
**HUBUNGAN INTENSITAS NYERI DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR PADA
REMAJA PUTRI USIA 15-18 TAHUN DI SMAN 1 BANGUNTAPAN YOGYAKARTA**

Septi Della Sanday, Viantika Kusumasari, Dian Nur Adkhana Sari

Fakultas Ilmu Keperawatan STIKes Surya Global Yogyakarta

*Correspondence: dellasanday.sds@gmail.com

Dikirim 23 Juli 2019; Diterima 27 Juli 2019; Publikasi Agustus 2019

Abstract

Dysmenorrhea is one of the menstrual problems experienced by teenage girls. According to WHO, the incidence of dysmenorrhea throughout the world estimated prevalence of 16.8% -81%. Dysmenorrhea pain felt by teenage girl during menstruation can affect the daily activities, including in learning activities at school. The purpose of this study was to determine the relationship of dysmenorrhea with learning activities in teenage girl aged 15-18 years at SMAN 1 Banguntapan, Yogyakarta. This study used a cross sectional design. The population was teenage girl class X-XI at SMAN 1 Banguntapan, Yogyakarta, totaling 133 people. Samples amounted to 80 people. The sampling technique was purposive sampling. The research instrument used was NRS and learning activity questionnaire. Data analysis by Kendall tau. The results of this study showed that 42.5% of respondents experienced mild dysmenorrhea, and 57.5% experienced severe dysmenorrhea. Learning activities felt disturbed when dysmenorrhea was 88.8% of respondents, quite disturbed by 7.5%, and 3.8% felt undisturbed. The results of the Kendall analysis or the results show $\rho = 0,000$ ($\rho < 0.05$). There is a relationship between dysmenorrhea with learning activities in teenage girl aged 15-18 years at SMAN 1 Banguntapan, Yogyakarta.

Keywords: *Dysmenorrhea, Pain intensity, Learning activities, Teenager*

1. PENDAHULUAN

Masa remaja didefinisikan sebagai masa peralihan dari masa anak-anak ke masa dewasa. Istilah ini merujuk pada masa awal pubertas sampai mencapai masa kematangan yang biasanya dimulai dari usia 12 tahun sampai 14 tahun yang ditandai dengan menstruasi pertama kali atau yang disebut menarche (1). Salah satu masalah menstruasi yang paling umum adalah dismenore. Dismenore merupakan nyeri pada perut bagian bawah pada saat menstruasi, yang terjadi 1-2 hari disebabkan karena pelepasan *prostaglandin*(2). Dismenore terbagi atas dua jenis, yaitu dismenore primer dan sekunder. Dismenore yang paling sering dirasakan oleh remaja adalah dismenore primer. Dismenore primer biasanya mulai terasa 6 bulan sampai 12 bulan setelah menstruasi pertama(3).

Kejadian dismenore cukup tinggi diseluruh dunia. Menurut data WHO rata-rata insiden kejadian dismenore pada wanita muda adalah 16,8%-81%. Prevalensi tertinggi sering ditemui pada remaja, yang diperkirakan antara 20%-90%(4). Menurut penelitian Parker pada tahun 2010 didapatkan rentan usia remaja putri yang paling sering dismenore adalah usia 14-19 tahun(4). Sejalan dengan penelitian Sanctis *pada tahun 2015* yang menemukan bahwa remaja yang paling banyak dismenore usia rata-ratanya adalah 17 tahun(4). Berdasarkan penelitian di Amerika Serikat, nyeri haid atau dismenore adalah kasus yang sering terjadi pada wanita usia produktif yaitu 45%-90%, serta 60%-70% pada wanita dewasa yang belum menikah(5). Rata-rata di negara-negara Eropa dismenore terjadi pada 45%-97% wanita, dengan prevalensi terendah adalah Bulgaria yaitu 8.8% dan tertinggi Finlandia yaitu 94%(5). Di Asia Timur ditemukan prevalensi dismenore sebanyak 46.8% di Jepang(6).

Sebuah penelitian di Indonesia melaporkan angka kejadian dismenore sebesar 64.22% yang terdiri dari 54.89% dismenore primer dan 9.36% dismenore sekunder(7). Berdasarkan penelitian yang dilakukan di Surakarta, dilaporkan bahwa

prevalensi dismenore pada remaja SMP di sana cukup tinggi yaitu 87,7%. Di Yogyakarta belum ada data pasti tentang prevalensi dismenore yang tertulis di Dinkes Yogyakarta, namun sebuah penelitian yang dilakukan di Bantul Yogyakarta terhadap pelajar salah satu SMP, didapatkan 64.4% mengalami dismenore yang mayoritas berumur 14 tahun(8).

