

HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR MAHASISWI PSIK FK UNUD TAHUN 2014

Dwi Pranya Iswari, Kadek, Ns. I Dewa Ayu Ketut Surinati S.Kep.M.Kes (1), Ns. I
G.A.A. Putri Mastini, S.Kep. M.Kes (2)

Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Kedokteran Universitas Udayana

Abstract. Dysmenorrhea is painful cramps or tightness in the abdominal area, started in the 24 hours before the onset of menstrual bleeding can last 24-36 hours and weighed only lasted 24 hours. Dysmenorrhea is experienced by the student may have an impact on learning activities as learning activities are influenced by physiological aspects associated with the general physical fitness levels and marks can affect the spirit and intensity of students in upper division courses. The purpose of this study was to determine the relationship of dysmenorrhea with learning activities. This study was a non-experimental design is a correlational study with cross-sectional approach that aims to analyze the relationship between dysmenorrhea with student learning activities PSIK FK Unud. Samples were taken through a purposive sampling technique as many as 158 people. The data analysis using the Spearman Rank correlation test with a significance limit of 95% or $\alpha = 0.05$. The study was conducted at the Campus PSIK FK Unud on 17, 18, 24 and 25 March 2014, shows most respondents experienced moderate dysmenorrhea that 140 respondents (88.6%) and impaired learning activities were 108 respondents (68.4%). P value of 0.01 ($p < 0.05$) and $r = 0.255$, with a positive value, it can be concluded that there was a weak unidirectional relationship between dysmenorrhea with student learning activities at PSIK FK Unud in 2014.

Keywords: Dysmenorrhea, Learning Activities, Student PSIK FK Unud

PENDAHULUAN

Tahap pertama pertanda kedewasaan atau pubertas pada anak perempuan yaitu mengalami menstruasi atau haid. Menstruasi merupakan bagian dari proses reguler yang mempersiapkan tubuh wanita setiap bulannya untuk kehamilan (Arisman, 2004). Menstruasi terjadi di sepanjang kehidupan wanita dimulai dari *menarche* sampai *menopause*. Banyak wanita usia reproduktif yang mengalami ketidaknyamanan fisik atau merasa tersiksa saat menjelang atau selama haid berlangsung. Salah satu ketidaknyamanan fisik yang dapat mengganggu aktivitas sehari-hari saat menstruasi yaitu dismenore (Kasdu, 2005).

Dismenore adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama

menstruasi (Saryono, 2009). Secara fisiologi menstruasi terjadi akibat dari aktivitas prostaglandin yang tidak seimbang di daerah uterus yang menstimulasi kontraksi otot polos dinding uterus untuk mengeluarkan dinding endometrium yang diluluhkan (Ganong & William, 2007). Dismenore ini umumnya terjadi sekitar 2 atau 3 tahun setelah menstruasi pertama dan mencapai klimaksnya saat wanita berusia 15-25 tahun (Simanjuntak, 2008).

Prevalensi dismenore cukup tinggi di dunia, dimana diperkirakan 50% dari seluruh wanita di dunia menderita dismenore dalam sebuah siklus menstruasi. Pasien melaporkan nyeri saat haid, dimana sebanyak 12% nyeri haid sudah parah, 37% nyeri haid sedang, dan 49% nyeri haid masih ringan (Calis, 2009). Studi

epidemiologi di Swedia melaporkan angka prevalensi nyeri menstruasi sebesar 80% remaja usia 19-21 tahun mengalami nyeri menstruasi (Widjanarko, 2007). Di Amerika angka kejadiannya sekitar 60% sementara di Indonesia sendiri diperkirakan 55% wanita usia produktif yang tersiksa akibat dismenore (Proverawati & Misaroh, 2009).

