

Article

## Hubungan Dismenorea dengan Gangguan Aktivitas Belajar Mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Megarezky

Graceya Mongkapu<sup>1</sup>, Julia Fitriyaningsih<sup>2</sup>, Sriyana Herman<sup>3#</sup>, Herry Darsim Gaffar<sup>4</sup>, Mustamin<sup>5</sup>, Rusli<sup>6</sup>

<sup>1,2,3</sup> Department of Reproductive Health, Postgraduate Programme, Universitas Megarezky, Makassar, Indonesia,

<sup>4,5</sup> Department of Hospital Administration, Postgraduate Programme, Universitas Megarezky, Makassar, Indonesia

<sup>6</sup> Department of Physiotherapy, Faculty of Health and Sport Science, Universitas Negeri Makassar, Makassar, Indonesia

### SUBMISSION TRACK

Received: January 04, 2024

Final Revision: February 13, 2024

Available Online: March 03, 2024

### KEYWORDS

Aktivitas belajar, dismenorea, menstruasi

### CORRESPONDENCE

E-mail: [sriyanah@unimerz.ac.id](mailto:sriyanah@unimerz.ac.id)

### A B S T R A C T

**Pendahuluan:** Karakteristik sosiodemografi ibu berperan penting dalam mengidentifikasi risiko persalinan prematur sehingga intervensi dini dapat dilakukan untuk mencegahnya. Dismenorea juga dapat memengaruhi aktivitas sehari-hari, termasuk aktivitas belajar.

**Tujuan:** Penelitian ini bertujuan mengetahui hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Megarezky.

**Metode:** Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan desain cross-sectional. Populasi penelitian adalah seluruh mahasiswa S1 Keperawatan angkatan 2016-2018 sebanyak 222 orang. Sampel diambil menggunakan purposive sampling dengan kuesioner sebagai instrumen untuk mengukur hubungan dismenorea dengan aktivitas belajar.

**Hasil:** Dari 143 mahasiswa yang menjadi responden, 43 orang (30,1%) mengalami nyeri ringan, 63 orang (44,1%) nyeri sedang, dan 37 orang (25,9%) nyeri berat. Sebanyak 107 mahasiswa (74,8%) melaporkan aktivitas belajar terganggu akibat dismenorea, sementara 36 mahasiswa (25,2%) tidak terganggu. Uji chi-square menunjukkan nilai  $p < 0,05$  ( $p=0,004$ ), yang menunjukkan adanya hubungan signifikan antara dismenorea dan aktivitas belajar.

**Kesimpulan:** Terdapat hubungan yang signifikan antara dismenorea dan aktivitas belajar mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Megarezky Makassar, dengan hasil uji chi-square yang menunjukkan  $p < 0,05$ .

## I. PENDAHULUAN

Pengalaman menstruasi pada setiap wanita berbeda-beda. Beberapa wanita mendapatkan menstruasi tanpa keluhan, tetapi tidak sedikit dari mereka yang mendapatkan menstruasi disertai keluhan sehingga mengakibatkan rasa ketidaknyamanan berupa dismenorea. Dismenorea adalah sakit saat menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Laila 2011 dalam Sumartini 2011).

Setiap bulan wanita yang berusia 12–49 tahun, tidak sedang hamil dan belum menopause pada umumnya mengalami menstruasi. Pada saat menstruasi masalah yang dialami banyak wanita adalah rasa tidak nyaman atau rasa nyeri yang hebat. Hal ini biasa disebut dismenorea (*dysmenorrhoea*). Dismenorea atau nyeri haid terjadi menjelang atau selama haid, sampai membuat wanita tersebut tidak dapat bekerja dan harus tidur. Nyeri sering bersamaan dengan rasa mual, sakit kepala, cepat marah atau gangguan emosional. Dismenorea merupakan suatu gejala yang paling sering menyebabkan wanita-wanita muda pergi ke dokter untuk konsultasi dan pengobatan. Karena gangguan ini sifatnya subjektif, berat atau intensitasnya sukar dinilai walaupun frekuensi dismenorea cukup tinggi. Hampir semua wanita mengalami rasa tidak enak diperut bagian bawah sebelum dan selama haid (Prawirohardjo, 2005 dalam Handayani 2011). 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, 2009 dalam Alimuddin 2017).