Dismenore dapat merugikan kehidupan personal dari remaja putri dan membatasi sosial interaksi serta aktivitas belajar mereka. Sebuah studi penelitian yang telah dilakukan di Meksiko ditemukan dismenore berefek 65% pada aktivitas sehari-hari pelajar. Faktor karakteristik dari menstruasi yang membatasi aktivitas sehari-hari pelajar adalah kram perut dibagian bawah abdomen sebesar 93%, perut kembung sebesar 67%, mudah emosi 50%, depresi 48%, sakit pada payudara 45%, sakit pinggang 43%, gangguan gastrointestinal 26%, sakit kepala 24%, dan bengkak pada kaki 19%(9).

Menurut penelitian Parker pada tahun 2010 di Australia terhadap remaja usia 14-19 tahun didapatkan remaja yang melewati sekolah dikarenakan dismenore mulai dari 7.7 % sampai 57%, dan 21.5% tidak dapat melakukan aktivitas sosial. Pelajar yang absen sekolah karna tidak mampu berkonsentrasi disekolah selama dismenore yaitu 79%, presentasi masuk kelas yang buruk 27%, dan terfokus pada nyeri yang dialami 19.7%. Selama menstruasi pelajar tidak dapat datang ke sekolah, atau sekali pun mereka datang ke sekolah mereka tidak dapat berkonsentrasi pada pelajaran dan merasa khawatir jika bocor sehingga terus memikirkan menstruasi yang sedang mereka alami. Mereka tidak ingin datang ke sekolah, sekali pun mereka sedang ujian mereka tidak dapat berkonsentrasi dalam mengerjakan soal ujian(9).

Survei pendahuluan yang peneliti lakukan dengan mewawancarai enam siswi yang berusia 17-18 tahun yang peneliti jumpai, mereka semua mengatakan memiliki pengalaman dismenore yang membuat mereka tidak nyaman dalam belajar. Saat diwawancara lebih jauh, sensasi nyeri dismenore yang mereka rasakan adalah seperti perut diperas atau diremas. Beberapa mengatakan mengalami mual dan pusing sebagai gejala penyerta. Bahkan salah satu siswi mengatakan jika dismenore melanda, ingin segera cepat-cepat pulang saja kerumah. Dari data UKS setempat yang peneliti kunjungi, terhitung dari bulan Oktober sampai Desember 2018 tidak kurang dari 15 kasus nyeri haid yang dialami siswi disekolah tersebut yang mengunjungi UKS. Berdasarkan penjelasan tersebut, maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang "Hubungan Dismenore dengan Aktivitas Belajar pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta".

2. METODE PENELITIAN

Jenis penelitian ini adalah *non-eksperimen* dengan desain *cross sectional*. Variabel bebas pada penelitian ini adalah intensitas nyeri dismenore dan variabel terikatnya adalah aktivitas belajar remaja putri. Populasi yaitu 133 remaja putri dari kelas X-XI di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta. Sampel yang diambil berjumlah 80 responden yang masuk kriteria inklusi dan eksklusi. Variabel intensitas nyeri dismenore diukur dengan menggunakan NRS (*Numeric Rating Scale*) dan variabel aktivitas belajar dengan menggunakan kuesioner aktivitas belajar yang dibuat mandiri oleh peneliti dan telah diuji kevalidannya, dengan nilai *Alpha Crombach* 0,838. Uji statistik menggunakan uji korelasi Kendall Tau, dengan skala data ordinal-ordinal. Sebelum dilakukan penelitian, uji etik penelitian telah terlebih dahulu dilakukan di Komisi Etik Penelitian Kesehatan (KEPK) STIKes Surya Global Yogyakarta dan telah dinyatakan layak etik. Dikeluarkan dengan No.208/KEPK/V/2019.

