



ARTIKEL

**HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIFITAS BELAJAR
PRAKTIK MAHASISWI D3 KEPERAWATAN FAKULTAS
ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH
JEMBER**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk Memperoleh Gelar
Sarjana Keperawatan (S.Kep)

Oleh :

Hesti Khotimatul Wakidah

17.1101.1036

**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN
FAKULTAS ILMU KESEHATAN
UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER
2021**

PERNYATAAN PERSETUJUAN

HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIFITAS BELAJAR PRAKTIK MAHASISWI D3 KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

HESTI KHOTIMATUL WAKIDAH

17.1101.1036

Artikel ini telah diperiksa oleh pembimbing dan telah disetujui untuk dipertahankan dihadapan tim penguji skripsi pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 10 September 2021

Pembimbing I



Ns. Susi Wahyuning Asih, S.Kep.,M.Kep
NPK. 1975092010804491

Pembimbing II



Ns. Sofia Rhosma Dewi, S.Kep.,M.Kep
NPK. 1984122411103586

PENGESAHAN

HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIFITAS BELAJAR PRAKTIK MAHASISWI D3 KEPERAWATAN FAKULTAS ILMU KESEHATAN UNIVERSITAS MUHAMMADIYAH JEMBER

HESTI KHOTIMATUL WAKIDAH

17.1101.1036

Dewan Penguji Ujian Artikel pada Program Studi Ilmu
Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas
Muhammadiyah Jember

Jember, 10 September 2021

Penguji,

1. Ketua : Asmuji, SKM., M.Kep (.....)
NIP.197206152005011004
2. Penguji I : Ns. Susi Wahyuning Asih, S.Kep., M.Kep (.....)
NPK.1975092010804491
3. Penguji II : Ns.Sofia Rhosma Dewi, S.Kep., M.Kep (.....)
NPK.1984122411103586

Mengetahui,
Dekan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah
Jember



Ns. Sasmiyanto., S.Kep., M.Kes
NPK. 1979041610305358

PENGUJI ARTIKEL

Dewan Penguji Artikel pada Program Studi Ilmu Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan
Universitas Muhammadiyah Jember

Jember, 10 September 2021

Penguji I



Asidjani, SKM., M. Kep
NIP. 197206152005011004

Penguji II



Ns. Susi Wahyuning Asih., S. Kep., M. Kep
NPK. 1975092010804491

Penguji III



Ns. Sofia Rhosma Dewi., S. Kep., M. Kep
NPK. 1984122411103586

Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

Hesti Khotimatul Wakidah¹, Susi Wahyuning Asih², Sofia Rhosma Dewi³

¹Universitas Muhammadiyah Jember, Mandiku, Jember, dan 68173, Indonesia

¹Universitas Muhammadiyah Jember, Patrang, Jember, dan 68121, Indonesia

¹Universitas Muhammadiyah Jember, Mayang, Jember, dan 68121, Indonesia

e-mail korespondensi: hestikhotimatul@gmail.com

Abstract

Dysmenorrhea is pain experienced before and during menstruation. For some women, dysmenorrhea is a torture in itself and can interfere with activities, especially learning activities. Learning activity is a process in humans. The process is in the form of increasing knowledge, speaking skills, attitudes, skills, and other abilities. Learning activities are said to be successful if students are actively involved in learning. This study aims to determine dysmenorrhea with practical learning activities for D3 Nursing students. The design of this study was cross sectional. The population is 20 D3 Nursing students who are actively learning. Collecting data using total sampling technique so that the entire population becomes the research sample. The results of statistical tests using Spearman Rank, p value 0.00 0.05, correlation coefficient of -0.784 means that the correlation level is very strong. It can be concluded that there is a significant relationship between dysmenorrhea and learning activities for D3 Nursing Students, Faculty of Health, University of Muhammadiyah Jember. In conclusion, the higher the dysmenorrhea scale, the lower/disrupted learning activities.

Keywords : Learning Activities, Dysmenorrhea, Student

Abstrak

Dismenore adalah rasa sakit yang dialami sebelum dan saat menstruasi. Bagi sebagian wanita dismenore merupakan siksaan tersendiri dan dapat mengganggu aktivitas khususnya aktivitas belajar. Aktivitas belajar adalah proses dalam diri manusia. Proses tersebut berupa peningkatan pengetahuan, kecakapan berbicara, sikap, keterampilan, dan kemampuan lainnya. Aktivitas belajar dikatakan berhasil apabila mahasiswa terlibat belajar aktif. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui dismenore dengan aktifitas belajar praktik mahasiswi D3 Keperawatan. Desain penelitian ini menggunakan *cross sectional*. Populasi sebanyak 20 Mahasiswi D3 Keperawatan yang sedang aktif belajar. Pengambilan data menggunakan teknik total sampling sehingga seluruh populasi menjadi sampel penelitian. Hasil uji statistik menggunakan *Spearman Rank*, nilai *p value* $0,00 \leq 0,05$, koefisien korelasi sebesar -0,784 artinya dalam tingkat korelasi sangat kuat. Dapat disimpulkan bahwa ada hubungan signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar Mahasiswi D3 Keperawatan Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Kesimpulannya semakin tinggi skala dismenore, semakin menurun/terganggu aktivitas belajarnya

