

**PENGARUH DISMENORE TERHADAP AKTIVITAS BELAJAR MAHASISWI DI
PROGRAM STUDI DIII KEBIDANAN**

Hironima Niyati Fitri¹ Kadek Dwi Ariesthi¹
¹Program Studi DIII Kebidanan, Universitas Citra Bangsa
hironimaniyatifitri89@gmail.com

ABSTRAK

Gangguan menstruasi adalah kondisi ketika Siklus Menstruasi mengalami anomali atau kelainan. Dismenore merupakan salah satu kelainan menstruasi dan merupakan suatu kondisi medis yang terjadi sewaktu haid/menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan yang ditandai dengan nyeri atau rasa sakit di daerah perut maupun panggul. Dismenorea terjadi pada 30-75 % wanita dan memerlukan pengobatan. Survei pendahuluan yang dilakukan menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami nyeri haid (dismenore) merasa tidak konsentrasi dan tidak bersemangat untuk mengikuti kegiatan pembelajaran akibat sakit yang ditimbulkan. Penelitian ini bertujuan untuk menganalisis pengaruh dismenore terhadap aktivitas belajar mahasiswa di program studi DIII Kebidanan. Penelitian ini adalah penelitian deskriptif dengan metode *cross sectional*. Penelitian ini dilakukan mulai Bulan Januari-Februari 2020. Data dikumpulkan dengan bantuan kuesioner. Jumlah sampel pada penelitian ini adalah *total sampling* yaitu 118 orang. Analisis data menggunakan uji korelasi rank spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar ($0,000 < 0,05$) Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat pengaruh dismenore dengan aktivitas belajar pada mahasiswa DIII Kebidanan.

Kata kunci : mahasiswa, dismenore, aktivitas belajar

**EFFECT OF DISMENORE ON STUDENT LEARNING ACTIVITIES IN THE
MIDWIFE STUDY PROGRAM**

ABSTRACT

Menstrual disorders are conditions when the menstrual cycle experiences anomalies or abnormalities. Dysmenorrhea is one of the menstrual abnormalities and is a medical condition that occurs during menstruation / menstruation which can interfere with activities and require treatment that is characterized by pain or pain in the abdomen or pelvis. Dysmenorrhoea occurs in 30-75% of women and requires treatment. Preliminary surveys conducted showed that female students who experience menstrual pain (dysmenorrhea) felt out of concentration and were not eager to participate in learning activities due to the pain caused. This study aims to analyze the effect of dysmenorrhea on student learning activities in the Midwifery Diploma Program. This research is a descriptive study with cross sectional method. This research was conducted from January to February 2020. Data were collected with the help of a questionnaire. The number of samples in this study was a total sampling of 118 people. Data analysis using the Spearman rank correlation test. The results showed that there was a significant relationship between dysmenorrhea with learning activities ($0,000 < 0,05$) The conclusion of this study was that there was an influence of dysmenorrhea with learning activities on Midwifery DIII students

Keywords: female students, dysmenorrhea, learning activities

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. Pada tahap ini remaja akan mengalami suatu perubahan fisik, emosional dan sosial sebagai ciri dalam masa pubertas¹.

Salah satu tanda pubertas pada remaja putri yaitu terjadinya menstruasi². Menstruasi biasanya dimulai antara usia 10 dan 16 tahun dan akan berakhir pada masa menopause yaitu 40- 45 tahun. Pada masa ini remaja tersebut akan mengalami suatu kondisi 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 dismenorea³.

Data dari WHO didapatkan kejadian sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenorea, 10-15% diantaranya mengalami dismenorea berat. Hal ini didukung dengan penelitian yang telah dilakukan diberbagai negara dengan hasil yang mencengangkan, dimana kejadian dismenore primer disetiap negara dilaporkan lebih dari 50%⁴.

Derajat nyeri dan kadar gangguan tentu tidak sama untuk setiap wanita. Ada yang masih bisa bekerja (sesekali sambil meringis), adapula yang tidak sanggup beraktifitas karena nyerinya⁴.