Gejala utama dismenore adalah nyeri yang terkonsentrasi pada abdomen bawah, region umbilikal atau region suprapubik dari abdomen. Dismenore juga sering dirasakan pada abdomen kiri atau kanan. Nyeri ini dapat menjalar ke paha atau punggung bawah. Gejala lain yang menyertai berupa mual, muntah, diare, sakit kepala, capek, dan pusing (ACOG, 2006). Nyeri hebat dirasakan sangat menyiksa oleh sebagian wanita bahkan kadang menyebabkan kesulitan berjalan ketika haid menyerang. Banyak wanita terpaksa harus berbaring karena terlalu menderita sehingga tidak dapat mengerjakan sesuatu apapun. Beberapa wanita bahkan pingsan dan mabuk, keadaan ini muncul cukup hebat sehingga menyebabkan penderita mengalami "kelumpuhan" aktivitas untuk sementara waktu. Kelainan yang selalu timbul ini walaupun tidak sampai menyebabkan kematian seseorang, tetapi akan sangat mengganggu syarafnya, kadang-kadang sampai mengalami penderitaan yang kronis atau menahun (Abbaspour, 2006). Umumnya ketidaknyamanan ini dimulai 1-2 hari sebelum menstruasi namun nyeri paling berat dirasakan selama 24 jam pertama menstruasi dan mereda pada hari kedua (Morgan, 2009).

Dismenore dapat diklasifikasikan menjadi dua berdasarkan penyebabnya yaitu dismenore primer dan sekunder. Di

Indonesia angka kejadian dismenore primer yaitu dismenore tanpa disebabkan oleh kelainan patologis pada panggul sebesar 54,89% sedangkan sisanya adalah penderita dismenore sekunder yaitu dismenore yang berhubungan dengan berbagai keadaan patologi genitalia (Calis, 2009).

Ditinjau dari berat ringannya rasa nyeri, dismenore dibagi menjadi tiga kategori yaitu dismenore ringan, dismenore sedang, dan dismenore berat (Manuaba, 2001). Di Amerika Serikat sebesar 10-15% wanita mengalami dismenore berat yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini akan menurunkan kualitas hidup pada individu masing-masing. Dismenore menyebabkan 14% dari pasien remaja sering tidak hadir di sekolah dan tidak mampu menjalani kegiatan sehari-hari (Calis, 2009).

Remaja yang mengalami dismenore pada saat menstruasi mempunyai lebih banyak hari libur kerja dan prestasinya kurang begitu baik disekolah dibandingkan remaja yang tidak terkena dismenore (Hacker & Moore, 2001). Remaja dengan dismenore berat mendapat nilai yang rendah (6,5%), menurunnya konsentrasi (87,1%) dan absen dari sekolah (80,6%) (Tangchai, 2004). Dismenore pada remaja harus ditangani meskipun hanya dengan pengobatan sendiri atau non farmakologi untuk menghindari hal-hal yang lebih berat. Dismenore tidak hanya menyebabkan gangguan aktivitas tetapi juga memberi dampak dari segi fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi terhadap wanita diseluruh dunia.

Dampak psikologis dari dismenore dapat berupa konflik emosional, ketegangan, dan kegelisahan. Hal tersebut

dapat menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan asing. Sedikit tidak merasa nyaman dapat dengan cepat berkembang menjadi suatu masalah besar dengan segala kekesalan yang menyertainya. Hal tersebut nantinya akan mempengaruhi kecakapan dan keterampilannya. Kecakapan dan keterampilan yang dimaksud berarti luas, baik kecakapan personal (*personal skill*) yang mencakup; kecakapan mengenali diri sendiri (*self awareness*) dan kecakapan berpikir rasional (*thinking skill*), kecakapan sosial (*social skill*), kecakapan akademik (*academic skill*), maupun kecakapan vokasional (*vocational skill*) (Trisianah, 2011). Dismenore menyebabkan aktivitas belajar dalam pembelajaran bisa terganggu, konsentrasi menjadi menurun bahkan tidak ada sehingga materi yang diberikan selama pembelajaran yang berlangsung tidak bisa ditangkap oleh perempuan yang sedang mengalami dismenore (Dawood, 2006).