Kata kunci: Aktivitas Belajar, Dismenore, Mahasiswi

PENDAHULUAN

Bagi seorang wanita kesehatan reproduksi merupakan hal yang paling penting. Salah satu karakteristik perubahan awal pada seorang wanita muda atau remaja yaitu mengalami menstruasi, yang bisa menimbulkan dismenore. Dismenore merupakan nyeri perut bagian bawah ketika menstruasi yang umumnya disertai oleh gejala yang lain misalnya, sakit kepala, tubuh berkeringat, diare dan juga muntah. Dismenore juga dibagi menjadi 2 yaitu dismenore primer dan sekunder. (Anjarwati, 2019).

Dismenore primer pada sebagian wanita merupakan cobaan tersendiri yang selalu dialami rutin setiap bulan, sehingga wanita harus bisa mencari metode penanganan yang tepat untuk mengatasinya. Wanita tidak bisa beraktivitas secara normal dan memerlukan obat pereda sakit ketika sedang dismenore. Keadaan ini mengakibatkan kualitas hidup wanita menurun, mahasiswa yang sedang mengalami dismenore primer tidak bisa berkonsentrasi penuh ketika belajar, dan motivasi belajarnya menurun akibat rasa sakit yang dirasakan.

Data berdasarkan WHO (2017) diperoleh insiden sebanyak 1.769.425 jiwa. (90%) wanitanya mengalami dismenorea, sebanyak 10-15% wanita dengan dismenorea berat. Hal itu didukung oleh penelitian yang telah dilaksanakan di berbagai negara dengan output yang mengejutkan, yang mana insiden dismenore primer di setiap negara dilaporkan lebih dari 50%.

Ber macam-macam faktor dicoba diidentifikasi untuk melihat faktor risiko yang berhubungan dengan kejadian dismenorea, salah satu faktornya adalah usia seseorang. Puncak dari kejadian dismenore berada pada rentang usia remaja mengarah ke dewasa yaitu 15 sampai 25 tahun dan akan menurun dengan

sendirinya setelah rentang usia tersebut terlewati.

Pada studi pendahuluan yang dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan pada 20 mahasiswi aktif yang mengikuti proses belajar mengajar ditemukan sebanyak 8 mahasiswi (40%) mengalami dismenorea dengan skala nyeri tergolong berat dan 12 mahasiswi (60%) dengan skala nyeri tergolong sedang. Mahasiswa yang sedang dismenore merasa kesulitan berkonsentrasi ketika belajar, merasa malas dan lelah sepanjang hari. Hal ini berimbas pada jumlah absensi dan penurunan keinginan mahasiswa untuk mengikuti proses belajar mengajar. Hal ini juga akan berimbas pada penurunan aktivitas belajar mahasiswa.

METODE

Penelitian ini menggunakan desain *korelasional* dengan metodologi *cross sectional*. Populasi pada penelitian ini adalah Mahasiswa Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember yang sedang aktif belajar. Sampel penelitian sebanyak 20 mahasiswa yang sedang aktif melakukan belajar. Penelitian dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Penelitian ini telah melewati tahapan uji etik. Instrumen penelitian menggunakan google form, kemudian data di klasifikasikan berdasarkan pengisian dari responden, dianalisis dan dibuat tabulasi data. Uji statistik menggunakan Spearman Rank.

HASIL

Pelaksanaan penelitian ini dilakukan pada tanggal 27-31 Agustus

Tabel 1. Identifikasi Dismenore

No	Variabel	f	%
1.	Skala Nyeri		
-	Ringan	4	20%
-	Sedang	7	35%
-	Berat	9	45%

Berdasarkan table diatas ditemukan bahwa presentase tertinggi (45%) responden dengan Dismenore berat, (35%) responden dengan dismenore sedang, dan 20% responden dengan dismenore ringan.

Tabel 2. Identifikasi Aktivitas Belajar

No	Variabel	F	%
1.	Aktifitas Belajar		
-	Terganggu	16	80%
-	Tidak Terganggu	4	20%

Berdasarkan tabel diatas diketahui bahwa presentase tertinggi (80%) responden dengan aktivitas belajar terganggu, sedangkan (20%) responden dengan aktivitas belajar tidak terganggu.