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Penelitian ini dilakukan pada bulan April 2019 pada remaja putri yang bersedia untuk mengisi kuesioner. Dimana 80 responden telah lulus uji sreening sesuai kriteria yang telah peneliti tentukan sebagai berikut:

Tabel 1. Distribusi Karakteristik Remaja Putri Usia 15-18 Tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta

No	Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
1.	Usia <i>Menarche</i>		
	< <11 Tahun	6	7,5
	≥ ≥Tahun	74	92,5
2.	Siklus Menstruasi		
	21 Hari	18	22,5
	28-35 Hari	60	75,0
	>35 Hari	2	2,5
3.	Lama Mensruasi		
	<7 Hari	37	46,3
	≤7 Hari	41	51,3
	14 Hari	2	2,5
4.	Riwayat Keluarga dengan Dismenore		
	Iya	73	91,3
	Tidak	7	8,8
5.	Gejala Penyerta Menstruasi		
	Iya	41	51,3
	Tidak	39	48,8
	Penanganan		
	Ditangani	38	38,0
	Tidak Ditangani	42	42,0
	Total	80	100

Dari tabel 1 di atas menunjukkan jika dilihat dari kriteria kebanyakan responden mengalami menarche pada usia ≥ 11 tahun dan sebagian besar dari reponden mengalami siklus menstruasi 28-35 hari dengan lama menstruasi yang dialami sebagian besar responden yaitu selama ≥ 7 hari. Kebanyakan dari mereka juga mendapatkan menstruasi diikuti dengan gejala penyerta seperti mual, pusing, nyeri, dll. Sebagian besar menuturkan bahwa mereka memiliki riwayat keluarga dengan dismenore. Dari tabel di atas pula ditemukan bawa sebanyak 42 responden tidak melakukan penanganan apa-apa pada saat nyeri haid. Sisanya 38 responden melakukan penanganan saat nyeri. Mereka yang menuliskan melakukan penanganan, menjawab tidur dan minum obat anti nyeri sebagai penanganan mereka.

Dismenore adalah masalah kesehatan yang biasa terjadi pada usia remaja. Telah dibuktikan dari berbagai penelitian diseluruh dunia, bahwa angka dismenore diseluruh dunia adalah tinggi yaitu mulai dari 16% sampai 93%(6). Di Indonesia prevalensi dismenore primer adalah 54,89% dan sisanya adalah dismenore sekunder(9).

Berdasarkan penelitian ini dapat kita lihat prevalensi dismenore yang cukup tinggi yaitu 57,5% untuk dismenore berat dan 42,5% untuk dismenore ringan dari 80 responden yang mau untuk berpartisipasi didalam penelitian. Menurut WHO angka kejadian dismenore berat adalah sekitar 10-15% setiap 1 juta jiwa diseluruh dunia. Sebuah penelitian di India menemukan 73,83% perempuan remaja dan dewasa muda mengalami dismenore berat(10). Kebanyakan dari mereka yang mengalami dismenore berat berada pada rentan usia 17 tahun. Menurut penelitian Parker tahun 2010 yang melakukan penelitian terhadap 1.055 remaja putri, didapatkan rentan usia yang paling sering dismenore adalah usia 14-19 tahun. Sejalan dengan penelitian Sanctis pada tahun 2015 yang melakukan penelitian pada 4.992 remaja putri, ditemukan bahwa remaja yang paling banyak dismenore usia rata-ratanya adalah 17 tahun. Selain itu sebuah studi epidemiologi di Amerika Serikat melaporkan lebih banyak yang mengalami dismenore pada populasi remaja berusia 12-17 tahun.

Prevalensi tertinggi dismenore sering ditemui pada remaja yaitu diperkirakan antara 20%-90%(3). Karena dalam prosesnya, organ tubuh selama masa remaja masih terus mengalami perkembangan, terutama organ reproduksi. Itulah kenapa dismenore lebih rentan menyerang remaja, sebab dikarenakan belum matangnya

organ reproduksi pada usia remaja. Disamping itu remaja memiliki masalah hormonal, dimana sistem hormonal remaja belum sepenuhnya stabil. Nyeri menstruasi biasanya timbul 6-12 bulan sejak menarche, dan akan pulih sendirinya dengan berjalannya waktu. Tepatnya saat hormon tubuh telah stabil atau karena perubahan posisi rahim setelah menikah dan melahirkan(11).

Menurut Charu pada tahun 2012 mengemukakan bahwa 39,46% wanita yang mengalami dismenore memiliki keluarga dengan keluhan dismenore seperti ibu atau saudara kandung. Maka terdapat korelasi yang kuat antara predisposisi familial dengan dismenore. Hal ini disebabkan adanya faktor genetik yang mempengaruhi sehingga apabila ada keluarga yang mengalami dismenore cenderung mempengaruhi psikis wanita tersebut. Hal ini dibuktikan dengan didukung data riwayat keluarga yang mana sebagian besar dari responden memiliki keluarga dengan dismenore pula.