Program Studi Ilmu Keperawatan (PSIK) FK Unud merupakan institusi pendidikan jurusan Ilmu Keperawatan yang memiliki jadwal perkuliahan yang cukup padat yaitu 7-8 jam belajar efektif setiap hari senin sampai jumat, dimana kegiatan perkuliahannya terdiri dari lecture yaitu mendengarkan materi dari dosen pengajar, *Small Group Discussion* (SGD) yaitu diskusi kelompok kecil untuk membahas topik tertentu dengan pendampingan fasilitator yaitu dosen yang menilai kegiatan diskusi tersebut, dan pleno yaitu presentasi hasil SGD. Masing-masing kegiatan tersebut berkontribusi terhadap nilai akhir mahasiswa. Kegiatan SGD memiliki rata-rata bobot nilai 20-25%, pleno dan penugasan 10-20% dan paling tinggi nilai ujian yaitu 35-40%,

sehingga dituntutnya keaktifan mahasiswa selama kegiatan tersebut seperti mengemukakan pendapat, bertanya, menjawab, presentasi dengan baik untuk memperoleh nilai yang maksimal.

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan di PSIK FK Unud program A didapatkan data jumlah mahasiswa angkatan 2010 yaitu 74 orang, 2011 sebanyak 54 orang, 2012 sebanyak 57 orang dan 2013 sebanyak 75 orang, dimana perempuan yang mendominasi dari tiap-tiap angkatan tersebut. Hasil wawancara yang dilakukan kepada 55 mahasiswa PSIK FK Unud program A angkatan 2010-2013, didapatkan data bahwa 11% dari mahasiswa tersebut tidak mengalami dismenore dan 89% mengalami dismenore. Dari mahasiswa yang mengalami dismenore tersebut yang mengatakan tidak selalu menghadiri kegiatan perkuliahan saat mengalami dismenore sebanyak 19%, tidak bersemangat mengikuti perkuliahan (73%), tidak berani pleno atau mempresentasikan hasil diskusi dalam SGD di depan kelas (65%), penurunan konsentrasi (67%), penurunan keaktifan seperti tidak mampu mengemukakan pendapat saat SGD (61%), dan penurunan kemampuan saat melaksanakan praktikum atau skill lab (57%).

Tingginya prevalensi dismenore dan gejala yang ditimbulkan dari dismenore tentunya dapat mengganggu aktivitas belajar mahasiswa. Beberapa dampak dismenore yang dapat mengganggu aktivitas belajar mahasiswa yaitu penurunan konsentrasi dalam mengikuti perkuliahan seperti tidak sanggup mengikuti perkuliahan penurunan keaktifan seperti ketidakmampuan presentasi secara maksimal,

ketidakmampuan bertanya dan menjawab secara maksimal selama kegiatan perkuliahan atau pleno, dan akan berdampak lebih besar lagi apabila gejala tersebut dialami pada mahasiswi yang sedang menjalani ujian. Nyeri saat menstruasi dilaporkan sebagai keluhan ginekologis paling umum dan paling sering menyebabkan ketidakhadiran seseorang remaja ataupun dewasa dari sekolah ataupun aktivitas lainnya (French, 2005).

Berdasarkan uraian latar belakang diatas peneliti tertarik untuk meneliti mengenai “Hubungan Dismenore dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi PSIK FK Unud Tahun 2014.

METODE PENELITIAN

Rancangan Penelitian

Penelitian ini merupakan *non-experimental design* yaitu berupa penelitian korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*, yang menjelaskan hubungan antara variabel dismenore dan aktivitas belajar.

