

HUBUNGAN ANTARA GANGGUAN MENSTRUASI (DISMENOREA) DENGAN AKTIFITAS BELAJAR PADA MAHASISWA PROGRAM STUDI D -III KEBIDANAN

Oleh;

Florentina Kusyanti¹⁾, Astri Drusila Jakoba Fay²⁾

- 1) Dosen Universitas Respati Yogyakarta, Email; Florentina@respati.ac.id
- 2) Mahasiswa DIII Kebidanan UNRIYO, Email; astridrusicjakobafay@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang: Remaja putri dalam pergantian dari anak-anak masuk ke dalam remaja adalah perubahan baik secara fisik maupun perubahan hormonal, sehingga anak perempuan akan mengalami menstruasi yang akan datang tiap bulan. Sebanyak 75% Wanita pada tahap remaja akhir akan mengalami gangguan yang berhubungan dengan hormona berkaitan dengan menstruasi. Gangguan menstruasi tidak dialami oleh semua remaja tetapi ada beberapa remaja putri yang mengalami gangguan menstruasi yang bisa menyebabkan ketidaknyamanan fisik maka dapat mengganggu aktifitas rutin maupun aktifitas belajar, selain itu juga mengganggu psikologis remaja dalam berfikir atau menghadapi masalah. Gangguan menstruasi yang paling sering mengganggu aktifitas belajar adalah dysmenorrhea. Tujuan untuk mengetahui hubungan antara gangguan menstruasi dysmenorrhea dengan aktifitas belajar dengan pada mahasiswa D-III Kebidanan Angkatan 2012

Metode: Penelitian ini dilaksanakan di prodi D-III Kebidanan pada mahasiswa kebidanan Angkatan 2012, Desain yang dipakai pada penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional* Teknik pengumpulan data dengan Purposive or Judgement Sampling jumlah sampel 69 responden. Data diambil pada mahasiswa yang mengalami gangguan dysmenorrhea. Saat menstruasi.

Hasil: Jumlah 68 responden, Umur responden mayoritas berumur antara 20-35 tahun sebesar 60,3%, Aktifitas Belajar responden mayoritas masih aktif sebesar 72,1%, Gangguan menstruasi Dismenorea mayoritas dismenorea ringan sebesar 63,2%, Menurut hasil hubungan ada hubungan dengan nilai signifikansi 0,000

Kesimpulan: Ada hubungan antara aktifitas belajar dengan gangguan menstruasi dismenorea dengan nilai keartatan 0,602 dengan tingkat keartatan sedang

Kata Kunci: Aktifitas Belajar, Dysmenorrhea, Menstruasi

DESCRIPTION OF LEARNING ACTIVITIES WHEN THERE ARE MENSTRUAL DISORDERS IN STUDENTS OF THE D-III MIDWIFE STUDY PROGRAM

By;

Florentina Kusyanti¹⁾; Astri Drusila Jakoba Fay²⁾

¹⁾ Lecturer of Respati University Yogyakarta, Email; Florentina@respati.ac.id

²⁾ Students of Midwifery Program, UNRIYO, Email; astridrusilajakobafay@gmail.com

ABSTRACT

Background: Adolescent girls in the transition from children into adolescence are changes both physically and hormonal changes, so that girls will experience menstruation that will come every month. As many as 75% of women in the late teenage stage will experience hormonal-related disorders related to Menstruation disorders are not experienced by all teenagers but there are some young women who experience menstrual disorders which can cause physical discomfort so it can interfere with routine activities and learning activities, besides that it also interferes with the psychology of teenagers in thinking or dealing with problems. Menstrual disorders are the most disturbing learning activity is dysmenorrhea. Objective was knowing the description of learning activities when there is a dysmenorrhea. menstrual disorder in D-III Midwifery students Class of 2012,

Method:. This research was carried out in the D-III Midwifery Study Program for midwifery students, Class of 2012, The design used in this research was descriptive with a cross sectional approach. Data collection techniques were purposive or judgmental sampling with a sample size of 69 respondents. Data were taken on students with dysmenorrhea disorders. During menstruation.