Table 3. Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar

Dismenore	Aktivitas Belajar				Total	
	Terganggu		Tidak Terganggu		F	%
	F	%	F	%		
Ringan	0	0	4	20,0	4	20,0
Sedang	7	35,0	0	0	7	35,0
Berat	9	45,5	0	0	9	45,5
Total	16	80,0	4	20,0	20	100

Berdasarkan tabel diatas ditemukan bahwa dari total 20 responden, 9 responden aktivitas belajarnya terganggu akibat dismenore berat dengan presentase 45%. 7 responden aktivitas belajarnya terganggu akibat dismenore sedang dengan presentase 35%. 4 responden aktivitas belajarnya tidak terganggu akibat dismenore ringan dengan presentase (20%).

Hasil dari uji *Spearman Rho* didapatkan *p value* $0,00 \leq 0,05$ dengan *r* hitung -0,784 masuk dalam kategori sangat kuat dengan nilai (0,76-0,99), serta nilai *asymptotic significant (2 sided)* 0,00. Sehingga, nilai *asymptotic significant (2 sided)* adalah $0,00 \leq 0,05$, maka

kesimpulannya ialah H1 diterima, ada hubungan sangat kuat antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Hal ini bisa diartikan apabila semakin tinggi skala dismenore yang dialami, maka semakin menurun/terganggu aktivitas belajarnya

PEMBAHASAN

Dismenore ialah masalah fisik wanita yang sangat menonjol saat sedang mengalami periode menstruasi, masalah ini berupa nyeri pada perut bagian bawah (Putri, 2017). Dampak yang diakibatkan oleh dismenore tergolong cukup besar. Wanita akan sering terganggu aktivitas hariannya, terkhusus aktivitas pembelajaran di sekolah. Aktivitas belajar merupakan keikutsertaan seseorang baik secara fisik, perhatian, pikiran dan sikap dalam kegiatan pembelajaran, sebagai usaha untuk mencapai keberhasilan dari proses belajar mengajar, sehingga dapat diperoleh suatu manfaat dari kegiatan tersebut. Wanita yang dismenore dan sedang mengikuti kegiatan belajar akan sulit untuk berkonsentrasi sehingga semangat untuk mengikuti kegiatan menjadi turun, bahkan tidak jarang untuk absen dari kegiatan tersebut. Hal ini mengakibatkan penjelasan materi selama proses belajar tidak dapat diterima dengan jelas.

Penelitian yang dilakukan di Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember, didapatkan data dari 20 responden, 16 responden (80%) aktivitas belajarnya terganggu, 9 responden (45%) dengan skala dismenore berat dan 7 responden (35%) dengan skala dismenore sedang. Tingginya presentase dismenore dan gejala yang muncul, tentunya dapat mengganggu aktivitas belajar mahasiswi. Beberapa dampak dismenore yang dapat mengganggu aktivitas belajar ialah penurunan konsentrasi saat mengikuti perkuliahan, tidak sanggup mengikuti perkuliahan, penurunan minat belajar

sehingga menyebabkan ketidakmampuan presentasi secara maksimal.

Hal ini didukung oleh penelitian (Hanum, 2020) yang menyatakan bahwa dismenore menyebabkan gangguan konsentrasi di kelas diantara 56 (39,2%) dari siswa, sekolah/kelas yang hilang sebanyak 10 (7%) siswa, dan tidak berpartisipasi dalam permainan sebanyak 12 (8,4%) mahasiswa. Wanita yang sedang dismenore akan lebih banyak alpha/ ketidakhadiran sehingga prestasi yang diraih kurang memuaskan di sekolah dibandingkan dengan teman-temannya yang tidak dismenore. Wanita dengan dismenore berat yang memiliki nilai yang rendah sebanyak (6,5%), konsentrasi menurun sebanyak (87,1%) dan tidak masuk sekolah sebanyak (80,6%). Adapun bentuk-bentuk aktivitas belajar yaitu aktivitas fisik dan psikis. Aktivitas fisik meliputi (mendengarkan, melihat/memperhatikan, menulis, membaca, menjawab, bertanya, berlatih), aktivitas psikis meliputi (keaktifan indera, keaktifan emosi, keaktifan akal, keaktifan ingatan). Ketika kegiatan belajar mengajar sedang berlangsung, mahasiswi yang sedang dismenore otomatis aktivitas fisik dan psikisnya terganggu. Tidak bisa memperhatikan dengan fokus, tidak bisa mendengarkan dengan baik, akibat dari rasa nyeri yang sedang dialaminya.