Beberapa penelitian lain menyebutkan lama menstruasi dapat menjadi salah satu penyebab tingginya tingkat dismenore pada remaja putri. Seperti dapat dilihat pada tabel karakteristik lama menstruasi menunjukkan kebanyakan responden memiliki menstruasi ≥ 7 hari. Durasi pendarahan saat haid normalnya 4 sampai dengan 5 hari. Tahun 2015 dilaporkan dari 100 wanita yang mengalami dismenore didapatkan 20% wanita tersebut memiliki durasi perdarahan lebih dari 5 sampai 7 hari(11).

Selain daripada riwayat keluarga dan lama menstruasi, usia menarche dan siklus menstruasi masih menjadi perdebatan dikalangan peneliti. Ada yang berpendapat berpengaruh namun ada pula yang tidak. Survei dari Kemenkes RI pada tahun 2010 menemukan bahwa rata-rata usia menarche remaja putri di Indonesia adalah 13-14 tahun. Menarche pada usia lebih awal sebelum umur 12 tahun menyebabkan alat-alat reproduksi belum berfungsi secara optimal dan belum siap mengalami perubahan-perubahan.

Menurut penelitian Kusmiran pada tahun 2012 siklus menstruasi normalnya setiap 22-35 hari dengan lamanya menstruasi 2-7 hari. Beberapa penelitian yang menemukan bahwa tidak ada hubungan antara dismenore dengan siklus menstruasi berpendapat bahwa siklus menstruasi dipengaruhi juga oleh faktor psikis pada remaja putri yang secara emosional belum stabil dan masih dalam tahap berkembang menuju kedewasaan(11). Apalagi jika tidak mendapat penerangan yang baik tentang proses haid, sehingga mudah timbul dismenore. Ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi perkembangan dan pertumbuhan terhadap dirinya tersebut, mengakibatkan gangguan psikis yang akhirnya menyebabkan gangguan fisiknya, misalnya gangguan haid seperti dismenore(3).

Menurut Susanti pada tahun 2017 mengatakan bahwa remaja putri rentan terserang stress dikarenakan beban belajar yang cukup tinggi, khususnya di Indonesia yang mengharuskan siswa/siswi untuk mempelajari semua pelajaran tanpa penentuan minat bakat mereka, dan juga ditambah banyaknya tugas sekolah bahkan tugas rumah (PR)(7). Hal ini masih ditambah dengan tuntutan mereka sebagai pelajar dari masyarakat dan keluarga. Stres ini kemudian menimbulkan penekanan sensasi syaraf-syaraf pinggul dan otot-otot pinggul bawah sehingga menyebabkan dismenore.

Saat seseorang mengalami stres terjadi respon neuroendokrin sehingga otak memproduksi *Corticotrophin Releasing Hormone* (CRH) maka terjadi sekresi *Adrenocorticotrophic Hormone* (ACTH). ACTH akan meningkatkan sekresi kortisol adrenal. Hormon-hormon tersebut menyebabkan sekresi *Follicle Stimulating Hormone* (FSH) dan *Luteinizing Hormone* (LH) terhambat sehingga perkembangan folikel terganggu. Hal ini menyebabkan pelepasan progesteron terganggu. Kadar progesteron yang rendah meningkatkan sintesis prostaglandin(12). Ketidakseimbangan antara prostaglandin menyebabkan ischemia pada sel-sel miometrium dan peningkatan kontraksi uterus. Peningkatan kontraksi yang berlebihan menyebabkan dismenore. Masalah psikologi lain seperti kecemasan, depresi, pengalaman buruk dimasa lalu, dan stresor psikososial lain diyakini menjadi salah satu faktor resiko dismenore, selain faktor fisiologi seperti kenaikan hormon prostaglandin dan hormon vasopressin yang mempengaruhi otot uterus pada saat menstruasi(8). Menurut penelitian Oktavianto pada tahun 2018 stres dan kecemasan dapat membuat semakin tingginya skor nyeri yang dirasakan

oleh remaja putri, sehingga mempengaruhi kualitas hidup pada remaja putri sendiri(13).

