus menstruasi yang tidak teratur. Dismenore juga mengakibatkan sakit kepala, mual dan sampai muntah bagi yang merasakan nyeri tersebut yang kesehatannya lemah.

KESIMPULAN

Pada penelitian ini ada hubungan antara variabel independen dan variabel dependen atau ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar siswi Di SMA Negeri 1 Sungguminasa Gowa.

SARAN

1. Bagi Guru

Di harapkan kepada guru untuk memberikan kesempatan beristirahat

kepada siswi yang sedang mengalami dismenore atau menyarankan untuk memeriksakan kesehatan siswi di tenaga kesehatan.

2. Bagi siswa Remaja

Bagi pelajar diharapkan untuk lebih menjaga kesehatan untuk mengurangi rasa nyeri dismenore agar tidak mengganggu aktivitas belajar.

3. Bagi peneliti selanjutnya

Di harapkan agar dapat melakukan penelitian lebih lanjut mengenai pengaruh dismenore khususnya di kalangan remaja dan menjelaskan lebih lanjut penyebab dismenore tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

- Janiwarty, B., & Pieter, H.Z. (2013). *Pendidikan Psikologi untuk Bidang Suatu Teori dan Terapaannya*. Rapha Publishing: Yogyakarta.
- Kurniawati, (2011). Pengaruh Dismenore dengan Aktivitas Pada Siswi SMK 1 Surakarta
- Lestari, N.M. (2013). Pengaruh Dismenore pada Remaja *Seminar Nasional FMIPA UNDIKSHA III*.323-329. Diakses pada tanggal 03-10-217.
- Notoatmodjo, S. (2014). *Metode Penelitian Kesehatan*. PT.Rineka Cipta: Jakarta.
- Nursalam, (2013). *Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*, Salemba Medika: Jakarta.
- Saraswati, S. (2015). *52 Penyakit Perempuan*. Katahati: Jogjakarta
- Sukarni, I.K., & Wahyu, P. (2013). *Buku Ajar Keperawatan Maternitas*. Nuha Medika: Yogyakarta.