Angka kejadian nyeri menstruasi(Dismenorea) di dunia sangat besar, Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami Dismenorea.⁵ Prevalensi dismenorea primer di Amerika Serikat tahun 2012 pada wanita umur 12-17 tahun adalah 59,7%, dengan derajat kesakitan 49% dismenorea ringan, 37% dismenore sedang, dan 12% dismenore berat yang mengakibatkan 23,6% dari penderitanya tidak masuk sekolah. Pada tahun 2012 sebanyak 75% remaja wanita di Mesir mengalami dismenorea, 55,3%

dismenore ringan, 30% dismenorea sedang, dan 14,8% dismenorea berat. Sebuah penelitian yang dilakukan di India ditemukan prevalensi dismenorea sebesar 73,83% dimana dismenorea berat⁵.

Di Amerika Serikat, prevalensi dismenorea diperkirakan (45–95%). Dismenorea juga bertanggung jawab atas ketidakhadiran saat bekerja dan sekolah, sebanyak (13–51%) perempuan telah absen sedikitnya sekali, dan (5–14%) berulang kali absen. Dalam studi epidemiologi pada populasi remaja (berusia 12-17 tahun) di Amerika Serikat, Klein dan Lift melaporkan prevalensi dismenorea (59,7%). Dari mereka yang mengeluh nyeri, (12%) tergolong berat, (37%) sedang, dan (49%) ringan. Studi ini juga melaporkan bahwa dismenorea menyebabkan (14%) remaja putri sering tidak masuk sekolah^{6,7}.

Nyeri haid (dismenore) merupakan gangguan fisik yang sangat menonjol pada wanita yang sedang mengalami menstruasi berupa gangguan nyeri/kram pada perut⁸. Nyeri haid (dismenore) memiliki dampak yang cukup besar bagi remaja putri karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja putri yang mengalami nyeri haid (dismenore) pada saat menstruasi akan merasa terbatas dalam melakukan aktivitas khususnya aktivitas belajar di sekolah. Menurut Rohmat (2013) aktivitas belajar adalah keterlibatan seseorang dalam bentuk sikap, pikiran dan perhatian dalam kegiatan belajar sebagai penunjang keberhasilan proses belajar mengajar sehingga diperoleh manfaat dari kegiatan tersebut⁹. Remaja putri yang sedang mengalami nyeri haid (dismenore) sekaligus mengikuti kegiatan pembelajaran, dapat menyebabkan aktivitas pembelajaran menjadi terganggu, tidak bersemangat, konsentrasi menjadi menurun bahkan sulit berkonsentrasi sehingga materi yang disampaikan selama pembelajaran tidak dapat diterima dengan baik bahkan sampai ada yang tidak masuk sekolah¹⁰.

Penelitian terdahulu oleh Putri (2017) menunjukkan bahwa siswi yang mengalami

gangguan dalam aktivitas belajar diakibatkan karena nyeri haid yang dirasakan dalam proses pembelajaran. Hal ini menyebabkan siswi sulit untuk berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika mengalami nyeri haid. Siswi yang mengalami nyeri haid (disemenore) pada saat jam pelajaran berlangsung juga ada yang sampai meminta izin untuk pulang dan terkadang ada yang meminta izin untuk diberikan dispensasi beristirahat di ruangan UKS¹⁰.

Survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti didapatkan bahwa 8 dari 39 mahasiswi pernah mengalami nyeri haid (disemenore) saat sedang mengalami menstruasi, merasakan sakit pada bagian perut dan menjalar kebawah bagian panggul, merasa kurang nyaman saat beraktivitas dan tidak bersemangat saat mengikuti pembelajaran disekolah. Berdasarkan penjelasan diatas peneliti melakukan penelitian yang bertujuan untuk mengetahui pengaruh disemenore terhadap aktivitas belajar pada mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Universitas Citra Bangsa