Results: The number of 68 respondents, the age of the majority of respondents aged between 20-35 years by 60.3%, Study Activities of the majority of respondents are still active by 72.1%, Menstrual disorders Dysmenorrhea the majority of mild dysmenorrhea is 63.2%, According to the results of the relationship there is a relationship with the value 0.000 significance

Conclusion: There is a relationship between learning activities with dysmenorrhea menstrual disorders with an average value of 0.602 with a moderate level of closeness

Keywords: Learning Activities, Dysmenorrhea, Menstruation

PENDAHULUAN

Menstruasi merupakan suatu proses keluarnya darah dari dalam rahim yang terjadi tiap bulan karena luruhnya dinding rahim bagian dalam yang mengandung banyak pembuluh darah dan sel telur yang tidak di buahi. Proses menstruasi dapat terjadi dikarenakan sel telur pada organ wanita tidak dibuahi, sehingga menyebabkan endometrium atau lapisan dinding rahim yang menebal dan menjadi luruh yang kemudian akan mengeluarkan darah melalui saluran reproduksi wanita. Normal siklus menstruasi ada yang 21 hari sampai 35 hari yang ditandai dengan keluarnya darah sebanyak 10 hingga 80 ml perhari. Menstruasi atau haid yang terjadi dengan siklus lebih dari 35 hari termasuk kategori siklus yang tidak normal, hal ini terjadi karena banyak penyebab seperti keadaan hormon yang tidak seimbang, stres, penggunaan KB, atau karena tumor (Nuraini, 2018) namun dalam kenyataan ada juga siklus yang 15 hari.

Saat remaja menstruasi biasanya menyebabkan beberapa gangguan yang terjadi sehingga dapat mengganggu aktivitas karena ketidaknyamanan fisik seperti muncul nyeri hebat yang sering disebut dengan dismenorea (Laila, 2011). Masalah menstruasi yang sering dialami oleh remaja adalah dismenorea. Prevalensi dismenorea di Indonesia sebesar sebesar 64,2%, yang terdiri dari 54,9% mengalami

dismenorea primer dan 9,4% mengalami dismenorea sekunder. Prevalensi di jakarta, prevalensi dismenore primer adalah 87,5% dengan nyeri ringan 20,48%, nyeri sedang 64,76%, dan nyeri parah 14,76%. Prevalensi dismenore sekunder adalah 12,5% (Juniar, D. 2015). Jumlah populasi wanita di DKI Jakarta berdasarkan hasil sensus tahun 2010 sebanyak 4.735.126 jiwa atau 49,3% (BPS, 2010) di jakarta barat presentase remaja akhir sebesar 25,12% (BPS 2010).

Aktivitas belajar adalah aktivitas yang bersifat fisik dan mental yang saling berkaitan didalam kegiatan belajar. Seseorang yang kurang sehat dapat mengalami kesulitan belajar sebab ia mudah capek, mengantuk, pusing, daya konsentrasinya hilang, kurang semangat, pikiran terganggu sehingga penerimaan pelajaran berkurang. Sakit yang dialami menyebabkan kelemahan fisik sehingga saraf sensoris dan motorisnya lemah, akibatnya rangsangan yang diterima melalui indra tidak dapat diteruskan ke otak (Slameto, 2010).

Berdasarkan data diatas maka penelitian ingin melihat apakah ada hubungan antara gangguan menstruasi dismenorea dengan aktifitas belajar pada mahasiswa prodi D -III Kebidanan Angkatan tahun 2012 Universitas Respati Yogyakarta. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan antara

gangguan menstruasi dismenorea dengan aktifitas belajar mahasiswa D-III Bidan

METODOLOGI

Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif, dan dengan pendekatan cross sectional yaitu data diambil dalam waktu bersamaan. Penelitian ini untuk melihat hubungan antara gangguan menstruasi dismenorea dengan aktifitas belajar. Populasi adalah mahasiswa Angkatan 2012 dengan jumlah 210 orang tetapi mahasiswa yang mengalami gangguan menstruasi dismenorea berjumlah 68 orang sehingga dijadikan sebagai sampel penelitian.

