

# HUBUNGAN ANTARA DISMENOREA DENGAN AKTIVITAS BELAJAR SISWA SMP N 4 BOYOLALI

Pungkas Yuliani & Novita Nur Hidayati  
Akademi Kebidanan Estu Utomo Boyolali

## ABSTRAK

Menstruasi merupakan peristiwa perdarahan secara periodik dan siklik (bulanan) dari rahim disertai pelepasan selaput lendir rahim (endometrium) melalui vagina pada wanita seksual dewasa. Rasa nyeri haid merupakan keluhan ginekologi yang paling umum dan banyak dialami oleh wanita. Selanjutnya reaksi fisik muncul dalam bentuk gejala-gejala yang tidak dikehendaki dan tidak menyenangkan. Gejala ini secara teknis disebut dengan dysmenorrhea atau nyeri haid. Keadaan ini umum dan banyak mengganggu wanita pada berbagai tingkat umur.

Tujuan penelitian Mengetahui ada tidaknya hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar pada remaja putri di SMP N 4 Boyolali.

Metode penelitian Desain penelitian yang digunakan adalah metode *observasional analitik* dengan metode pendekatan *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini semua remaja putri di SMP N 4 boyolali dengan jumlah populasi 360 siswa. Analisa data menggunakan chi square.

Hasil penelitian Distribusi responden menurut kelompok dismenorea sebagian besar mengalami dismenorea ringan sebanyak 36 orang (45,6%), dismenorea sedang sebanyak 33 orang (41,8%), tidak dismenorea sebanyak 7 orang (8,9%) dan dismenorea berat sebanyak 3 orang (3,8%). Distribusi responden menurut kelompok aktivitas belajar sebanyak 49 orang (62%) dengan aktivitas ringan, sebanyak 20 orang (25,3%) dengan aktivitas sedang, ssebanyak 7 orang (8,9%) dengan tidak ada aktivitas dan sebanyak 3 orang (3,8%) dengan aktiivtas berat.

Kesimpulan ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar remaja putri kelas 1, 2 dan 3 SMP Negeri 4 Boyolali dimana  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

Kata Kunci : Dismenorea, aktivitas belajar

## PENDAHULUAN

Diperkirakan 70 % wanita di Indonesia mengalami dysmenorrhea. Angka kejadian dysmenorrhea tipe primer sekitar 54,89 % sedangkan sisanya adalah penderita dysmenorrhea sekunder sekitar 10-15 % yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini akan menurunkan kualitas hidup pada individu masing-masing. (Menur, 2009)

Pada harian Pikiran Rakyat Bandung (2006) hasil penelitian tahun

2002 di 4 SLTP di Jakarta (733 subyek) sekira 74,1 % siswi mengalami nyeri haid ringan sampai berat. Hasil penelitian menurut S Atmadja ( 2006 ) melaporkan bahwa 52 % pelajar di Yogyakarta tidak dapat melakukan aktivitas harian dengan baik selama mengalami haid.

Hasil studi pendahuluan pada sekolah SMP N 4 Boyolali didapatkan bahwa siswa perempuan disekolah tersebut pernah mengalami nyeri haid (dismenore) dan sampai meminta izin pulang karena tidak tahan dengan

dismenore yang mereka alami. Dari daftar kehadiran siswa disekolah didapatkan data bahwa hampir setiap bulannya sekitar 10 % selalu ada siswa perempuan yang tidak hadir dikarenakan sakit atau mengalami dismenore. Adapun hasil wawancara yang dilakukan penulis terhadap 6 orang remaja putri kelas 1, 2, dan 3 di SMP N 4 Boyolali mengatakan bahwa pelajar tidak dapat melakukan aktivitas belajar dengan baik selama mengalami haid.