Uji statistik yang digunakan adalah uji *Spearman Rho*, diperoleh nilai *p value* 0,000. Nilai tersebut lebih kecil dari tingkat signifikansi penelitian yaitu ($\alpha= 5\%$ atau 0,05). Sehingga bisa ditarik kesimpulan bahwasanya terdapat hubungan yang signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember. Nilai korelasi (*r*) sebesar -0,784 menunjukkan bahwa arah korelasi negative dengan artian semakin tinggi skala nyeri maka akan semakin menurun aktifitas belajarnya/aktivitas belajar terganggu, memiliki kekuatan korelasi sangat kuat.

Dengan demikian, H1 bisa diterima, yang artinya ada hubungan dismenore dengan aktivitas belajar Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember.

KESIMPULAN

1. Mayoritas Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember mengalami dismenore dengan skala berat
2. Mayoritas Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember aktivitas belajarnya terganggu karena dismenore
3. Ada hubungan signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar Mahasiswi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Muhammadiyah Jember

DAFTAR PUSTAKA

Daftar Pustaka ditulis mengikuti format *APA 6th edition style* berikut:

- Cahya Rosyida, D. A., Suwandono, A., Ariyanti, I., Suhartono, S., Mashoedi, I. D., & Fatmasari, D. (2017). Comparison of Effects of Abdominal Stretching Exercise and Cold Compress Therapy on Menstrual Pain Intensity in Teenage Girls. *Belitung Nursing Journal*, 3(3), 221–228.
- Erniwati Ibrahim, Syamsuar Manyullei, S. (2019). Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan. *Jurnal Nasional Ilmu Kesehatan*, 1(2), 1–16.
- Hanum, D. F. (2020). Hubungan Dismenorea Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi Akademi Kebidanan Delima Persada Gresik 2018. *Jurnal Surya*, 11(01), 5–7.
- Larasati, T. A., A., & Alatas, F. (2016). Dismenore Primer dan Faktor Risiko

NERS: Jurnal Keperawatan, Volume nn, No. x, Maret 20yy, (Hal. pp-pp)

Dismenore Primer pada Remaja. *Majority*, 5(3), 79–84.

Terhadap Intensitas Nyeri ntensitas Nyeri Haid pada Siswi SMK Pelita Gedongtataan Kabupaten Pesawaran. *Wellness and Healthy Magazine*, 1(February), 41–47.

mega lumingkewas, herman warouw, rivellino hamel. (2015). E-journal

Keperawatan (e-Kp) Volume 3 Nomor 3 Agustus 2015. *E-Journal Keperawatan (e-Kp)*, 3, 1–8.

Saguni, F., Madianung, A., & Masi, G. (2013). Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Remaja Putri Di Sma Kristen I Tomohon. *Jurnal Keperawatan UNSRAT*, 1(1), 111363.

Michael Dwi Cahyono et al. (2017). Jurnal ilmiah mahasiswa kesehatan masyarakat vol. 2/no.6/mei 2017; issn 2502-731x,. *Jimkesmas Jurnal Ilmiah Mahasiswa Kesehatan Masyarakat*, 2(6), 1–10.

Tjahya, A. (2017). Penilaian nyeri. *Academia*, 133–163. <http://www.academia.edu/download/49499859/pemeriksaan-dan-penilaian-nyeri.pdf>

Monica, R., & Nasution, N. (2017). Pengaruh Latihan Fisik Intensitas Ringan dan Sedang terhadap Perubahan Kadar Hormon Beta – Endorphin Mencit (Musculus L.) Hamil. *Biomedical Journal of Indonesia*, 3(2), 91–98.

Yunitasari, R. (2017). *Hubungan Karakteristik Dan Tingkat Stres Dengan Kejadian Dismenore Primer*. 9–28. [repository.unimus.ac.id/937/3/BAB II.pdf](http://repository.unimus.ac.id/937/3/BAB%20II.pdf)

Musculus L.) Hamil. *Biomedical Journal of Indonesia*, 3(2), 91–98.

Muliadi, D. (2015). *Universitas Sumatera Utara* 7. 7–37.

Ningsih, R., Setyowati, S., & Rahmah, H. (2013). Efektivitas Paket Pereda Nyeri Pada Remaja Dengan Dismenore. *Jurnal Keperawatan Indonesia*, 16(2), 67–76.

Novia, I., Nunik Puspitasari, dan, Kabupaten Sidoarjo, R., & Biostatistika dan Kependudukan Fakultas Kesehatan Masyarakat Universitas Airlangga, D. (n.d.). *Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer*.

Puspita, L., & Anjarwati, T. (2019). Pengaruh Latihan Abdominal Stretching