Teknik pengambilan sampel Purposive or Judgement Sampling dengan teknik pengambilan sampel di mana peneliti mengandalkan penilaiannya sendiri ketika memilih anggota populasi untuk berpartisipasi dalam penelitian yaitu

mahasiswa yang mengalami gangguan menstruasi dismenorea berjumlah 68 mahasiswa.

HASIL

Tabel 1; Distribusi Frekuensi Umur

Umur	n	%
< 20 tahun	27	39,7
20-35 tahun	41	50,3
Total	68	100

Tabel 2 Distribusi Aktifitas Belajar

Parameter	Hasil ukur	n	%
Sangat Aktif	76-88	12	17,6
Aktif	51-75	49	72,1
Cukup aktif	41-50	7	10,3
Total		68	100

Tabel 3. Distribusi Dismenorea

Dismenorea	n	%
Dismenorea ringan	43	63,2
Dismenorea sedang	22	32,4
Dismenorea berat	3	4,4
Total	68	100

Tabel 4 Tabel Silang Antara Aktifitas Dengan Diemenorea.

Parameter	Aktifitas Belajar		Dismenorea			Total
	Hasil ukur (%)	Ringan n (%)	Sedang n (%)	Berat n (%)	n (%)	
Sangat aktif	76-88	12/100	0	0	12/100	
Aktif	51-75	31/63,3	18/36,7	0	49/100	
Cukup aktif	41-50	0	4/57,1	3/42,9	7/100	
Total		43/63,2	22/32,4	3/4,4	68 /100,0	
Nilai chi-Square= 38,637			Nilai P Value=0,000			
Nilai CC=0,602						

PEMBAHASAN

Usia atau umur berdasarkan depkes RI (2009) adalah satuan waktu ya mengukur waktu keberadaansuatu benda atau makhluk, baik yang hidup maupun yang mati. Semisal, umurmanusia dikatakan lima belas tahun diukur sejak dia lahir hingga waktu umur itudihitung. Oleh yang demikian, umur itu diukur dari tarik dia lahir sehingga tarikh semasa(masa kini).Manakala usia pula diukur dari tarikh kejadian itubermula sehinggalah tarikh semasa(masa kini). Berikut kategori umur menurut (Depkes RI,2009)

Berdasarkan hasil penelitian didapatkan umur responden mayoritas berumur antara umur 20-35 tahun sebesar 60,3% walaupun masih ada yang berumur kurang dari 20 tahun ayitu sebesar 39,7%,namun menurut sumber kemenkes umur diatas masih merupakan usia Pendidikan.selain itu penelitian ini juga didukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Indah Dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa Tidak terdapat hubungan antara umur dengan tingkat kecemasan ($p=0,064$) dengan ($\alpha= 0,05$). Terdapat hubungan antara jenis kelamin mahasiswa dengan tingkat kecemasan ($p=0,000$) dengan ($\alpha= 0,05$). Tidak terdapat hubungan antara pendapatan orang tua dengan tingkat kecemasan ($p = 0,166$) dengan ($\alpha= 0,05$)(Endah.2016)

Aktifitas belajar adalah aktifitas yang bersifat fisik maupun mental dalam kegiatan belajar kedua aktifitas tersebut harus selalu terkait.(Sadiman,2010)Dalam penelitian ini menunjukkan bahwa aktifitas belajar mayotitas masih aktif sebesar 72,1% ,walaupun masih ada yang aktifitas hanya cukup sebesar 10,3 %,karena aktifitas belajar responden banyak yang mempengaruhi,hasil penelitian ini juga didukung oleh hasil penelitian yang dilakukan Andriyansah dengan hasil Layanan pembelajaran dan bahan ajar berpengaruh signifikan terhadap prestasi belajar .(Andriyansah.2013)