METODE PENELITIAN

Penelitian ini adalah jenis penelitian deskriptif dengan menggunakan metode *cross sectional*, untuk mempelajari pengaruh disemenore terhadap aktivitas belajar mahasiswi. Populasi yang digunakan adalah seluruh mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Universitas Citra Bangsa sebanyak 118 orang. Sampel diambil dengan menggunakan teknik total sampling. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu lembaran kuesioner yang berhubungan dengan nyeri haid (disemenore) dan aktivitas belajar dalam bentuk pilihan ganda (multiple choice). Penelitian dilaksanakan pada bulan Januari-Februari 2020. Pengumpulan data terdiri dari dua tahap yaitu tahap persiapan dan tahap pelaksanaan. Tahap persiapan meliputi permohonan pengadaaan penelitian dengan membuat surat izin dari Institusi yang ditujukan kepada Ketua Prodi DIII

Kebidanan, penyusunan instrumen dan menentukan jadwal penelitian. Tahap pelaksanaan meliputi pengambilan data, pengumpulan dan pengecekan data. Pengambilan data dilakukan dengan cara membagikan kuesioner kepada responden yang telah ditetapkan dengan terlebih dahulu mengisi lembar persetujuan (informed consent). Pengolahan data yang dilakukan meliputi editing, coding, processing, dan cleaning. Analisis data yang digunakan adalah uji korelasi rank spearman karena data berdistribusi tidak normal, untuk melihat apakah terdapat hubungan yang signifikan antara nyeri disemenore dengan aktivitas belajar.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan untuk mengetahui pengaruh disemenore terhadap aktivitas belajar mahasiswi, dengan hasil penelitian sebagai berikut :

Tabel 1. Karakteristik responden

Karakteristik	Jumlah	%
Umur		
17-20 tahun	48	40,7
>20 tahun	70	59,3
Aktivitas belajar		
Terganggu	35	29,7
Tidak terganggu	83	70,3
Riwayat disemenore		
Ya	40	33,9
Tidak	78	66,1

Dari table 1 dapat diketahui bahwa dari 118 sampel, jumlah responden berumur dibawah 20 tahun dan diatas 20 tahun hampir sama besar, namun secara persentase lebih besar responden berumur diatas 20 tahun yaitu sebesar 59,3%. Dari 118 responden, yang mempunyai riwayat disemenore adalah 33,9% dan sebanyak 66,1% tidak mempunyai riwayat disemenore. Dari 40 sampel yang mengalami disemenore saat haid, 35 orangatau sebesar 87,5% diantaranya mengalami gangguan aktivitas belajar.

Table 2. Analisis pengaruh dismenore terhadap aktivitas belajar pada mahasiswi Prodi DIII Kebidanan

		Aktivis belajar
Dismenore	Correlation coefficient	0.907**
	Sig. (2-tailed)	0.000
	N	118

Table 2 menunjukkan bahwa ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi DIII Kebidanan, hal ini ditunjukkan oleh nilai Sig. (2-tailed) indeks massa tubuh yaitu sebesar $0,00 < 0,05$, dimana berarti ada hubungan antara variable independent dengan variable dependet; serta nilai koefisien korelasi adalah 0,907 yang artinya ada hubungan yang sangat kuat antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi. Penelitian ini menunjukkan adanya pengaruh dismenore terhadap aktivitas belajar mahasiswi Prodi DIII Kebidanan Universitas Citra Bangsa.

Dismenorea banyak dialami oleh perempuan muda pada rentang usia 18 - 25 tahun dan berkurang seiring bertambahnya usia^{11,12}. Prevalensi dismenorea tertinggi terjadi pada remaja putri dengan persentase 34,2% termasuk nyeri berat; 36,6% nyeri sedang; dan 29,2% nyeri ringan¹³.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Putri (2017) pada siswi kelas XI SMA Negeri 52 Jakarta, dimana hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara nyeri haid (dismenore) terhadap aktivitas belajar¹⁰. Hal ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan oleh Saguni (2013) yaitu terdapat hubungan antara nyeri haid (dismenore) dengan aktivitas belajar pada remaja putri SMA Kristen 1 Tomohon Manado yang ditunjukkan dari hasil uji statistik ChiSquare nilai $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ yang berarti H_0 ditolak sehingga H_a diterima. Hasil analisa yang didapat mengemukakan bahwa banyaknya responden yang mengalami gangguan dalam aktivitas

belajar diakibatkan karena nyeri haid yang dirasakan dalam proses pembelajaran. Hal ini menyebabkan siswi sulit untuk berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika mengalami nyeri haid¹⁴.