Selain masalah kejiwaan, hal lain yang membuat prevalensi dismenore masih cukup tinggi di kalangan remaja adalah karena kurangnya pengetahuan terkait kesehatan reproduksi. Menurut penelitian Andini dan Farsida pada tahun 2014 ditemukan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan remaja terkait kesehatan reproduksi dengan kejadian dismenore(14). Andini dan Farsida mengungkapkan ada perbedaan dismenore antara responden yang berpengetahuan baik dengan yang kurang. Responden yang memiliki pengetahuan yang baik 4 kali kemungkinannya untuk tidak nyeri haid (dismenore) dibanding responden yang memiliki pengetahuan kurang baik. Hal ini menunjukkan bahwa semakin sedikit tingkat pengetahuan maka semakin kurang penanganan nyeri haid (dismenore). Penanganan keluhan nyeri haid (dismenore) seseorang terhadap suatu objek menunjukkan pengetahuan orang tersebut terhadap objek yang bersangkutan. Hal ini dapat diartikan bahwa penanganan yang baik dan kurang, terbentuk dari komponen pengetahuan karena pengetahuan tentang dismenore mempengaruhi sikap siswi yang melandasi terbentuknya perilaku untuk menangani dismenore.

Sedangkan jika kita lihat kembali pada tabel karakteristik, didapatkan bahwa sebagian besar remaja tidak melakukan penanganan apa pun ketika menstruasi. Sebagian remaja yang melakukan penanganan kebanyakan menuliskan tidur sebagai penanganan mereka. Sedangkan jika sudah tidak tahan lagi mereka akan mengkonsumsi obat anti nyeri sebagai pereda. Hal ini mengindikasikan bahwa pemahaman atau pengetahuan remaja putri terkait dismenore masih rendah.

Penyebab rendahnya remaja putri mencari pertolongan kesehatan untuk khusus masalah dismenore karena informasi yang telah terbentuk sebelumnya dari lingkungan sekitar(15). Edukasi yang tepat oleh keluarga diperlukan agar para remaja putri tidak cenderung mengabaikan dismenore. meskipun sebagian besar kasus dismenore disebabkan oleh faktor intrinsik uterus dan berhubungan erat dengan ketidakseimbangan hormon steroid seks dan jarang disebabkan oleh kelaianan organik pelpis, tetapi edukasi tetap harus diberlakukan agar tidak menyebabkan keterlambatan diagnosa dismenore.

Intensitas Nyeri Dismenore pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun di SMAN I Banguntapan Yogyakarta dapat dilihat seperti pada Tabel 2 berikut ini.

Tabel 2. Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta

Karakteristik	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Dismenore Ringan	34	42,5
Dismenore Berat	46	57,5
Total	80	100

Sumber: Data primer (2019)

Berdasarkan tabel 2 diketahui bahwa responden yang mengalami dismenore berat pada saat menstruasi lebih tinggi dari yang mengalami dismenore ringan pada saat menstruasi, yaitu 46 responden atau 57,6% dimana rentang nyeri yang mereka rasakan adalah mulai dari 5 sampai yang paling berat yaitu 8. Sedangkan sisanya 42,5% mengalami dismenore ringan pada saat menstruasi, yang berarti untuk dismenore ringan skala nyeri yang mereka rasakan mulai dari 1-4.

Aktivitas Belajar pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun di SMAN I Banguntapan Yogyakarta seperti terlihat pada Tabel 3 berikut:

Tabel 3. Aktivitas Belajar Remaja Putri Usia 15-18 Tahun pada Saat Dismenore di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta

Aktivitas Belajar	Frekuensi (f)	Presentase (%)
Terganggu	71	88,8
Cukup Terganggu	6	7,5
Tidak Terganggu	3	3,8
Total	80	100

Sumber: Data primer (2019)

Dari tabel 3 didapatkan hasil bahwa remaja putri yang merasa terganggu aktivitas belajarnya ketika mendapatkan dismenore pada saat menstruasi adalah 71 responden yaitu 88,8%. Kebanyakan dari responden ini merasakan tidak minat terhadap pelajaran, sulit fokus, dan mengalami penurunan konsentrasi ketika sedang dismenore. Sedangkan yang cukup terganggu adalah 6 responden yaitu 7,5% dan yang tidak merasa terganggu adalah 3 responden yaitu 3,8%. Mereka yang masuk dalam klasifikasi cukup terganggu dan tidak terganggu, umumnya berada dalam rentan dismenore ringan.

Berdasarkan hasil analisa *Kendall Tau*, diketahui hubungan intensitas nyeri dismenore dengan aktifitas belajar sebagaimana Tabel 4 berikut:

Tabel 4. Hasil Analisa *Kendal Tau* Hubungan Intensitas Nyeri Dismenore dengan Aktivitas Belajar pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta

Aktivitas Belajar			
Kendall Tau_b	Intensitas	<i>Correlation</i>	-474**
	Nyeri	<i>Coefficient</i>	0.000
	Dismenore	<i>Sig. (2-tailed)</i>	80
		<i>N</i>	

Sumber: *Kendall Tau* SPSS 22.0

Berdasarkan tabel 4 menunjukkan bahwa $\rho < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar pada remaja putri usia 15-18 tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta. Dari hasil korelasi koefisien Kendall Tau pada tabel di atas adalah -474 yang mana nilai ini menurut penelitian Dahlan tahun 2015 membuktikan terdapat hubungan negatif searah yang cukup kuat dengan hasil yang signifikan 0,000. Tanda negatif (-) dapat diartikan semakin tinggi dismenore maka akan semakin terganggu aktivitas belajar dari para remaja putri itu sendiri.