### **TINJAUAN PUSTAKA**

Dismenorea adalah nyeri haid menjelang atau selama haid. Nyeri sering bersamaan dengan rasa mual, sakit kepala, perasaan mau pingsan, lekas marah. Dismenorea di bagi menjadi dismenorea sekunder dan dismenorea primer. (Frank W, 2001)

Dismenore sekunder disebabkan oleh kondisi iatrogenik dan patologis yang beraksi di uterus, tuba falopi, ovarium, atau pelvis peritoneum. Secara umum, nyeri datang ketika terjadi proses yang mengubah tekanan di dalam atau di sekitar pelvis, perubahan atau terbatasnya aliran darah, atau karena iritasi peritoneum pelvis. Proses ini berkombinasi dengan fisiologi normal dari menstruasi sehingga menimbulkan ketidaknyamanan. Ketika gejala ini terjadi pada saat menstruasi, proses ini menjadi sumber rasa nyeri. Penyebab dismenore sekunder dapat diklasifikasikan dalam 2 golongan, yaitu penyebab intrauterin dan penyebab ekstrauterin (Smith, 2003).

Menurut Faisal (2001) keluhan dismenorea primer yang menjelma menjadi keluhan diseluruh tubuh, antara lain mual dan muntah-muntah, rasa letih, sakit daerah bawah pinggang, perasaan cemas dan tegang, pusing kepala dan bingung, diare, dan sakit kepala.

### **METODOLOGI PENELITIAN**

Desain penelitian yang digunakan adalah metode *observasional analitik* dengan metode pendekatan *cross sectional*.

Variabel dependent (bebas) pada penelitian ini adalah dismenorea . Dismenorea adalah nyeri haid menjelang atau selama haid. Nyeri sering bersamaan dengan rasa mual, sakit kepala, perasaan mau pingsan, lekas marah.

Variabel independent (terikat) pada penelitian ini adalah aktivitas belajar. Aktivitas belajar adalah suatu perbuatan baik rohani yang menghendaki bekerjanya fungsi pemikiran, maupun perbuatan jasmani yang menghendaki gerakan fungsi otot-otot individu yang belajar.

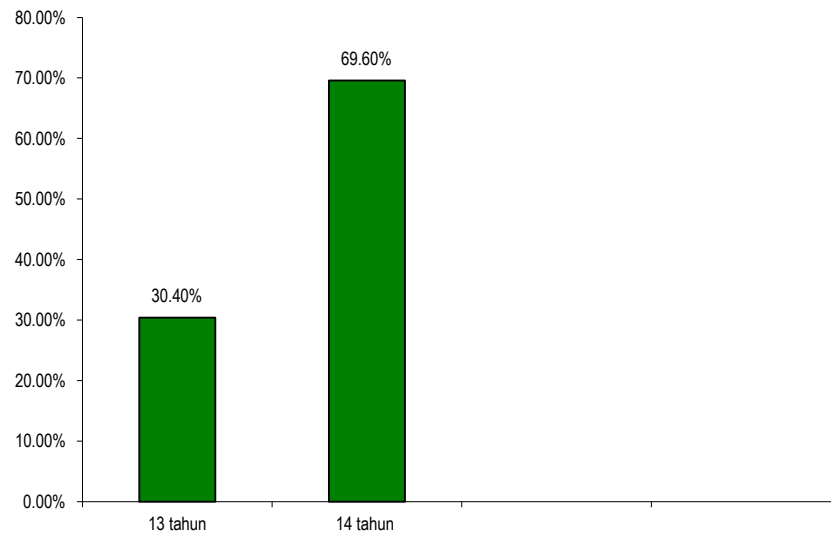
### **HASIL PENELITIAN**

Berdasarkan penelitian yang dilakukan di SMP Negeri 4 Boyolali pada bulan Mei 2010 didapatkan hasil sebagai berikut :

Analisa Univariat

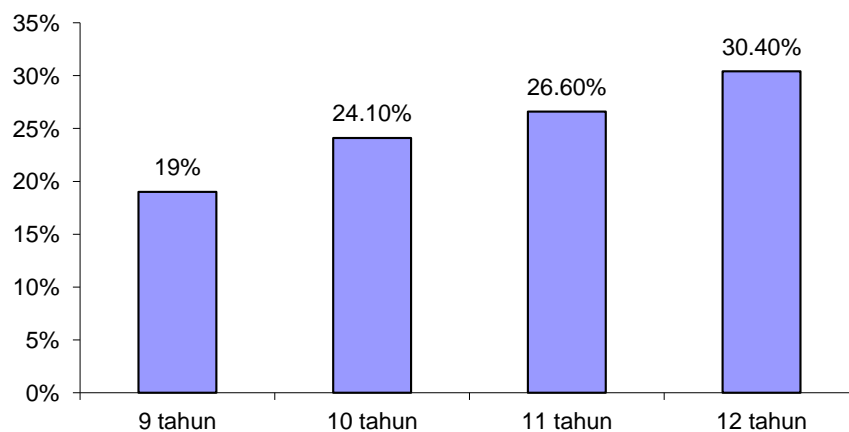
Analisa univariat dilakukan untuk menganalisa karakteristik responden, dalam penelitian ini adalah umur dan umur menstruasi.