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan Alimuddin (2017) terhadap 64 mahasiswi dengan menggunakan kuisioner menunjukkan bahwa sebanyak 47 (73,4%) mahasiswi terganggu Aktivitas Belajarnya akibat dampak yang disebabkan oleh dismenorea dan hanya 17 (26,6%) mahasiswi yang menjawab bahwa aktivitasnya tidak terganggu. Dapat disimpulkan bahwa gangguan menstruasi yang sering terjadi pada mahasiswi dapat mencegah mahasiswi untuk dapat beraktivitas secara normal. Banyak mahasiswi yang mengalami gangguan dalam aktivitas belajar diakibatkan karena nyeri haid yang dirasakan dalam proses belajar mengajar yang menyebabkan mahasiswi sulit berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika nyeri haid. Hal tersebut membuat sebagian prestasinya kurang begitu baik karena sering tidak mengikuti perkuliahan di kampus⁶.

Penelitian lain yang sejalan yaitu oleh Handayani (2011). Hasil uji statistik Rank Spearman didapatkan nilai p sebesar 0,402 dengan signifikansi $0,003 < \text{taraf signifikansi} (0,05)$ sehingga dapat dinyatakan terdapat hubungan antara dismenore terhadap aktivitas belajar pada siswi SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011. Dalam penelitiannya disebutkan bahwa remaja putri yang mengalami dismenore pada saat menstruasi mempunyai lebih banyak libur sekolah atau absen dan prestasinya kurang begitu baik di sekolah dibandingkan mereka yang tidak mengalami dismenore¹⁵.

Hasil penelitian yang sejalan juga ditunjukkan oleh penelitian yang dilakukan oleh Hanum (2019) bahwa ada hubungan antara nyeri menstruasi (dysmenorrhea) dengan kegiatan proses belajar pada remaja putri di MTs Muhammadiyah 2 Malang¹⁶.

Penelitian ini didukung oleh Fersta (2013) yang menyebutkan bahwa sebanyak 91 (68,9%) remaja putrid di SMK Kristen 1 Tumohon merasa terganggu aktivitas belajarnya karena disebabkan oleh dismenorea dan 41 (31,1%) remaja putrid mengatakan aktivitas mereka tidak terganggu selama masa menstruasi. Hal ini serupa dengan pendapat yang menyebutkan bahwa dampak yang paling sering ditimbulkan oleh dismenorea ialah gangguan aktivitas sehingga wanita dismenorea tidak dapat menjalankan aktivitas sehari-harinya dengan normal. Wanita yang dismenorea dua kali lebih terganggu aktivitasnya dibandingkan dengan yang tidak mengalami nyeri saat menstruasi. Gangguan aktivitas tersebut berupa tingginya tingkat absen dari sekolah maupun kerja, keterbatasan kehidupan social, perfoma akademik, serta aktivitas olahraganya. Tidak masuk sekolah maupun kerja merupakan dampak yang paling sering ditimbulkan oleh dismenorea⁶.

Hasil penelitian untuk kejadian dismenore menunjukkan bahwa dari 118 responden, sebesar 33,9% mengalami dismenore selama haid. Banyak faktor yang menyebabkan terjadinya nyeri haid (dismenore) pada siswi yaitu faktor psikis, fisiologi dan hormonal. Dari 33,9% mahasiswi yang mengalami dismenore, sebanyak 87,5% mengalami gangguan aktivitas belajar.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian, dapat disimpulkan bahwa ada pengaruh dismenore terhadap aktivitas belajar mahasiswi Prodi DIII Kebidanan, hal ini ditunjukkan oleh dari 40 mahasiswi (33,9%) mahasiswi yang mengalami dismenore, sebanyak 87,5% mengalami gangguan aktivitas belajar.