Berdasarkan penelitian ini diperoleh bahwa kebanyakan dari responden atau 88,8% menjawab terganggu aktivitas belajarnya ketika mendapatkan dismenore, dan 7,5% responden cukup merasa terganggu, sedangkan hanya sekitar 3,8% saja yang merasa dismenore tidak berpengaruh ke aktivitas belajar mereka. Sejalan dengan penelitian Ningsih pada tahun 2011 remaja yang mengalami dismenore saat menstruasi membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktivitas belajar disekolah. 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 konsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenore yang dirasakan pada saat proses belajar mengajar(16).

Hal yang sama sesuai seperti yang diungkapkan Darseh pada tahun 2017 yang melakukan penelitian pada mahasiswi di Universitas Debre Barhan Ethiopia mengatakan dari delapan indikator yang diteliti, dismenore berefek negatif terhadap pelajaran, absen kelas, kehilangan konsentrasi, penurunan daya tangkap, kurang fokus saat ujian, tidak mampu menjawab soal, berefek kepsikologi, berefek kehubungan sosial, dan perubahan mood yang tidak menentu(17).

Penelitian lain juga diungkapkan oleh Raju dan Suguna pada tahun 2017 bahwa

menstrual symptoms yaitu termasuk dismenore, berefek negatif terhadap pembelajaran siswi dikelas. Menurut Raju dan Suguma dari pelajar yang diteliti mengalami tidak minat belajar selama menstruasi, dilaporkan juga mengalami penurunan konsentrasi pada jam pelajaran selama menstruasi, dan juga menstrual symptoms berefek pada daya ingat pelajar, yaitu sebagian besar mengatakan sulit mengingat materi pelajaran yang diberikan, dan merasa ragu-ragu untuk pergi ke praktek kelas. Bahkan menurut Raju dan Suguma dismenore juga berpengaruh terhadap ekstrakurikuler siswi dan membuat mereka merasa penurunan konsentrasi saat jam pelajaran(17).

Sebuah penelitian mengungkapkan pelajar dengan dismenore mengalami efek yang negatif pada aktivitas belajarnya. Dimana sebagian besar absen sekolah, kehilangan konsentrasi belajar, absen kelas, tidak berpartisipasi dalam kelas, dilaporkan mengalami keterbatasan berpartisipasi dalam olah raga, dilaporkan mengalami keterbatasan berpartisipasi disosial, dilaporkan tidak mampu mengerjakan pekerjaan rumah (PR)(18). Faktor-faktor yang mempengaruhi aktivitas belajar ada banyak jenisnya. Namun secara garis besar dapat digolongkan kedalam dua golongan yaitu faktor internal dan faktor eksternal(19). Dismenore masuk kedalam faktor internal. Seperti yang kita ketahui nyeri dapat membuat kualitas hidup remaja menurun. Dismenore sendiri dapat mempengaruhi kesehatan jasmani siswi, dimana biasanya dismenore pada saat menstruasi juga disertai gejala penyerta lainnya seperti demam, sakit kepala, mual, muntah, sakit perut, nyeri saat buang air kecil, nafsu makan menurun, sulit tidur, dan tubuh menjadi tidak fit (Haryono, 2016). Seperti dapat dilihat pada tabel 1 hampir sebagian besar siswi yaitu 41 orang atau 51,3% mendapatkan menstruasi yang dibarengi dengan gejala penyerta, dan 39 responden lainnya atau 48,8% mendapatkan menstruasi tidak disertai gejala penyerta hanya sebatas pada nyeri dismenore.

Selain dari dampak diatas, konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan semua itu dapat memainkan peranan serta menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan asing. Ketegangan biasanya menambah parahnya keadaan yang buruk setiap saat. Sedikit tidak merasa nyaman dan dengan cepat berkembang menjadi suatu masalah besar dengan segala kekesalan yang menyertainya. Dari konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan 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*). Karena dismenore 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(19).