a. Umur Responden



Distribusi Umur Remaja Putri Kelas 1, 2, 3 SMP Negeri 4 Boyolali

b. Umur Menstruasi



c. Dismenorea

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Dismenorea di SMP Negeri 4 Boyolali

No	Dismenorea	Frekuensi	(%)
1	Tidak Dismenorea	7	8,9
2	Dismenorea Ringan	36	45,6
3	Dismenorea sedang	33	41,8
4	Dismenorea Berat	3	3,8
	Jumlah	79	100

Sumber : Data Primer

d. Aktivitas Belajar

Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Aktivitas Belajar di SMP Negeri 4 Boyolali

No	Aktivitas Belajar	Frekuensi	%
1	Tidak Aktif	7	8,9
2	Aktivitas Rendah	49	62
3	Aktivitas Sedang	20	25,3
4	Aktivitas Tinggi	3	3,8
	Jumlah	79	100

Sumber : Data Primer

e. Analisa Bivariat

Hubungan Dismenorea dengan Aktivitas Belajar di SMP Negeri 4 Boyolali

Dismenorea	Aktivitas Belajar			Total	p	$\chi^2$
	Tidak aktif	Rendah	Sedang			
Tidak Ringan	0	0	0	7 (8,9%)	0,00	89,03
Sedang	4 (5,1%)	25 (31,6%)	8 (10,1%)	3 (3,8%)		
Berat	3 (3,8%)	20 (25,3%)	0	0		
		0				
Jumlah	7 (8,9%)	45 (57%)	17 (21,5%)	10 (12,7%)	79	

Sumber : Data Primer

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa responden dengan tidak aktif sebanyak 7 orang dengan dismenorea berat 3 orang (3,8%), sedang sebanyak 4 orang (5,1%). Responden dengan aktivitas rendah dengan dismenorea ringan sebanyak 25 orang (31,6%), sedang sebanyak 20 orang (25,3%). Responden dengan aktivitas sedang sebanyak 17 orang dengan dismenorea ringan 8 orang (10,1%), dan sedang sebanyak 9 orang (11,4%). Responden dengan aktivitas tinggi sebanyak 10 orang dengan dismenorea ringan sebanyak 3 orang (3,8%) dan tidak ada dismenorea sebanyak 7 orang (8,9%). Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *chi square* didapatkan bahwa ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar dengan nilai  $p = 0,00$  dan nilai  $\chi^2 = 89,039$ . Hal ini berarti semakin mengalami dismenorea semakin tidak ada aktivitas pada remaja putri kelas 1, 2 dan 3 SMP Negeri 4 Boyolali.

**PEMBAHASAN**

Responden dalam penelitian ini adalah siswi kelas 1, 2 dan 3 yang sudah mengalami haid dan sering mengalami dismenorea pada saat haid. Hasil penelitian menunjukkan bahwa usia responden antara 13 tahun sampai dengan 14 tahun, sehingga dapat disimpulkan bahwa responden adalah remaja awal. Menurut Hurlock (2002), remaja awal adalah remaja dengan usia 10-14 tahun.

Hasil penelitian menunjukkan bahwa responden sebagian besar mengalami menarche pada umur 12 tahun sebanyak 24 orang (30,4%). Hasil ini menunjukkan bahwa remaja putri sudah mengalami menstruasi pada umur 12 tahun. Hasil ini sesuai dengan Llewellyn (2003), bahwa usia menarche adalah 10-12 tahun.

Berdasarkan hasil penelitian diketahui bahwa sebagian besar remaja putri mengalami dismenorea ringan sebanyak 36 orang (45,8%). Hal ini dikarenakan gejala yang dialami remaja putri keluhan dismenorea primer yang menjelma menjadi keluhan diseluruh tubuh, antara lain mual dan muntah-muntah, rasa letih, sakit daerah bawah pinggang, perasaan cemas dan tegang, pusing kepala dan bingung, diare, dan sakit kepala (Faizal, 2001).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa remaja putri sebagian besar mempunyai aktivitas belajar rendah sebanyak 49 orang (62%). Hal ini dikarenakan siswa mampu menjawab kuesioner sebanyak 13-26. Hasil ini sesuai dengan Dimiyati dan mudjiono (1999 : 236 ) menyatakan bahwa "proses belajar merupakan aktivitas psikis berkenaan dengan bahan belajar". Aktivitas belajar dialami oleh siswa sebagai proses, yaitu proses belajar sesuatu. Aktivitas belajar

tersebut juga dapat diketahui oleh guru dan perlakuan siswa terhadap bahan belajar (Sardiman, 2004).

. Lebih lanjut Suryabrata (2006), aktivitas yang didorong oleh motif intrinsik ternyata lebih sukses daripada didorong oleh motif ekstrinsik. Dalam belajar, motif intrinsik adalah faktor-faktor yang berasal dari diri pelajar, antara lain tonus-tonus jasmani pada umumnya melatar belakangi aktivitas belajar. Keadaan jasmani yang segar akan lain pengaruhnya dengan keadaan jasmani yang kurang segar; dalam hubungan ini beberapa penyakit ringan termasuk keluhan dismenorea primer seperti nyeri di bagian bawah pinggang, sakit kepala, mual dan muntah, diare, itu biasanya diabaikan karena dipandang tidak cukup serius untuk mendapat perhatian dan pengobatan, akan tetapi dalam kenyataannya penyakit-penyakit semacam itu sangat mengganggu aktivitas belajar (Suryabrata S, 2006).

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan data bahwa sebagian besar responden termasuk dalam kategori tingkat dismenorea ringan namun ada yang mempunyai aktivitas belajar ringan, hal ini dikarenakan aktivitas belajar tidak hanya dipengaruhi oleh dismenorea saja, namun dipengaruhi faktor lain yaitu lingkungan dan nutrisi serta emosi. Faktor lingkungan yang dikelompokkan dalam lingkungan alami atau fisik dan lingkungan social (Masrial, 2001).

Hasil penelitian menunjukkan bahwa sebagian besar responden mengalami dismenorea sebanyak 72 orang. Menurut Paath (2005), secara psikologis wanita remaja yang mengalami haid akan mengeluh rasa nyeri dan mengeluh rasa sakit perut. Ini disebabkan oleh berbagai macam faktor meliputi faktor kejiwaan, *konstitusi*, *endokrin*, alergi dan status gizi. Tetapi pada beberapa remaja keluhan tersebut tidak dirasakan. Hal

ini dipengaruhi oleh nutrisi yang adekuat agar menstruasi tidak menimbulkan keluhan-keluhan.

Hasil analisa bivariat dengan menggunakan chi square didapatkan  $\chi^2 = 89,03(p<0,05)$ . Dengan demikian ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar. Dismenorea mempunyai pengaruh sebanyak 89% terhadap aktivitas belajar. Hasil ini sesuai dengan Atmaja (2006), bahwa ada hubungan yang bermakna antara dismenorea primer dengan prestasi belajar siswi. Sehingga penelitian ini bisa digeneralisasikan kepada pembaca, baik siswi di SMP N 4 Boyolali, siswi di sekolah lain dan juga wanita yang mengalami dismenorea.

## **PENUTUP**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan maka disimpulkan bahwa :

1. Distribusi responden menurut kelompok dismenorea sebagian besar mengalami dismenorea ringan sebanyak 36 orang (45,6%), dismenorea sedang sebanyak 33 orang (41,8%), tidak dismenorea sebanyak 7 orang (8,9%) dan dismenorea berat sebanyak 3 orang (3,8%).
2. Distribusi responden menurut kelompok aktivitas belajar sebanyak 49 orang (62%) dengan aktivitas ringan, sebanyak 20 orang (25,3%) dengan aktivitas sedang, sebanyak 7 orang (8,9%) dengan tidak ada aktivitas dan sebanyak 3 orang (3,8%) dengan aktivitas berat.
3. Ada hubungan antara dismenorea dengan aktivitas belajar remaja putri kelas 1, 2 dan 3 SMP Negeri 4 Boyolali dimana  $p = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

### **Saran**

Berdasarkan kesimpulan di atas dapat diberikan saran sebagai berikut :

1. Bagi Siswi  
Diharapkan penelitian ini dapat menambah wawasan dan pengetahuan tentang pentingnya belajar agar remaja dapat

- mengatasi kejadian dismenorea pada waktu menstruasi.
2. Bagi Ilmu pengetahuan Menambah bahan bacaan dan referensi untuk lingkungan kesehatan wanita yaitu cara mengatasi dismenorea.
  3. Bagi profesi bidan Diharapkan dapat menjadi masukan bagi profesi terutama bidan dalam memberikan asuhan kebidanan pada yang menderita dismenorea.
  4. Bagi Peneliti Selanjutnya Bagi peneliti selanjutnya karya tulis ilmiah ini bisa dijadikan acuan dalam melakukan penelitiannya.

#### DAFTAR PUSTAKA

- Alice R, Duff P, Edward R, dan Davis J V. 2004. *Obstetrics and gynecology*. Mc Grawill. Florida. p : 163
- AM Sardiman, 2004. *Interaksi dan Motivasi belajar – mengajar*. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta. p : 97
- Arikunto S, 2006. *Prosedur Penelitian*. PT Rineka Cipta. Jakarta. p : 152
- Atmaja S. 2006. *Cermin Dunia Kedokteran*. Grup PT Kalbe Farma Tbk Jakarta. p : 55
- Frank W, Duff P. 2001. *Obstetrics and gynecology Principles For Praticce*. Mc Graw Hill Medical Publishing Division. New York. p : 1084
- Harian Pikiran Rakyat. 2006. "Waspada! Nyeri Haid". Harian Pikiran Rakyat Bandung
- Jon F, Knight. 2004. *Wanita Ciptaan Ajaib*. Indonesia Publising House. Bandung. p : 20
- Junizar, G. 2008. Kespro. <http://www.Dismenorea>. Wetpain.com. 5 Desember 2009 jam:10:15 Wib.
- Kusuma, W. 2008. Dismenorea. <http://www.Fordearest.com>. 02 Desember 2009 jam: 20:56 Wib
- Machfoed I, Zein A Y, Suryani E, Suherni, Sujiyatmi. 2005. *Teknik Membuat Alat Ukur Penelitian Bidang Kesehatan, Keperawatan, dan Kebidanan*. Fitramaya. Yogyakarta. p : 36
- Magowan B. 2005. *Obstetry and Gynecology*. Elsevier Churchill Living stone. Edinburghh London. p : 266
- Masrial. 2001. *Teras Kuliah Belajar – Mengajar Aktif*. Angkasa Raya. Padang. p : 11
- Menur. 2009. Kespro. <http://www.Dismenorea>. Wetpain.com. 5 Desember 2009 jam:11:05 Wib
- Mulyatmi. 2002. *Pengaruh Lingkungan Belajar dan Aktivitc Terhadap Prestasi Belc Siswa SMP NEGERI + 1 Yogyakarta Tahun Pelajaran 2009/2010*.
- Nursalam. 2003. *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan Salemba Medika*. Jakarta. p : 98
- Sugiyono. 2005. *Statistika. Untuk Penelitian*. CV Alfabeta. Bandung. p : 72
- Suryabarta S. 2006. *Psikologi Pendidikan*. PT Raja Grafindo Parsada. Jakarta. P : 89
- TQ Arief M. 2004. *Pengantar Metodologi Kesehatan Untuk Ilmu Kesehatan*. CSGF. Klaten. P: 71
- Yamin M. 2007. *Kiat Membelajarkan Siswa*. Gaung Persada Press. Jakarta. P : 75
- Yastroki. 2008. *Aktivitas*. <http://www.Aktivitas> belajar. Wetpain.com. 10 April 2010 jam:10:15 Wib.
- Yatim F. 2001. *Haid Tidak Wajar Dan Menopause*. Pustaka Obor. Jakarta. Jakarta. P : 15
- W Hanifa. 2005. *Ilmu Kandungan*. Pustaka Sarwono Prawiroharjdo. Jakarta. p .232