DAFTAR PUSTAKA

1. Panuju, Panut dan Ida Umami. (2005) Psikologi Remaja, Yogyakarta: Tiara Wacana Yogya.
2. Batubara, Jose RL. 2010. Adolescent Development (Perkembangan Remaja). (Online).

- (<http://saripediatri.idai.or.id/pdf/le/12-1-5.pdf>), diakses 18 Februari 2020
3. Proverawati dan Misaroh. 2009. Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika
4. WHO.2010.Disminorea<http://www.who.int/gho/m> dg/poverty_hunger/dismenorea_text/en/index.htm l. Diakses Pada Tanggal 25 Oktober 2016. Diakses Pada Tanggal 25 Oktober 2016 (Anurogo, 2011).
5. Suliawati, Gidul. 2013. Hubungan Umur, Paritas Dan Status Gizi Dengan Kejadian Dismenore Pada Wanita Usia Subur Di Gampong Baitussalam Aceh Besar.Skripsi.Banda Aceh : STIKes U'budiyah.
6. Alimuddin, Amaliya. 2017. Hubungan Dismenorea Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswa Prodi Div Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kendari (Skripsi). Poltekkes Kemenkes Kendari : Jurusan Kebidanan Diploma IV
7. Anurogo, Ditto. (2011) Nyeri Haid. Yogyakarta: Penerbit Andi.
8. Lestari, Ni Made Sri Dewi. 2013. Pengaruh Dismenore pada Remaja, Jurnal Ilmu Kesehatan, (Online). (<http://ejournal.undiksha.ac.id/index.php/semnasmipa/article/view/2725>), diakses 15 Februari 2020
9. Rohmat. 2013. Aktivitas Belajar, Hasil Belajar, Metode Diskusi Dan Pendidikan Kewarganegaraan. (Online). (http://eprints.walisongo.ac.id/984/3/083911045_Bab2.pdf), diakses 18 Februari 2020
10. Putri, Salsabila Alifah. 2017. Hubungan Antara Nyeri Haid (Dismenore) Terhadap Aktivitas Belajar Pada Siswi Kelas XI SMA Negeri 52 Jakarta (Skripsi). Malang : Fakultas Ilmu Keolahragaan Universitas Negeri Malang
11. Kabirian M, Abedian Z, Mazlom SR, Mahram B, Jalalian M. *Self-management in primary dysmenorrhea: toward evidence-based education*. Life Science Journal; 2011 [Disitasi pada 2017 Aug 10]: 8(2): 13-18.

- Tersedia di:
https://www.researchgate.net/publication/285928997SelfmanagementinPrimary_Dysmenorrhea_Toward_Evidence-based_Education
12. Okoro RN, Malgwi H, Okoro GO. *Evaluation of factors that increase the severity of dysmenorrhea among university female students in Maiduguri, North eastern Nigeria*. *Internet Journal of Allied Health Sciences and Practice*; 2013 [2017 Aug 10]; 11(4): 1-10. Tersedia di: <https://nsuworks.nova.edu/ijahsp/vol11/iss4/7/>
 13. Proctor ML, Farquhar CM. *Dysmenorrhea*. *British Medical Journal*; 2007 [Disitasi pada 2017 Aug 2]; 3: 813-838. Tersedia di: <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pubmed/19454059>
 14. Saguni, Fersta Cicilia Apriliani, dkk. 2013. Hubungan Dismenore dengan Aktivitas Belajar Remaja Putri di SMA Kristen I Tomohon. *Jurnal Keperawatan*, (Online), 1 (1), (<https://ejournal.unsrat.ac.id/index.php/jkp/article/view/2182>), diakses 18 Februari 2020
 15. Handayani. Trisna Yuni dan Dewi Rokhanawati. 2011. Hubungan Dismenorea Terhadap Aktivitas Belajar Siswi SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta Tahun 2011. *Jurnal Kebidanan*, (Online). (<http://opac.unisayogya.ac.id/1580/>), diakses 18 Februari 2020
 16. Hanum, Diyana Faricha. 2019. Hubungan Dismenorea Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi Akademi Kebidanan Delima Persada Gresik 2018. Gresik : SURYA Vol. 11, No. 01, April 2019