Berdasarkan penelitian ini diperoleh hasil korelasi Kendall Tau adalah $\rho < 0,05$ sehingga H_0 ditolak dan H_a diterima yang artinya terdapat hubungan antara intensitas nyeri dismenore dengan aktivitas belajar pada remaja putri usia 15-18 tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta. Hubungan negatif disini dimaksudkan sebagai pertanda bahwa semakin tinggi tingkat nyeri dismenore yang dirasakan remaja putri, maka akan semakin rendah aktivitas belajar mereka.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan Setiawan pada tahun 2018 berdasarkan hasil perhitungan dengan Sperman Rank yang mana mendapati hubungan antara dismenore yang dialami remaja putri dengan aktivitas belajar sehari-hari mereka(5). Hasil yang sama juga didapat oleh penelitian Susanti pada tahun 2018. Disini responden yang berpartisipasi berjumlah 30 responden, dengan menggunakan uji analisa Sperman Rank, dan tingkat signifikan $\alpha < 0,005$ didapatkan nilai negatif pada r value sehingga dengan ini berarti terdapat hubungan negatif yang searah yang menandakan semakin tinggi tingkat dismenore maka semakin rendah aktivitas belajar yang dialami remaja putri(7). Untuk tingkatan SMA, penelitian ini sejalan dengan penelitian Putri pada tahun 2018. Hasil penelitiannya menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara nyeri haid dan aktivitas belajar ($0,00 < 0,05$) sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan diantara keduanya.

Penelitian hubungan dismenore dengan aktivitas belajar tidak sejalan dengan penelitian Sumartini pada tahun 2018 yang meneliti hubungan dismenore dengan prestasi belajar. Sumartini yang melakukan penelitian terhadap 65 mahasiswa keperawatan UIN Alaudin Makasar, menemukan bahwa prestasi belajar tidak dipengaruhi oleh dismenore(20). Namun pada penelitian yang lainnya dengan judul yang sama yaitu Fajarini pada tahun 2018 menemukan hubungan yang signifikan antara prestasi belajar dengan dismenore primer. Fajarini mengungkapkan prestasi belajar rendah lebih beresiko terjadinya pada siswi dengan dismenore primer, yaitu 3 kali lebih besar dibanding siswi yang tidak dismenore(21).

Menurut Ju pada tahun 2015 dismenore menjadi suatu kondisi yang merugikan bagi banyak wanita dan memiliki dampak besar pada kualitas hidup terkait kesehatan. Akibatnya, dismenore juga memegang tanggung jawab atas kerugian ekonomi yang cukup besar karena biaya obat, perawatan medis, dan penurunan produktivitas. Pada beberapa literatur dilaporkan terdapat variasi prevalensi secara substansial. Dismenore membuat wanita tidak dapat beraktifitas secara normal, sebagai contoh siswi yang mengalami dismenore primer tidak dapat berkonsentrasi dalam belajar dan motivasi belajar menurun karena nyeri yang dirasakan(22).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Prevalensi dismenore di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta dari 80 responden yang diteliti yaitu sebagian besar mengalami dismenore berat. Aktivitas belajar remaja putri usia 15-18 tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta pada saat dismenore sebagian besar terganggu. Terdapat hubungan antara dismenore dan aktivitas belajar pada remaja putri usia 15-18 tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta.