Pada saat menstruasi, wanita kadang mengalami nyeri. Sifat dan tingkat rasa nyeri bervariasi, mulai dari yang ringan hingga yang berat. Kondisi tersebut dinamakan dismenorea, yaitu keadaan

nyeri hebat dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Dismenorea merupakan fenomena simtomatik meliputi nyeri abdomen, kram dan sakit punggung. Gejala gastrointestinal seperti mual dan diare dapat terjadi sebagai gejala dari menstruasi (Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita Hal 112).

Nyeri haid (dismenorea) memiliki dampak yang cukup besar bagi remaja putri karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja putri yang mengalami nyeri haid (dismenorea) 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 tersebut. Remaja putri yang sedang mengalami nyeri haid (dismenorea) 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 sekolah.

Dismenorea atau nyeri haid juga berdampak pada penurunan kualitas hidup akibat tidak masuk kuliah maupun bekerja. Hal ini juga berdampak pada kerugian ekonomi pada wanita usia subur. Studi yang dilakukan oleh Dawood 1984 di United States menunjukkan sekitar (10%) wanita yang mengalami dismenorea tidak bisa melanjutkan pekerjaannya akibat rasa sakitnya dan setiap tahunnya terjadi kerugian ekonomi akibat hilangnya 600 juta jam kerja dengan kerugian sekitar dua miliar US dolar. Tak hanya itu, dismenorea juga dapat menyebabkan infertilitas dan gangguan fungsi seksual jika tidak

ditangani, depresi serta alterasi aktivitas autonomic kardiak.

Tingginya angka kejadian dismenorea di dunia dengan rata-rata mencapai 50% sehingga menyebabkan remaja mengalami gangguan terhadap aktivitasnya Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Presentase angka kejadian nyeri menstruasi di Amerika sekitar 60% sedangkan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angka kejadiannya sekitar 55%. Menurut data WHO (dalam Fahmi, 2014 ) di Indonesia, angka kejadian dismenorea sebanyak 55% dikalangan produktif, dimana 15% diantaranya mengeluhkan aktivitas menjadi terbatas akibat dismenorea Dari hasil penelitian, di Indonesia angka kejadian dysmenorrhea sebesar 64.25% yang terdiri dari 54,89% dysmenorrhea primer dan 9,36% dysmenorrhea sekunder.. Angka kejadian (prevalensi) dismenorea berkisar (45- 95%) di kalangan wanita usia produktif. Di Surabaya didapatkan sebesar 1,07-1,31 dari jumlah kunjungan ke kebidanan adalah penderita dimenorea (Harunriyanto, 2008 didalam Ningsih R 2013). Penelitian yang dilakukan oleh susanto, dkk (2008) di makassar, 93,8 % remaja putri mengalami dismenorea. Penelitian yang dilakukan oleh utami dkk, (2013) pada remaja putri di SMA Kabupaten Bone, menunjukkan hasil 87,1% remaja putri mengalami Dismenorea. Remaja putri mengalami dismenorea Walaupun pada umumnya tidak berbahaya, namun seringkali dirasa mengganggu bagi wanita yang mengalaminya. Derajat nyeri dan kadar gangguan tentu tidak sama untuk setiap wanita. Ada yang masih bekerja (sesekali sambil meringis), ada pula yang tidak sanggup beraktifitas karena nyerinya (Proverawati, 2009 dalam Alimuddin A. 2017).

Menurut hasil survey Bani Karim dkk, 2000 dan Poureslami et al, 2006, diperoleh beberapa gangguan aktivitas

remaja yang disebabkan oleh dismenorea seperti penurunan konsentrasi sebesar 59 %, penurunan partisipasi belajar di kelas 50%, partisi kegiatan olahraga 51 %, aktivitas social 46 %, penyelesaian tugas rumah 38 %, ketidakhadiran sekolah 38 %, dan *absence rate* per bulan 10 %.

Berbagai macam faktor telah dicoba diidentifikasi untuk mengetahui faktor-faktor risiko yang terkait dengan kejadian dismenorea, adapun yang termasuk di dalamnya adalah 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 diteliti terkait dengan kejadian dismenorea adalah aktivitas belajar siswi.

Dismenorea atau nyeri haid mungkin merupakan suatu gejala yang paling sering menyebabkan wanita – wanita muda pergi ke dokter untuk konsultasi dan pengobatan karena gangguan ini sifatnya subyektif, berat atau intensitasnya sukar di nilai.

Dismenorea sangat berdampak pada remaja putri, hal ini menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja yang mengalami dismenorea pada saat menstruasi membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktivitas belajar di sekolah. Seorang siswi mengalami dismenorea, aktivitas belajar mereka di sekolah terganggu dan tidak jarang hal ini membuat mereka tidak masuk sekolah. Selain itu, kualitas hidup menurun, sebagai contohnya seorang siswi yang mengalami dysmenorrhea tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenorea yang dirasakan pada saat proses belajar mengajar. Penelitian terdahulu oleh Saguni (2013) 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 (dismenorea) 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 UKS.

Hasil survei wawancara yang dilakukan terhadap 7 orang Mahasiswa S1 Keperawatan, mereka mengatakan intensitas nyeri haid yang bervariasi, diantaranya mengatakan nyeri haid di skala 5, 6,7 dan bahkan ada yang menjawab 10. Beberapa siswi mengatakan kurang bersemangat, kurang berkonsentrasi dan mudah lelah saat belajar di kelas akibat nyeri yang dirasakan.

Berdasarkan latar belakang tersebut membuat peneliti tertarik untuk melakukan penelitian terhadap "Hubungan Dismonore dengan Aktivitas Belajar Mahasiswa S1 Keperawatan Megarezky".

## II. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang digunakan yaitu penelitian kuantitatif dengan desain *cross sectional*. Penelitian ini mempelajari hubungan antara dismenorea (*independent*) dengan aktivitas belajar (*dependent*), yaitu data yang dikumpulkan sesaat atau diperoleh saat ini juga. Cara ini dilakukan dengan melakukan survei wawancara atau dengan menyebarkan kuesioner pada responden penelitian. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswa S1 Keperawatan Angkatan 2016 - 2018 yang berjumlah 222 siswi. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini adalah *probability sampling* dengan metode *purposive sampling*. Instrumen penelitian ini adalah kuesioner untuk mengetahui

hubungan disminore dengan aktivitas belajar mahasiswa S1 Keperawatan Universitas Megarezky Makassar.

## III. RESULT

Berdasarkan hasil pengumpulan data yang dilakukan pada tanggal 8 Juli sampai 12 Juli tahun 2019 pada Mahasiswa S1 Keperawatan Angkatan 2016-2018 yang berjumlah 143 orang, diperoleh data sebagai berikut :

### 1. Karakteristik Responden

**Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Usia Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan Universitas Megarezky Makassar**

Usia	Frekuensi	Presentase(%)
18 Tahun	18	12,6
19 Tahun	55	38,5
20 Tahun	39	27,3
21 Tahun	26	18,2
22 Tahun	3	2,1
23 Tahun	1	7
24 Tahun	1	7
<b>Total</b>	<b>143</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, Juli Tahun 2019

Berdasarkan tabel 1.2 gambaran karakteristik responden menunjukkan responden paling banyak berada pada kelompok usia 19 tahun sebanyak 55 responden (38,5%), pada usia 20 tahun sebanyak 39 (27,3%), pada usia 26 tahun (18,2%), pada usia 18 tahun 18 responden (12,6%) dan pada 23 dan 24 tahun 1 responden (7%).

**Tabel 1.3 Distribusi Frekuensi Tingkat Mahasiswa Prodi S1 Keperawatan Universitas**

Megarezky Makassar		
Usia	Frekuensi	Presentase (%)
Tingkat I	71	49,7
Tingkat II	39	27,3
Tingkat III	33	23,1
<b>Total</b>	<b>143</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, Juli Tahun 2019

Berdasarkan tabel 1.3 distribusi responden berdasarkan kelas/tingkat menunjukkan, tingkat I sebanyak 71 responden (49,7%), tingkat II sebanyak 39 responden (32,3%) dan tingkat III sebanyak 33 responden (23,1%).

**Tabel 1.4 Distribusi Frekuensi Usia Menarache Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Megarezky Makassar**

Usia Menarache	Frekuensi	Presentase (%)
10 Tahun	2	1,4
11 Tahun	8	5,6
12 Tahun	39	27,3
13 Tahun	30	21,0
14 Tahun	30	21,0
15 Tahun	27	18,9
16 Tahun	4	2,8
17 Tahun	3	2,1
<b>Total</b>	<b>143</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, Juli Tahun 2019

Berdasarkan tabel 1.4 didapatkan berdasarkan usia menarache (pertama kali haid) mayoritas siswi mengalami menarache pada usia 12 tahun sebanyak 39 (27,3%), usia 13 dan 14 tahun sebanyak 30 responden (21,0%) usia 15 tahun 27 responden (18,8%) usia 11 tahun sebanyak 8 responden (5,6%) usia 10 tahun sebanyak 2 responden (1,4%) usia 16 tahun sebanyak 4 responden (2,8%) dan usia 17 tahun sebanyak 3 responden (2,1%).

**Tabel 1.4 Distribusi Frekuensi Lama Pendarahan Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan**

Lama pendarahan	Frekuensi	Presentase (%)
3-5 Hari	84	58,7
6-8 Hari	59	41,3
<b>Total</b>	<b>143</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, Juli Tahun 2019

Berdasarkan tabel 1.4 didapatkan sebagian besar responden mengalami lama pendarahan 3-5 hari sebanyak 84 responden (58,7%) dan 6-8 hari sebanyak 59 responden (41,3%).

**Tabel 1.5 Distribusi Rasa Sakit Yang Dirasakan Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Megarezky Makassar**

Rasa Sakit yang di Rasakan	Frekuensi	Presentase (%)
Hilang timbul	87	60,8
Menetap	56	39,2
<b>Total</b>	<b>143</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, Juli Tahun 2019

Berdasarkan tabel 1.5 dari 143 siswa didapatkan sebagian besar responden mengalami rasa sakit yang ditimbulkan pada saat haid sebanyak 87 (60,8%) hilang timbul dan menetap sebanyak 56 responden (39,2%)

## 2. Dismenorea

**Tabel 1.6 Distribusi Frekuensi Dismenorea pada Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Megarezky Makassar**

Intensitas Nyeri	Frekuensi	Presentase (%)
Ringan	42	29,4
Sedang	64	44,8
Berat	37	25,9
<b>Total</b>	<b>143</b>	<b>100</b>

Sumber : Data Primer, Juli Tahun 2019

Berdasarkan tabel 1.6 dari 143 siswi dapat dijelaskan bahwa distribusi responden terbanyak adalah mahasiswi yang mengalami rasa nyeri sedang pada saat menstruasi yaitu dengan frekuensi 64 (44,8%) Mahasiswi, nyeri ringan 42(29,4) mahasiswi dan yang nyeri berat 37 (24,9).

### 3. Aktivitas Belajar

Sumber : Data Primer, Juli Tahun 2019

**Tabel 1.7 Distribusi Frekuensi Aktivitas Belajar pada Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Megarezky Makassar**

Lama pendarahan	Frekuensi	Presentase (%)
Terganggu	107	74,8
Tidak Terganggu	36	25,2
<b>Total</b>	<b>143</b>	<b>100</b>

Berdasarkan tabel 1.7 bahwa distribusi responden terbanyak adalah mahasiswi dengan aktivitas belajar terganggu akibat dampak yang disebabkan dismenorea dengan frekuensi 107 (74,8%) dan aktivitas belajar tidak terganggu akibat dismenorea sebesar 36 (25,2)

### 4. Hubungan Dismenorea dengan Aktivitas Belajar

**Tabel 1.8 Hubungan Dismenorea dengan Aktivitas Belajar pada Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Megarezky Makassar**

Dismenorea	Aktivitas Belajar						<i>p-value</i> 0,04
	Tidak Terganggu		Terganggu		Total		
	n	%	n	%	n	%	
<b>Ringan</b>	18	10,6	24	31,4	42	42,0	
<b>Sedang</b>	9	16,1	55	47,9	64	64,0	
<b>Berat</b>	9	9,3	28	27,7	37	37,0	
<b>Total</b>	<b>36</b>	<b>25,2</b>	<b>107</b>	<b>74,8</b>	<b>143</b>	<b>143</b>	

Sumber : Data Primer, Juli tahun 2019

Berdasarkan tabel 1.5 dapat dijelaskan mayoritas mahasiswi mengatakan mengalami dismenorea sedang aktivitas Belajarnya terganggu sebanyak 55 (47,9%) mahasiswi. Selanjutnya hasil penelitian dengan menggunakan chi square p value  $0,04 < 0,05$  sehingga dapat dikatakan ada hubungan antara dismenorea dengan Aktivitas Belajar pada mahasiswi prodi S1 Keperawatan Megarezky Makassar.

## IV. DISCUSSION

### 1. *Dismenorea*

Hasil penelitian yang dilakukan terhadap 143 mahasiswi dengan menggunakan kuesioner Numerical Rating Scale (NRS) menunjukkan 37 (25,9%) mahasiswi mengalami rasa nyeri berat, 64 (44,8%) dengan rasa nyeri sedang dan 42 (29,4%) dengan nyeri ringan pada saat menstruasi. Intensitas nyeri pada saat menstruasi mempunyai tingkatan yang berbeda – beda sesuai dengan apa yang dirasakan mahasiswi pada saat menstruasi. Hal ini sesuai dengan pendapat Astrida (2012) yang membagi dismenorea menjadi tiga tingkatan keparahan yaitu dismenorea ringan yang merupakan

nyeri yang berlangsung sesaat atau masih bisa ditolerir, tidak memerlukan pengobatan, dismenorea sedang yaitu mulai merespon nyerinya dengan menekan bagian yang nyeri, dan dismenorea berat atau berat sekali yang merupakan nyeri tidak tertahankan dan nyerinya menyebar ke pinggang atau bagian tubuh lain disertai gejala pusing, sakit kepala, mual, muntah, diare dan rasa tertekan.

Menstruasi merupakan suatu proses fisiologis yang pertama kali dialami wanita usia 10-16 tahun. Siklus menstruasi terjadi di bawah pengendalian hormon dalam interval sekitar 4 minggu. Pada beberapa orang sering mengalami

gangguan menstruasi salah satunya adalah dismenorea.

Dismenorea atau nyeri haid terjadi menjelang atau selama haid, sampai membuat wanita tersebut tidak dapat bekerja dan harus tidur. Nyeri sering bersamaan dengan rasa mual, sakit kepala, cepat marah atau gangguan emosional. Dismenorea merupakan suatu gejala yang paling sering menyebabkan wanita-wanita muda pergi ke dokter untuk konsultasi dan pengobatan. Karena gangguan ini sifatnya subjektif, berat atau intensitasnya sukar dinilai walaupun frekuensi dismenorea cukup tinggi. Hampir semua wanita mengalami rasa tidak enak diperut bagian bawah sebelum dan selama haid (Prawirohardjo, 2005). Berbeda dengan penelitian terdahulu di Indonesia, beberapa penelitian yang dilakukan di negara-negara lain memiliki hasil yang sedikit berbeda. Seperti pada penelitian Al Kindi dan Al Bulushi (2011) yang menemukan bahwa nyeri sedang 41% sedangkan nyeri ringan hanya sebesar 27%. Hal serupa juga ditemukan oleh penelitian Gumangga dan Aryee (2012) Di Accra, Ghana, 170 responden (37,%) mengalami nyeri dismenorea sedang.

Beragam cara penanganan *dysmenorrhea* telah dilakukan oleh sebagian besar mahasiswa. Menurut Wiknjastro (2005) bahwa, untuk menurunkan angka kejadian *dysmenorrhea* dan mencegah keadaan *dysmenorrhea* tidak bertambah berat, beberapa usaha dapat dilakukan seperti pemberian obat analgetik, pola hidup sehat, terapi hormonal dan terapi obat non steroid anti prostaglandin sesuai dengan petunjuk dokter. Cara penanganan *dysmenorrhea* didasarkan oleh cara berfikir dan bersikap positif tentang keluhan *dysmenorrhea* yang dialaminya.

## 2. Aktivitas Belajar

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan terhadap 143 Mahasiswi dengan menggunakan kuesioner menunjukkan bahwa sebanyak 107 (74,8%) mahasiswi terganggu Aktivasnya Belajarnya akibat dampak yang disebabkan oleh dismenorea dan hanya 36 (25,2%) mahasiswi yang menjawab bahwa aktivitasnya tidak terganggu. Dapat disimpulkan bahwa gangguan menstruasi sering terjadi pada mahasiswi dapat mencegah mahasiswi untuk dapat beraktivitas normal. Banyak mahasiswi yang dapat mengalami gangguan dalam aktivitas belajar yang menyebabkan mahasiswi sulit berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika ketika nyeri haid.

Penelitian ini didukung oleh Fersta (2013) yang menyebutkan bahwa sebanyak 91 (68,9%) remaja putri SMK Kristen Tumohon merasa terganggu aktivitas belajarnya karena disebabkan oleh dismenorea dan 41 (31,1%) remaja putri mengatakan aktivitas belajar mereka tidak terganggu selama menstruasi. Hal ini serupa dengan pendapat yang menyebutkan bahwa dampak yang paling sering ditimbulkan oleh dismenore adalah 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 sosial, performa akademik, serta aktivitas olahraga. Tidak masuk sekolah maupun kerja merupakan dampak yang paling sering ditimbulkan oleh dismenorea. Belajar adalah sebuah

proses perubahan tingkah laku manusia yang didapatkan dari pengalaman hidup dengan menggunakan segala potensi yang dimiliki dirinya untuk menjadi manusia berakhlak, mempunyai keterampilan sehingga dapat berkomunikasi dengan lingkungannya (Wijaya, 2010).

Kesehatan seseorang berpengaruh terhadap belajarnya. Badan yang lemah, lelah akan menyebabkan kurang konsentrasi sehingga kegiatan belajar tidak sempurna (Hamalik, 2009). Walaupun begitu seseorang yang tidak mempunyai masalah kesehatan belum tentu berhasil dalam belajarnya. Hal ini disebabkan karena belajar adalah proses yang kompleks dengan banyak faktor yang mempengaruhinya, sedangkan kesehatan adalah salah satu faktor diantara factor-faktor yang lain (Cahyo, 2010). Lingkungan kampus atau tempat belajar turut mempengaruhi minat seseorang belajar. Kualitas dosen, metode pengajarnya, keadaan sarana dan prasarana kampus, keadaan ruangan, jumlah mahasiswa di kelas serta model pembelajaran yang diterapkan oleh dosen, semua itu turut mempengaruhi keberhasilan aktivitas belajar seorang mahasiswa.

### **3. Hubungan Dismenorea dengan Aktivitas Belajar**

Berdasarkan hasil uji chi square menunjukkan bahwa  $p < 0,05$  ( $p = 0,04$ ) artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat dikatakan ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar mahasiswa prodi S1 Keperawatan Megarezky Makassar. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswa yang mengalami dismenorea ringan, sedang dan berat, aktivitas belajarnya terganggu

Dismenorea sangat berdampak pada remaja putri, hal ini menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja yang mengalami dismenorea pada saat menstruasi membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktivitas belajar. Selain itu, kualitas hidup menurun, sebagai contoh seorang siswi yang mengalami dismenorea tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenorea yang dirasakan pada saat proses belajar mengajar. Ini dibuktikan dari penelitian terdahulu menunjukkan prevalensi dismenorea yang cukup tinggi pada remaja. Di Indonesia sendiri hasil penelitian tahun 2002 di 4 SLTP di Jakarta (733 Subyek) sekitar 74,1 siswi mengalami dismenorea ringan sampai berat

Hal ini didukung oleh penelitian Fersta (2013) yang menyebutkan terdapat hubungan yang bermakna antara dismenorea dengan aktivitas belajar  $p < 0,01$  penelitian tersebut menyebutkan jika seseorang siswi mengalami dismenorea maka aktivitas belajar mereka di sekolah terganggu karena tidak dapat berkonsentrasi belajar saat proses belajar mengajar dan motivasi belajar menurun dan tidak jarang hal ini membuat mereka jarang masuk ke sekolah serta kualitas hidup menurun. 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 dismenorea terhadap aktivitas belajar pada siswi SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta tahun 2011. Dalam penelitiannya disebutkan bahwa remaja putri yang mengalami dismenorea pada saat menstruasi mempunyai lebih banyak libur sekolah atau absen dan prestasinya



kurang begitu baik di sekolah dibandingkan, mereka yang tidak mengalami dismenorea.

Beberapa faktor risiko yang berhubungan dengan beratnya gejala dismenore adalah usia yang lebih muda saat terjadinya menarche, periode menstruasi yang lebih lama, banyaknya darah yang keluar selama menstruasi, perokok, riwayat keluarga dengan dismenore. Menurut Widjanarko (2006) terdapat hubungan antara usia menarche terjadi lebih awal dari normal maka alat reproduksi belum siap untuk mengalami perubahan dan masih terjadi penyempitan pada leher rahim, maka akan timbul rasa sakit pada saat menstruasi (Sartika, 2011). dikemukakan Junizar (2004), bahwa dismenore primer umumnya terjadi pada usia 15–30 tahun dan sering terjadi pada usia 15–25 tahun yang kemudian hilang pada usia akhir 20-an atau awal 30-an. Menurut Shannon (2006) semakin lama menstruasi terjadi, maka semakin sering uterus berkontraksi, akibatnya semakin banyak pula prostaglandin yang dikeluarkan. Akibat produksi prostaglandin yang berlebihan, maka timbul rasa nyeri. Selain itu, kontraksi uterus yang terus menerus juga menyebabkan *supply* darah ke uterus berhenti sementara sehingga terjadilah dismenore primer.

Gangguan saat menstruasi seperti dismenorea, dapat mengganggu aktivitas sehari-hari, khususnya pada remaja dapat menimbulkan gangguan belajar pada seorang siswi atau mahasiswi sehingga berpengaruh pada prestasi dibidang akademik maupun non akademik. Penelitian yang dilakukan oleh Avaserala dan Panchangan (2008) menunjukkan bahwa remaja putri yang mengalami dismenorea 48,5% tidak hadir di dalam kelas dan 27,8% tidak hadir saat ujian. Selain

itu penelitian Charu (2012) juga menunjukkan bahwa dismenorea berhubungan dengan ketidakhadiran remaja putri di sekolah. Penelitian yang dilakukan oleh Yuliani dan Hidayanti (2010) ditemukan bahwa kejadian dismenorea pada remaja putri mempengaruhi aktivitas belajar mereka. Penelitian Iswari dkk (2014) pun menemukan bahwa semakin berat derajat nyeri yang dialami oleh responden, maka aktivitas belajarnya semakin terganggu.

Penelitian lain yang juga menemukan bahwa dismenorea menyebabkan ketidakhadiran di sekolah, kehilangan konsentrasi saat belajar, tidur saat jam pelajaran ditemukan oleh Aziato (201). Dalam penelitian tersebut tiga orang informan mengatakan bahwa pada saat mengalami dismenorea, mereka kehilangan jam pelajaran, kehilangan konsentrasi bahkan tertidur di kelas. Penelitian El Gilany dkk (2005) juga mengemukakan bahwa 24,4% responden tidak konsentrasi saat mengalami dismenorea, selain itu 20,3% mengalami masalah mengenai kehadiran di sekolah. Banikarim dkk (2000) yang melakukan penelitian pada siswi di Hispanik juga menemukan bahwa terjadi gangguan aktivitas pada siswi yang mengalami dismenorea, diantaranya konsentrasi di kelas (59%). Partisipasi kelas (50%) dan ujian (36%).

## V. PENUTUP

Setelah dilakukan penelitian tentang hubungan dismenorea dengan gangguan aktivitas belajar Mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Megarezky makassar maka disimpulkan bahwa : Dari 143 Siswi S1 Keperawatan Megarezky Makassar sebanyak 43 (30,1) Mahasiswi yang mengalami nyeri ringan, 63 (44,1) Mahasiswi yang mengalami nyeri sedang, 37 (25,9) mahasiswi

mengalami nyeri berat, mahasiswi yang aktivitas belajarnya terganggu akibat dismenorea dan 36 (25,2%) dan mahasiswi yang aktivitasnya belajarnya tidak terganggu akibat dismenorea. Ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar mahasiswi S1. Keperawatan Megarezky Makassar. Berdasarkan hasil uji *chi square* menunjukkan bahwa  $p < 0,05$  (0,004), artinya  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima sehingga dapat dikatakan ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Megarezky Makassar.