Dismenorea adalah nyeri perut pada bagian bawah sebelum,selama, dan sesudah menstruasi.bersifat kolik yang terus menerus atau Dismenorea merupakan gangguan fisik yang berupa nyeri (kram perut). Dismenorea merupakan nyeri sebelum, sewaktu, dan sesudah menstruasi (Abdullah, 2009), Berdasarkan hasil penelitian didapatkan bahwa responden yang mengalami dismenorea ringan sebesar 63,2% walaupun ada responden yang mengalami dismenorea berat sebesar 4,4%,Penelitian ini juga didukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Mira dengan hasil gangguan menstruasi banyak dialami oleh remaja dengan status gizi lebih yaitu sebesar 91,17%. Adapun jenis dari gangguan menstruasi yang banyak

dialami oleh siswi remaja disana adalah hipermenorea.(Mira.2020)

Berdasarkan tabel silang antara gangguan menstruasi Dismenorea dengan aktifitas belajar,dari hasil penelitian menunjukkan bahwa diemenorea ringan masih bisa melakukan aktifitas secara sangat aktif sebesar 100 %,sedang responden yang mengalami dismenoria berat bisa melakukan aktifitas cukup aktif sebesar 42,9 %,Karena tingkat nyeri seseorang juga dipengaruhi oleh mental juga jadi tingkat nyeri setiap orang berbeda,sedang berdasarkan hasil nilai hitung Chi-Square 38,638 sedang harga chi-square (X^2) tabel pada $df = 2+2 = 4$ dengan taraf signifikasi 0,05 adalah sebesar 14,8602.hal ini berarti X^2 hitung $> X^2$ maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikasi antara aktifitas belajar dengan gangguan mentruasi disminorea. Disamping itu juga bisa dilihat dari nilai signifikansi sebesar 0.000 yang artinya nilai signifikansi lebih kecil dari 0.05 yang artinya ada hubungan,sedang tingkat keseratan hubungan sebesar 0,602 sehingga keearatan hubungan sedang karena masih ada factor lain yang mempengaruhi.

Penelitian ini juga didukung hasil penelitian Ghina dengan hasil Terdapat hubungan antara tingkat stres, tingkat aktivitas fisik dan konsumsi fast food dengan kejadian dismenore primer pada

Mahasiswa Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura.(Ghina.2020),selain itu juga didukung hasil penelitian yang dilakukan oleh Ni Kadek dengan hasil tidak terdapat hubungan yang bermakna antara status gizi, aktivitas fisik, tingkat stres, usia menarche dan usia dengan gangguan menstruasi.(Ni Kadek ,2016)

KESIMPULAN

1. Umur responden mayoritas berumur antara 20-35 tahun sebesar 60,3%
2. Aktifitas Belajar responden mayoritas masih aktif sebesar 72,1%
3. Gangguan menstruasi Dismenorea mayoritas dismenorea ringan sebesar 63,2%
4. Menurut hasil hubungan ada hubungan dengan nilai signifikasi 0,000

DAFTAR PUSTAKA

- Abdullah, I. 2009. Mitos Menstruasi : Konstruksi Budaya atas Realitas. Gender.
- Andriyansah.2013. Analisis Aktivitas Belajar Mahasiswa Non-Pendidikan Dasar UPBJJ-UT Padang
- BPS.2010. Data Prevalensi Dismenorea Indonesia.Jakarta.
- Depkes RI.2009.Profil Kesehatan Indonesia (Komposisi penduduk Indonesia menurut umur.Dtjen Bina Yanmedik.Jakarta

- Endah,2016. Hubungan Umur, Jenis Kelamin Mahasiswa dan Pendapatan Orang Tua Dengan Tingkat Kecemasan Pada Mahasiswa Pendidikan Sarjana Program Studi Pendidikan Dokter FKIK Universitas Tadulako
- Ghina Tsamara.2020. Hubungan Gaya Hidup Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Program Studi Pendidikan Dokter Fakultas Kedokteran Universitas Tanjungpura
- Laila, N. N. (2011). Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita. Jakarta : Salemba Medika
- Mira.2020. Kejadian Gangguan Menstruasi Berdasarkan Status Gizi Pada Remaja,Jurnal asuhan ibu dan anak.
- Nurani. (2013). Konsep Dasar Pendidikan Anak Usia Dini. Jakarta: KencanaPrenamedia Group.
- Slameto. 2010. Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta
- Sadiman,A.S.2010. Media pendidikan: pengertian, pengembangan dan pemanfaatannya. Rajawali Pers,Jakarta.