5. REFERENSI :

1. Sibagariang. E.E. Kesehatan Reproduksi Wanita. Jakarta; Tim2016.
2. Kusmiran. E. Kesehatan Reproduksi Remaja Dan Wanita. Jakarta; Salemba Mediaka. 2012.
3. Sulistyorini S, Santi, Monica S, Ningsih Ss. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Disminorhea Primer Pada Siswi Sma Pgri 2 Palembang. Kebidanan Stik Bina Husada Palembang. 2017;5(1):223-31.
4. De Sanctis V, Soliman A, Bernasconi S, Bianchin L, Bona G, Bozzola M, Et Al. Primary Dysmenorrhea In Adolescents: Prevalence, Impact And Recent Knowledge. *Pediatr Endocrinol Rev.* 2015;13(2):512-20.
5. Setiawan Sa, Lestari L. Hubungan Nyeri Haid (Dismenore) Dengan Aktivitas Belajar Sehari-Hari Pada Remaja Putri Kelas Vii Di Smpn 3 Pulung. *J Delima Harapan.* 2018;5(1):24-31.
6. Kazama M, Maruyama K, Nakamura K. Prevalence Of Dysmenorrhea And Its Correlating Lifestyle Factors In Japanese Female Junior High School Students. *Tohoku J Exp Med.* 2015;236(2):107-13.
7. Susanti R, Utami Nw, Lasri. Hubungan Nyeri Haid (Dysmenorrhea) Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri Mts Muhammadiyah 2 Malang. *J Nurs News [Internet].* 2018;Vol 3(No.1):Hal 31-37. Tersedia Pada: <https://Publikasi.Unitri.Ac.Id/Index.Php/Fikes/Article/View/760>
8. Oktavianto E, Kurniati Fd, Badi'ah A, Bengu Ma. Nyeri Dan Kecemasan Berhubungan Dengan Kualitas Hidup Remaja Dismenore. *Heal Sci Pharm J.* 2018;2(1):22.
9. Parker Ma, Sneddon Ae, Arbon P. The Menstrual Disorder Of Teenagers (Mdot) Study: Determining Typical Menstrual Patterns And Menstrual Disturbance In A Large Population-Based Study Of Australian Teenagers. *Bjog An Int J Obstet Gynaecol.* 2010;117(2):185-92.
10. Nurwana N, Sabilu Y, Fachlevy Af. Analisis Faktor Yang Berhubungan Dengan Kejadian Disminorea Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 8 Kendari Tahun 2016. *J Ilm Mhs Kesehat Masy Unsyiah.* 2017;2(6):1-14.
11. Anurogo, D., et al. 2011. Cara Jitu Mengelola Nyeri Haid. Yogyakarta: C.V Andi

- Offset.
12. Tia M. Universitas Jenderal Soedirman Purwokerto Factors That Related To Incidences Of Dysmenorrhea In 8 Th Semester Students Of Jenderal Soedirman University , Purwokerto Tia Martha Pundati , Colti Sistiarani , Bambang Hariyadi Jurusan Kesehatan Masyarakat Faku. *J Kesmas Indones.* 2016;08:40–8.
 13. Oktavianto, E., Fitri D. K., Atik B., Maria A.B. 2018. 'Nyeri dan Kecemasan Berhubungan dengan Kualitas Hidup Remaja'. *Jurnal Health Sciences and Pharmacy* Vol. 2 No. 1 April 2018. Diakses pada 12 November 2018, <http://www.journal.stikessuryaglobal.ac.id>
 14. Andhini Na, Farsida F. Hubungan Antara Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Tentang Kesehatan Reproduksi Dengan Kejadian Dismenore Di Sman 4 Depok Tahun 2014. *J Kedokt Dan Kesehat.* 2017;12(1):108–15.
 15. Handayani, Indria L. G., dan Madarina J. 2013. 'Dismenorea dan Kecemasan pada Remaja'. *Jurnal Sari Pediatri* Vol. 15 No. 1 Juni 2013. Diakses pada 22 November 2018, [http:// www. researchgate.net](http://www.researchgate.net)
 16. Ningsih R. Efektifitas Paket Pereda Terhadap Intensitas Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenore Di Sman Kecamatan Curup. *Skripsi Univ Indones.* 2011;1–110.
 17. Bt D, N A, M T, Yw S, M K, S S, Et Al. Prevalence Of Dysmenorrhea And Its Effects On School Performance: A Crosssectional Study. *J Womens Heal Care.* 2017;06(02):1–6.
 18. Hailemeskel S, Demissie A, Assefa N. Primary Dysmenorrhea Magnitude, Associated Risk Factors, And Its Effect On Academic Performance: Evidence From Female University Students In Ethiopia. *Int J Womens Health.* 2016;8:489–96.
 19. Nursyaidah. 2014. 'Faktor Faktor yang Mempengaruhi Aktivitas Belajar'. *Forum Paedagogik Edisi Khusus Juli–Desember 2014*, hh 70-79. Diakses 3 Desember 2018, [http:// jurnal.iain-padangsidempuan.ac.id](http://jurnal.iain-padangsidempuan.ac.id)20. Sumartini, Hasnah, Risnah, Syisnawati. Hubungan Dysmenorrhea Dengan Prestasi Belajar Mahasiswi Jurusan Keperawatan. *J Islam Nurs.* 2018;3(1):82–7.
 21. Fajarini Yi, Nurdiati Ds, Padmawati Rs. Prestasi Belajar Pada Remaja Yang Mengalami Dismenorea Primer. *J Kesehat Reproduksi.* 2018;5(1):24.
 22. Ju H, Jones M, Mishra G. The Prevalence And Risk Factors Of Dysmenorrhea. *Epidemiol Rev.* 2014;36(1):104–13.