Populasi dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswi yang sedang aktif dalam kegiatan perkuliahan tahun ajaran 2014 di PSIK FK Unud yaitu mahasiswi PSIK FK Unud Program A angkatan 2010-2013 yang mengalami dismenore sebanyak 170 orang. Melalui teknik sampling, *nonprobability sampling* yaitu *purposive sampling* dari populasi didapatkan data bahwa mahasiswi yang mengalami dismenore ringan (12 orang), dismenore sedang (140 orang), dan dismenore berat (18 orang). Jadi didapatkan sampel dalam penelitian ini yaitu mahasiswi yang mengalami dismenore sedang dan berat

yaitu sebanyak 158 orang sedangkan mahasiswi yang mengalami dismenore ringan dikeluarkan dari penelitian karena memenuhi kriteria eksklusi.

Instrumen Penelitian

Pengumpulan data dilakukan dengan cara penyebaran kuesioner yang terdiri dari kuesioner dismenore dan aktivitas belajar. Kuesioner tersebut telah dinyatakan valid dan reliabel berdasarkan perhitungan statistik.

Prosedur Pengumpulan Data dan Analisis Data

Peneliti melakukan penyebaran kuesioner dismenore dan aktivitas belajar yang telah disertai lembar *inform consent* kepada populasi yaitu mahasiswi PSIK FK Unud Program A angkatan 2010-2013 yang mengalami dismenore sebanyak 170 orang. Peneliti kemudian mengumpulkan data yang didapat dan dilakukan identifikasi dismenore (ringan, sedang atau berat). Untuk dismenore ringan (skor 1-4), dismenore sedang (skor 5-8) dan dismenore berat (skor 9-12). Didapatkan data bahwa mahasiswi yang mengalami dismenore ringan (12 orang), dismenore sedang (140 orang), dan dismenore berat (18 orang). Melalui teknik *nonprobability sampling* yang berupa *purposive sampling* kepada populasi sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Sampel yang didapatkan yaitu mahasiswi PSIK FK Unud Program A angkatan 2010-2013 yang mengalami dismenore sedang dan berat sebanyak 158 orang. Peneliti mengumpulkan data dari kuesioner dismenore dan aktivitas belajar yang telah diisi oleh sampel dalam penelitian ini, setelah data terkumpul maka dilakukan tabulasi, dan dimasukkan dalam tabel frekuensi distribusi yang kemudian

diinterpretasikan dan dianalisis dengan menggunakan uji Korelasi Rank Spearman dengan tingkat kepercayaan 95%, atau $p \leq 0,05$.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karakteristik gejala dismenore berdasarkan derajat nyerinya yang paling banyak dialami responden adalah dismenore sedang sebanyak 140 mahasiswi (88,6%) sedangkan dismenore berat yaitu 18 mahasiswi (11,4%). Sementara mengenai aktivitas belajarnya, sebagian besar responden mengalami aktivitas belajar terganggu yaitu 108 mahasiswi (68,4%), kategori sangat terganggu yaitu 34 mahasiswi (21,5%), dan kategori tidak terganggu akibat dismenore yaitu 16 mahasiswi (10,1%).

Hasil uji statistik korelasi Rank Spearman mengenai hubungan dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK Unud tahun 2014 dengan tingkat kepercayaan 95% atau $p \leq 0,05$, didapatkan nilai $p=0,01$ yaitu kurang dari 0,05 ($p < 0,05$) yang berarti bahwa H_0 ditolak dan H_a diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar. Adapun kekuatan hubungan dapat dilihat berdasarkan nilai *Correlation Coefficient* (r) yaitu 0,255 (interval r antara 0,20-0,399) dengan nilai positif yang berarti ada hubungan searah yang lemah antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK Unud tahun 2014.

