

INTISARI

Prevalensi dismenorea primer di Indonesia cukup tinggi yaitu 60-70% dan 15% diantaranya mengalami nyeri yang hebat. Pada umumnya terjadi pada usia remaja dan dewasa. Keadaan tersebut menyebabkan menurunnya kualitas hidup wanita tidak dapat melakukan kegiatan olahraga atau berkonsentrasi dalam belajar karena nyeri yang mereka rasakan begitu hebat, penurunan kualitas hidup juga dapat dirasakan oleh wanita yang sudah bekerja karena nyeri haid yang hebat, aktivitas mereka jadi terganggu sehingga mereka tidak dapat melakukan tugas mereka dengan maksimal.

Penelitian ini bertujuan memberikan pendidikan kepada masyarakat dan pekerjaan profesi kesehatan pada umumnya. Jenis penelitian ini adalah analitik cross sectional pendekatan retrospektif. Subjek penelitian ini adalah mahasiswi prodi pendidikan dokter fakultas kedokteran dan ilmu kesehatan universitas muhammadiyah yogyakarta. Instrumen penelitian ini menggunakan informed consent, kuisioner, skala pengukuran derajat nyeri (VAS) serta alat tulis.

Data diperoleh dianalisis dengan menggunakan test korelasi dan didapatkan mayoritas sampel yang mengalami proses belajar, mendengar dan mengingat terganggu sebanyak 61,7% mahasiswi yang terdiri dari derajat nyeri berat 36,4% mahasiswi, nyeri sedang 21,5% mahasiswi, dan nyeri ringan 0,9% mahasiswi. Sedangkan yang tidak merasa terganggu dalam proses belajar, mengingat dan mendengar sebanyak 38,3% mahasiswi terdiri dari tidak ada mahasiswi atau 0,0% pada nyeri berat, 1,9% mahasiswi pada nyeri sedang, 16,8% mahasiswi pada nyeri ringan dan 19,6% mahasiswi pada yang tidak mengalami nyeri. Didapatkan hasil perhitungan yaitu p value dismenorea terhadap proses belajar, mendengar dan mengingat 0,00. Dan variabel yang paling dipengaruhi oleh dismenorea adalah proses belajar dengan nilai signifikansi paling kecil yaitu 0,030.

Penelitian ini menunjukkan terdapat pengaruh yang bermakna antara dismenorea dengan proses belajar, mendengar dan mengingat dan dapat memposisikan diri dalam menanggulangi dismenorea.

Kata kunci : Dismenorea, Proses Belajar, Mendengar, mengingat

ABSTRACT

The prevalence of primary dysmenorrhoea in Indonesia is quite high at 60-70 %, and 15 % had severe pain. Generally occurs in adolescence and adulthood. These circumstances lead to decreased quality of life for women can not participate in sports or concentrate on learning because they feel pain so severe, decline in quality of life can also be felt by a woman who had worked as severe menstrual pain, their activities so impaired that they can not perform their duties to the fullest.

This study aims to provide education to the public and in general to health professionals work. type of research is an analytic cross-sectional retrospective approach. The subjects were students at medical school the faculty of medicine and health sciences Universitas Muhammadiyah Yogyakarta. Instrument of this research is to use an informed consent, a questionnaire, a scale measuring the degree of pain (VAS) as well as stationery.

The data obtained were analyzed using correlation test and found the majority of samples undergoing a process of learning, impaired hearing and considering the student as much as 61.7% consisting of severe pain intensity of 36.4% sophomores, 21.5% were sophomores pain, and mild pain 0,9% female students. While that is not bothered in the process of learning, remembering and hearing as much as 38.3% consists of student no student or 0.0% in severe pain, 1.9% student in moderate pain, 16.8% sophomores on mild pain and 19.6% female students who did not experience the pain. Calculations showed that the p value of the learning process dysmenorrhoea 0.00, p value 0.00 dysmenorrhoea to hear, considering the dysmenorrhoea p value 0.00.

This study revealed that there is significant influence between dysmenorrhoea with the learning process , hear and remember and can position themselves in tackling Dismenorhea .

Keywords : dysmenorrhoea , Learning , Listening , remembering

Pendahuluan

Prevalensi dismenorea primer di Indonesia cukup tinggi yaitu 60-70% dan 15% diantaranya mengalami nyeri yang hebat. Pada umumnya terjadi pada usia remaja dan dewasa. Keadaan tersebut menyebabkan menurunnya kualitas hidup wanita tidak dapat melakukan kegiatan olahraga atau berkonsentrasi dalam belajar karena nyeri yang mereka rasakan begitu hebat, penurunan kualitas hidup juga dapat dirasakan oleh wanita yang sudah bekerja karena nyeri haid yang hebat, aktivitas mereka jadi terganggu sehingga mereka tidak dapat melakukan tugas mereka dengan maksimal. Masalah ini biasanya tidak terdiagnosa dan tidak diberikan perawatan.

Suatu studi menyatakan akibat dismenore tersebut sekitar 10% hingga 18%, dismenore adalah penyebab utama absen sekolah dan terganggu aktivitas lain. Hal ini diperkuat oleh penelitian Sulastri (2006) bahwa akibat keluhan dismenore pada remaja putri di purworejo berdampak pada gangguan aktivitas sehari-hari sehingga menyebabkan absen sekolah ≤ 3 hari.

Panjang siklus yang biasa pada manusia ialah 25-32 hari, dan kira-kira 97% wanita berovulasi siklus menstruasinya berkisar antara 18-42 hari. Jika siklusnya kurang dari 18 hari atau lebih dari 42 hari dan tidak teratur, biasanya antara 3-5 hari, ada yang 1-2 hari diikuti darah sedikit-sedikit kemudian, ada yang sampai 7-8 hari.

Pada setiap wanita biasanya lama menstruasi itu tetap. Usia gadis remaja pada waktu pertama kalinya mendapat menstruasi (menarche) bervariasi lebar, yaitu antara 10-16 tahun, tetapi rata-ratanya 12,5 tahun. