

## HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR REMAJA PUTRI DI SMA KRISTEN I TOMOHON

Fersta Cicilia Apriliani Saguni  
Agnes Madianung  
Gresty Masi

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran  
Universitas Sam Ratulangi Manado  
Email : [Ciciliafersta@yahoo.com](mailto:Ciciliafersta@yahoo.com)

**Abstract:** One of the menstrual disturbance that cause discomfort physical is dysmenorrhea. Dysmenorrhea is menstrual pain that is felt in the lower abdomen and radiates up into the pelvis that can interfere with daily activities. One of the activities that can be interrupted is a learning activity. Dysmenorrhea is often experienced by young women who are in the productive age. The research ever conducted shows that dysmenorrhea can lower a woman's quality of life for example, students who experience dysmenorrhea decreased concentration will study due to menstrual pain that is felt (Ningsih, 2011). Purpose. This research conducted to determine The Relation Of Dysmenorrhea With Learning Activities Teen Daughter At Christian High School Tomohon. Research methods is survey analytic by design research cross sectional. Population. The captured population is teen daughters at christian high school I Tomohon with total sample 132 people, determination samples with purposive sampling techniques. Data obtained through questionnaire is a connection between dysmenorrhea with learning activities teen daughter At Christian High School Tomohon. Results of statistical tests using the test initially chi square with boundaries that have been prepared. This research in using analysis test statistic chi square and obtained value  $p = 0,000 < \alpha = 0,005$ , which means  $H_0$  rejected. But because requirements test chi square unfulfilled and test used is test the alternative is fisher and obtained value  $p = 0,000 < \alpha = 0,005$  which means  $H_0$  rejected. The conclusions of this research are a relation of dysmenorrhea with learning activities teen daughter at Christian High School Tomohon.

**Key words:** Dysmenorrhea, Learning Activities, Teen Daughter.

**Abstrak:** Salah satu gangguan mesntruasi yang menyebabkan ketidaknyamanan fisik yaitu dismenore. Dismenore adalah nyeri haid yang dirasakan di bagian perut bagian bawah dan menjalar sampai ke panggul yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Salah satu aktivitas yang dapat terganggu adalah aktivitas belajar. Dismenore sering dialami oleh remaja putri yang ada pada usia produktif. Penelitian yang pernah dilakukan menunjukkan bahwa dismenore dapat menurunkan kualitas hidup seorang wanita sebagai contoh siswi yang mengalami dismenore konsentrasi belajarnya akan menurun karena nyeri haid yang dirasakan (Ningsih, 2011). Tujuan. Penelitian ini dilakukan dengan tujuan diketahui hubungan dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di SMA Kristen I Tomohon. Metode penelitian ini adalah *survey analitik* dengan desain penelitian *cross sectional*. Populasi yang diambil adalah remaja putri di SMA Kristen I Tomohon dengan jumlah sampel 132 orang, penentuan sampel dengan teknik *Purposive Sampling*. Data yang diperoleh melalui kuisioner yang telah disiapkan. Dalam penelitian ini menggunakan analisis uji statistic chi square dan didapatkan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak. Kesimpulan penelitian ini yaitu ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar remaja putrid di SMA Kristen I Tomohon. Hasil uji statistik pada awalnya menggunakan uji *Chi-Square* dengan batas kemaknaan  $= 0,05$ , tetapi karena syarat uji *chi-square* tidak terpenuhi maka uji yang digunakan adalah uji alternatifnya yaitu *fisher* dan didapatkan nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ ,

yang berarti  $H_0$  ditolak. Kesimpulan penelitian ini yaitu ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di SMA Kristen I Tomohon.

**Kata Kunci:** Dismenore, Aktivitas Belajar, Remaja Putri.

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia yang sangat penting. Pada masa ini banyak sekali kejadian hidup dan perubahan yang akan terjadi pada diri seorang remaja yang akan menentukan kualitas hidupnya di masa dewasa. Masa remaja merupakan suatu masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang berjalan antar umur 12-21 tahun dan ditandai dengan adanya perubahan aspek fisik, psikis dan psikososial. Perubahan paling awal muncul pada masa ini yaitu perkembangan secara biologis (Dewi, 2012).

Banyak perubahan khas yang terjadi secara biologis baik pada remaja laki-laki maupun remaja perempuan. Salah satu tanda keremajaan yang muncul secara biologis pada perempuan yaitu remaja ini akan mengalami menstruasi. Menstruasi biasanya dimulai antar usia 10 dan 16 tahun dan akan berakhir pada masa menopause yaitu 45-50 tahun. Menstruasi sendiri adalah masa perdarahan yang terjadi pada perempuan secara rutin setiap bulan selama masa suburnya kecuali apabila terjadi kehamilan (Laila, 2011).

Banyak gangguan menstruasi yang biasanya dihadapi seorang perempuan. Gangguan menstruasi ini biasanya menyebabkan ketidaknyamanan fisik bagi seorang perempuan yang dapat mengganggu aktivitas mereka. Salah satu gangguan menstruasi yang menyebabkan ketidaknyamanan fisik yaitu dismenore. Dismenore merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi terbesar yaitu sekitar 89,5% (Cakir M 2007 dalam Sianipar 2009). Dismenore adalah sakit saat menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari (Laila, 2012).

Dismenore sangat berdampak pada remaja putri, hal ini menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja yang mengalami dismenore pada saat

menstruasi membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktivitas belajar di sekolah. Aktivitas belajar merupakan prinsip atau azas yang sangat penting di dalam interaksi belajar yang bukan hanya melibatkan aktivitas fisik tetapi juga mental (Dimiyati, 2002). Jika seorang siswi mengalami dismenore, 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 dismenore tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenore yang dirasakan pada saat proses belajar mengajar (Ningsih, 2011).

Ini dibuktikan dari penelitian terdahulu menunjukkan prevalensi dismenore yang cukup tinggi pada remaja. Menurut French (dalam Handayani, 2012) dismenore merupakan penyebab utama remaja perempuan di Amerika Serikat tidak masuk sekolah (14%-52%). Di Indonesia sendiri hasil penelitian tahun 2002 di 4 SLTP di Jakarta (733 subyek) sekitar 74,1% siswi mengalami dismenore ringan sampai berat. Studi pendahuluan dismenore di Indonesia sendiri yang dilakukan oleh Kurniawati (2008) di SMK I Batik Surakarta didapatkan bahwa siswa perempuan di sekolah tersebut pernah mengalami dismenore dan kadang ada yang meminta izin untuk pulang karena tidak tahan terhadap dismenore yang mereka rasakan. Sedangkan hasil penelitiannya melaporkan dampak dari dismenore pada pelajar di Surakarta sebanyak 52% pelajar tidak dapat melakukan aktivitas harian dengan baik (Kurniawati, 2008).

Hasil penelitian di Manado sendiri yang dilakukan oleh Hesti Lestari (2009) di SMPN 3 didapatkan 98,5% responden pernah mengalami dismenore serta hanya 1,5% yang tidak pernah mengalaminya.

Berdasarkan data awal yang didapatkan oleh peneliti melalui wawancara kepada siswi-siswi yang ada di SMA Kristen I Tomohon, didapatkan banyak siswi yang mengalami dismenore saat menstruasi dan ini mengganggu aktivitas belajar mereka. Karena itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian mengenai hubungan dismenore dengan aktivitas remaja putri di SMA Kristen I Tomohon dimana belum pernah dilakukan penelitian terlebih dahulu di tempat ini.

### METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode *survey analitik* dengan rancangan *cross sectional*. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 12-15 Juni 2013. Penelitian ini sudah dilaksanakan di SMA Kristen I Tomohon.

Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri kelas X yang berjumlah 156 orang dan kelas 176 orang, jadi total populasi adalah 332 orang. Penentuan sampel menggunakan teknik *non random sampling* dengan metode *purposive sampling* Untuk menghitung besarnya sampel yang populasinya kurang dari 10.000 menggunakan rumus (Nursalam, 2010) :

$$n = \frac{N}{1 + N (d^2)}$$

Keterangan :

n = besar sampel

N = besar populasi

d = tingkat kepercayaan yang diinginkan 95%

$$n = \frac{332}{1 + 332 (0,05^2)} = \frac{332}{1,83} = 181$$

Responden diambil dari remaja yang duduk di kelas X sebanyak 88 orang dan di kelas XI sebanyak 93 orang.

Kriteria Inklusi yaitu :

- Remaja putri yang bersedia menjadi responden
- Remaja putri yang sudah menstruasi
- Remaja putri yang berusia 15-18 tahun.

Kriteria Eksklusi yaitu :

- Remaja putri yang mengalami gangguan kesehatan lain saat dilakukan penelitian
- Remaja putri yang tidak hadir saat penelitian.

Instrument dalam penelitian ini menggunakan kuisisioner. Kuisisioner ini telah dipakai pada penelitian sebelumnya oleh Desni Rosa (2010) dan dimodifikasi oleh peneliti. Terdiri dari 3 bagian, bagian A karakteristik responden, bagian B karakteristik dismenore yang dan bagian C aktivitas belajar siswa. Dengan menggunakan skala Guttman peneliti mengukur bila responden mengalami dismenore diberi skor 2, sedangkan bila tidak mengalami dismenore diberi skor 1. Untuk aktivitas belajar terdiri dari 14 item pertanyaan. Kuisisioner ini juga menggunakan skala Guttman. Dengan menggunakan skor hasil perhitungan nilai median maka : Untuk aktivitas belajar terganggu karena dismenore bila  $\geq 21$  dan aktivitas belajar tidak terganggu bila  $< 21$ . Dalam melakukan penelitian, peneliti melakukan pengumpulan data melalui langkah-langkah sebagai berikut: peneliti membuat surat permohonan izin dari program studi ilmu keperawatan Universitas Sam Ratulangi, peneliti mengajukan izin pada instansi atau orang yang berwenang di tempat yang akan dilakukan penelitian untuk melakukan penelitian tersebut yaitu Kepala Sekolah SMA Kristen I Tomohon, setelah mendapat izin dari Kepala Sekolah SMA Kristen I Tomohon peneliti menuju ke setiap kelas untuk membagikan kuisisioner dan menjelaskan isi dari kuisisioner kepada responden. responden diingatkan untuk mengisi semua pertanyaan sesuai dengan kondisi mereka dan sejujurnya, bila sudah selesai kuisisioner dikembalikan kepada peneliti, setelah kuisisioner terkumpul peneliti mengidentifikasi sampel sesuai dengan kriteria inklusi dan kriteria eksklusi berdasarkan kuisisioner yang ada, melakukan analisa data.

Pengolahan data pada penelitian ini dilakukan dengan tahap *Editing, Coding, Tabulating, Processing*. Analisa data

dalam penelitian ini yaitu : Analisis univariat dan Analisis bivariat.

Setiap penelitian yang menggunakan subjek manusia harus mengikuti aturan etik. Dalam hal ini adalah adanya persetujuan (Setiadi, 2007). Tujuan penelitian harus etis dalam arti hak responden harus dilindungi. Masalah etika ini terutama ditekankan pada : *Informed Consent* (lembar persetujuan), *anonimity* (tanpa nama), *Confidentiality* (kerahasiaan).

## HASIL dan PEMBAHASAN

### A. Hasil Penelitian

#### 1. Analisis univariat

##### a. Distribusi Responden Menurut Umur

Tabel 1. Distribusi responden menurut umur.

Umur Responden	N	%
15 Tahun	45	34,1%
16 Tahun	73	55,3%
17 Tahun	14	10,6%
Total	132	100

Sumber : Data Primer, 2013

##### b. Distribusi Responden Menurut Usia Menarche

Tabel 2. Distribusi responden menurut usia menarche

Usia Menarche	N	%
9 tahun	1	0,8%
10 tahun	10	7,6%
11 tahun	19	14,4%
12 tahun	48	36,4%
13 tahun	32	24,2%
14 tahun	19	14,4%
15 tahun	2	1,5%
16 tahun	1	0,8%
Total	132	100%

Sumber : Data Primer, 2013

### c. Distribusi Responden Menurut Lamanya Haid

Tabel 3. Distribusi responden menurut lamanya haid

Lamanya Haid	N	%
3-7 Hari	92	69,7 %
>7 Hari	40	30,3%
Total	132	100

Sumber : Data Primer, 2013

### d. Distribusi Responden Menurut Kejadian Dismenore

Tabel 4. Distribusi responden menurut kejadian dismenore

Kejadian Dismenore	N	%
Tidak Dismenore	11	8,3%
Dismenore	121	91,7%
Total	132	100

Sumber : Data Primer, 2013

### e. Distribusi Responden Menurut Aktivitas Belajar

Tabel 5. Distribusi responden menurut aktivitas belajar

Aktivitas Belajar	N	%
Tidak Terganggu	41	31,1%
Terganggu	91	68,9%
Total	132	100

Sumber : Data Primer, 2013

### Analisis Bivariat

Tabel 6 .Hubungan dismenore dengan aktivitas belajar

Kejadian Dismenore	Aktivitas Belajar				Total		P
	Tidak Terganggu		Terganggu		N	%	
	N	%	N	%	N	%	
Tidak Dismenore	7	63,6	4	36,4	11	100	0,000
Dismenore	34	28,1	87	71,9	121	100	
Total	41	31,1	91	68,9	132	100	

Sumber : Data Primer, 2013

## B. Pembahasan

Usia adalah masa hidup seseorang yang dinyatakan dalam satuan tahun dan sesuai dengan pernyataan responden. Hasil penelitian yang dilakukan di SMA Kristen I Tomohon menunjukkan data yang paling besar responden yang berusia 16 tahun (55,3%).

Dari hasil penelitian untuk usia haid pertama (*menarche*) di dapatkan bahwa responden yang paling banyak mengalami *menarche* yaitu berada pada usia 12 tahun (36,4%). Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa menstruasi dimulai antara usia 12-15 tahun, tergantung pada berbagai faktor seperti kesehatan wanita, status nutrisi dan pola hidup sehat dan beerlangsung sampai mencapai usia 45-50 tahun. (Anurogo, 2008).

Hasil penelitian berdasarkan tabel 3 tentang distribusi responden menurut lamanya perdarahan menstruasi menunjukan bahwa sebagian besar responden mengalami haid selama 3-7 hari dengan presentase 69,7%. Hal ini menunjukan bahwa remaja di SMA Kristen I Tomohon umumnya memiliki siklus haid yang normal.

Berdasarkan hasil penelitian untuk kejadian dismenore didapatkan bahwa responden yang mengalami dismenore menunjukan presentase yang paling besar yaitu 121 responden (91,7%). Data ini menggambarkan bahwa remaja putri di SMA Kristen I Tomohon yang sudah menstruasi umumnya mengalami dismenore. Hal ini terjadi karena pada umumnya remaja yang duduk di Sekolah Menengah Atas tidak lepas dari masalah menstruasi seperti dismenore.

Hasil analisa peneliti banyaknya responden yang mengalami gangguan dalam aktivitas belajar diakibatkan karena nyeri haid yang dirasakan dalam proses belajar mengajar. Hal ini menyebabkan remaja putri sulit berkonsentrasi karena ketidaknyamanan yang dirasakan ketika nyeri haid.

Hasil penelitian dengan menggunakan uji *fisher* didapatkan nilai  $p = 0,000 < \alpha 0,05$  yang berarti bahwa  $H_0$  ditolak dan ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di SMA Kristen I Tomohon. Hal ini didukung oleh penelitian yang menunjukan bahwa seorang remaja yang mengalami dismenore akan merasa terganggu dalam

aktivitasnya dan tidak jarang membatasi aktivitas mereka (Kurniawati, 2008).

Berdasarkan hasil wawancara yang dilakukan oleh peneliti dengan 2 orang guru di SMA Kristen I Tomohon mereka mengatakan bahwa remaja putri yang mengalami dismenore pada saat jam pelajaran ada yang meminta izin untuk pulang dan kadang ada yang meminta izin untuk diberikan dispensasi beristirahat di ruangan UKS. Hal ini didukung dari hasil studi pendahuluan melalui wawancara dengan beberapa remaja putri di SMA Kristen I Tomohon bahwa ketika mereka mengalami dismenore di sekolah aktivitas belajar mereka menjadi terganggu.

## SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan angka kejadian dismenore di SMA Kristen I Tomohon mencapai 91,7%, Responden yang mengalami dismenore menunjukan bahwa aktivitas belajar mereka terganggu akibat nyeri haid yang dirasakan dengan presentase 68,9%, Ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di SMA Kristen I Tomohon yang ditunjukan dari hasil uji statistik *Chi-Square* nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$  yang berarti  $H_0$  ditolak.

## DAFTAR PUSTAKA

- Anurogo.(2008).*Segalasesuatutentangnyerihaid*.<http://www.kabarindonesia.com/berita.php?pil=3&dn=2008061916480>. Diakses tanggal 5 Juli 2013.
- Dewi, Heriana Eka. (2012). *Memahami Perkembangan Fisik Remaja*. Gosen Publishing : Yogyakarta.
- Dimiyati. (2002). *Belajar dan Pembelajaran*. Departemen Pendidikan dan Kebudayaan : Jakarta.
- Handayani. (2012). Tesis : *Dismenore dan Kecemasan Pada Remaja*. <http://etd.ugm.ac.id/index.php?mod=download&sub=DownloadFile&act=view&typ=html&file=0150-H-2012.pdf&fyp=4&id=54753>. Diakses tanggal 15 April 2013.

- Kurniawati, Dewi., & Kusumawati, Yuli. (2011). *Pengaruh Dismenore Terhadap Aktivitas Pada Siswi SMK*.  
<http://journal.unnes.ac.id/nju/index.php/kemas/article/viewFile/1758/1953>. Diakses pada tanggal 8 April 2013.
- Laila, Nur Najmi. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Buku Biru : Yogyakarta.
- Lestari, Hesti., Metusala, Jane., & Suryanto, Diana Yuliana (2010). *Gambaran Dismenore Pada Remaja Putri Sekolah Menengah Pertama di Manado*.  
<http://www.idai.or.id/saripediatri/pdf/12-2-7.pdf>. Diakses 8 April 2013.
- Ningsih, Ratna. (2011). *Efektifitas Paket Pereda Intensitas Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenore di SMAN Kecamatan Curup*.  
[Lontar.ui.ac.id/file?file/Digital/20282111-T%20%20Ratna%20Ningsih%20.Pdf](http://Lontar.ui.ac.id/file?file/Digital/20282111-T%20%20Ratna%20Ningsih%20.Pdf). Diakses pada tanggal 8 April 2013.
- Nursalam. (2010). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan. Pedoman Skripsi Tesis dan Instrument Penelitian*. Salemba Medika : Jakarta.
- Rosa, Desni. (2010). *Karakteristik Gejala Dismenore dan Pengaruhnya Terhadap Aktvittas Belajar Mahasiswi SI Fakultas Keperawatan USU*.  
<http://repository.usu.ac.id/bitstream/123456789/19180/5/Chapter%20I.pdf>. Diakses pada tanggal 26 April 2013.
- Setiadi. (2007). *Konsep dan Penulisan Riset Keperawatan Edisi I*. Graha Ilmu : Yogyakarta.
- Sianipar, Olaf. et al. (2009). *Prevalensi Gangguan Menstruasi dan Faktor-Faktor yang Berhubungan Pada Siswi SMU di Kecamatan Pulo Gadung Jakarta Timur*.  
<http://indonesia.digitaljournals.org/index.php/idnmed/article/download/653/648>.