PEMBAHASAN

Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa mahasiswi PSIK FK Unud Program A angkatan 2010-2014 yang mengalami dismenore sedang dan berat aktivitas

belajarnya yang terbesar adalah dalam kategori terganggu yaitu sebanyak 108 mahasiswi (68,4%), sementara dalam kategori sangat terganggu yaitu sebanyak 34 mahasiswi (21,5%), dan kategori tidak terganggu akibat dismenore yaitu 16 mahasiswi (10,1%). Hal tersebut menunjukkan bahwa mahasiswi PSIK FK Unud yang mengalami dismenore sedang dan berat sebagian besar mengalami gangguan pada aktivitas belajarnya. Aktivitas belajar di PSIK FK Unud cukup padat dengan rata-rata memiliki 7-8 jam belajar efektif setiap hari senin-jumat, dimana kegiatan perkuliahnya meliputi lecture yaitu mendengarkan penyampain materi dari dosen pengajar, SGD yaitu diskusi kelompok kecil untuk membahas mengenai topik tertentu dengan didampingi oleh fasilitator yaitu dosen yang menilai jalannya diskusi dan keaktifan mahasiswa selama kegiatan diskusi berlangsung, pleno yaitu presentasi makalah tugas SGD, *skill lab* atau praktikum terkait materi keperawatan. Masing-masing kegiatan tersebut berkontribusi terhadap nilai akhir mahasiswi. Mahasiswi PSIK FK Unud yang mengalami dismenore sedang dan berat pada saat perkuliahan tentunya dapat menyebabkan gangguan pada aktivitas belajarnya.

Setelah dilakukan uji Korelasi Rank Spearman dengan tingkat kepercayaan 95% ($p \leq 0,05$), didapatkan $p=0,01$ dimana pengambilan keputusan didasarkan pada nilai p (*probability*), nilai $p \leq 0,05$, maka H_0 ditolak dan H_a diterima, artinya ada hubungan dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK Unud tahun 2014. Adapun kekuatan hubungan dapat dilihat berdasarkan nilai *Correlation Coefficient* (r) yaitu 0,255 (interval r antara

0,20-0,399) dengan nilai positif yang berarti ada hubungan searah yang lemah antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK Unud tahun 2014.

Berdasarkan perolehan nilai *Correlation Coefficient* dapat dinyatakan bahwa semakin besar derajat dismenore yang dialami responden maka aktivitas belajarnya akan semakin terganggu dan kontribusi dismenore terhadap aktivitas belajar adalah sebesar 25,5% sementara 74,5% variabel lain yang tidak dianalisis dalam penelitian ini berpengaruh terhadap aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK Unud seperti faktor internal dan faktor eksternal responden. Faktor internal responden meliputi intelegensi, sikap, bakat dan motivasi mahasiswi dalam mengikuti kegiatan pembelajaran sedangkan faktor eksternal seperti kondisi lingkungan fisik dan sosial yang kurang kondusif dan faktor instrumental seperti kurikulum dan mata kuliah yang mempengaruhi minat mahasiswi dalam melaksanakan aktivitas pembelajaran.

Adanya hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK Unud Tahun 2014 menunjukkan bahwa dismenore sedang dan berat yang dialami oleh mahasiswi PSIK FK Unud dapat menyebabkan gangguan pada aktivitas belajarnya. Kondisi mahasiswi yang tidak bugar akibat mengalami dismenore sedang dan berat selama kegiatan perkuliahan di PSIK FK Unud tersebut tentunya akan mengganggu pada aktivitas belajarnya. Dampak psikologis yang ditimbulkan dari dismenore terhadap aktivitas belajar yaitu penurunan konsentrasi dalam mendengarkan materi yang disampaikan oleh dosen, kurang aktif selama kegiatan SGD maupun pleno seperti malas atau

kurang aktif dalam bertanya, menjawab, atau mengajukan pendapat terkait topik tertentu yang sedang dibahas bahkan jika mahasiswi tersebut tidak mampu menahan nyerinya karena dismenore berat, mahasiswi akan memilih ijin atau mungkin bolos kuliah karena tidak mampu untuk mengikuti kegiatan perkuliahan akibat dismenore tersebut.