## REFERENCES

- Afrida S, (2016). *Hubungan Dismenorea dengan Prestasi belajar pada SMAN 5 Kota Banda Aceh*. Aceh. Universitas Syiah Kuala. Skripsi.
- Asma'ulludin K.A , (2015). *Kejadian Dismenorea Berdasarkan Karakteristik Orang Tua Dan waktu Serta Dampaknya Pada Remaja Putri SMA Dan Sederajat di Jakarta Barat*.
- Ammiluddin A , (2017). *Hubungan Dismenorea Dengan Gangguan Aktivitas Belajar Mahasiswi prodi DIV Jurusan Kebidanan Poltekkes Kemenkes Kendari*.
- Baradero, M., Dayrit, W. M., & Siswadi, Y. (2006). *Klien Gangguan Sistem Reproduksi dan Seksualitas*. Jakarta : EGC.
- Carsel, S. H. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan dan Pendidikan*. Yogyakarta : SIBUKU.
- Friendman, E.A., Chapin, D.S. & Borten, M. (1997). *Seri Skema Diagnosis dan Pelaksanaan Ginekologi , edisi Kedua* . Jakarta : Binarupa Aksara.
- Ika & Nunik, “ Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer’ The Indonesian Journal of Public Health, Vol. 4, No. 2, Maret 2008 : 96-104
- Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta : Salemba Medika.
- Martiningsih & karlina L, “ Penurunan Nyeri Dismenorea Primer melalui Kompres air Hangat pada Remaja, Vol.3, No.2, Agustus 2015 : 88-96
- Manuaba, 2009 . *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita Edisi 2*. Jakarta : EGC
- Marmi, (2014). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Pustaka Belajar.
- Maulana, M. (2009). *Seluk Beluk Reproduksi Dan Kehamilan*. Yogyakarta ; Gerai Ilmu.
- Nugroho, T. 2014. *Masalah Kesehatan Reproduksi Wanita*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- R.D. Susanti, dkk. ” Hubungan Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri MTS Muhammadiyah 2 Malang”. 3(1), 2018.
- R. Ningsih , dkk. (2013). “ Efektifitas Paket Pereda Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenorea” *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 16(2), hal 67-76.
- Ramadhy, A. S. 2011. *Biologi Reproduksi*. Bandung : PT Refika Aditama.
- S. A. Putri, dkk. “Hubungan Antara Nyeri Haid (*DISMENOREA*) Terhadap Aktivitas Belajar Pada Mahasiswi Kelas X SMA Negeri 52 Jakarta”. 2017.
- Saguni, dkk. “Hubungan Dismenore dengan Aktivitas Belajar Remaja Putri di SMA Kristen I Tomohon”. *Jurnal Keperawatan*. 1(1) 2013.
- Sumartini, dkk. “ Hubungan Dysmenorea dengan Prestasi Belajar Mahasiswi Jurusan Keperawatan “. 3(1), Juli 2011.
- Suryanto, (2011). *Metodologi dan Aplikasi Penelitian Keperawatan*. Yogyakarta : Nuha Medika.
- Sumartini, (2014). Hubungan dismenorea dengan prestasi belajar mahasiswi jurusan keperawatan angkatan 2011 fakultas keperawatan angkatan 2011 Fakultas Ilmu Kesehatan UIN Alaudin Makassar, Skripsi.
- Trisna, Y. H, dkk “Hubungan Dismenorea terhadap Aktivitas Belajar Siswi SMA Muhammadiyah 5 Yogyakarta” 2011.
- Taber, B.(1994). *Kapita Selekta Kedaruratan Obstetri dan Ginekologi*. Jakarta : EGC.
- Yuliani & Hidayati. “Hubungan antara Dismenore dengan Aktivitas Belajar Siswa SMP Negeri 4 Boyolali”. *Jurnal*.
- Wiknjosastro, H. 2007. *Ilmu Kebidanan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka

2012. *Buku Ajar Anatomi dan Fisiologi Manusia Edisi Perdana. Fakultas Farmasi Universitas Indonesia Timur.*