KESIMPULAN DAN SARAN

Mahasiswi PSIK FK Unud sebagian besar mengalami dismenore sedang sebanyak 140 responden (88,6%) dan sebagian besar aktivitas belajarnya terganggu akibat dismenore yang dirasakan sebanyak 108 responden (68,4%). Hasil analisa statistik menggunakan uji Korelasi Rank Spearman dengan nilai $p=0,01$ ($p<0,05$) dan nilai koefisien korelasi = 0,255 menunjukkan ada hubungan searah yang lemah antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK Unud tahun 2014.

Adanya hubungan yang lemah antara dismenore dan aktivitas belajar, dimana kontribusi dismenore terhadap aktivitas belajar yaitu sebesar 25,5% menunjukkan bahwa sebanyak 74,5% terdapat faktor lain yang mempengaruhi aktivitas belajar tersebut sehingga diharapkan bagi peneliti selanjutnya dapat melakukan penelitian mengenai faktor-faktor lain yang lebih besar pengaruhnya terhadap gangguan aktivitas belajar untuk meraih prestasi yang setinggi-tingginya tanpa mengalami gangguan pada kegiatan pembelajaran.

DAFTAR PUSTAKA

Abbaspour, Z., Rostami, M. and Najjar, Sh. (2006). *The Effect of Exercise on Primary Dysmenorrhea*. J Res Health Scin 6(1):26-31.

- Arisman, MB. (2004). *Gizi Dalam Daur Kehidupan*. Jakarta: EGC.
- Calis. (2009). *Dysmenorrhea. E-medicine Obstetrics and Gynecology*, (online), (<http://emedicine.medscape.com/article/253812-overview>, diakses 13 Oktober 2013).
- Dawood, M.Y.(2006). *Primary Dysmenorrhe*. Vol 2. American College of Obstetricians and Gynecologists.
- French, L.(2005). *Dysmenorrhea*. American Family Physician 71(2): 285-291.
- Ganong, William, F.(2007). *Physiology of Reproduction in Women*. In:DeCherney, Alan H, ed, Nathan, Lauren ed, Goodwin, T Murphy, ed and Laufer, Neri ed. *Current Diagnosis & Treatment Obstetrics & Gynecology* 10th edition. United States of America: McGrawHill, 126-128.
- Kasdu, D. (2005). *Solusi Program Wanita Dewasa*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Nusantara.
- Hacker, N.F., Moore, J.G. (2001). *Esensial Obstetri dan Ginekologi* (alih bahasa oleh Edi Nugraha). Jakarta: Hipokrates.
- Manuaba, I.B.G. (2001). *Kapita Selekta Penatalaksanaan Rutin Obstetri Ginekologi dan KB*. Jakarta: EGC.
- Morgan, G., Hamilton, C.(2009). *Obstetri & Ginekologi Panduan Praktik*; Edisi 2; Cetakan I. Jakarta. Penerbit Buku Kedokteran. ECG. 180-186.
- Proverawati dan Misaroh. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
- Saryono. (2009). *Sindrom Pramenstruasi*. Jakarta: Pustaka Pembangunan Nusantara.
- Simanjuntak, P. (2008). *Gangguan Haid dan Siklusnya*. Dalam : Prawirohardjo, Sarono, Wiknjastro, Hanifa, edisi 2. Ilmu Kandungan. Jakarta : Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, 229-232.
- The American College of Obstetricians and Gynecologists. (2011). *Gynaecologic Problems-Dysmenorrhea*, (online), (http://www.acog.org/publication_s/patient_education/bp046.cfm, diakses 4 Desember 2013).
- Tangchai, K., Titapant, V., Boriboonhirunsarn, D. (2004). *Dysmenorrhea in Thai Adolescents:Prevalence, Impact and Knowledge of Treatment*. J Med Assoc Thai. 87(suppl 3):s69-73.638-640.
- Widjanarko, B. (2007). *Dismenore: Tinjauan Terapi pada Dismenore Primer*. Majalah Kedokteran Damianus 5(1):1.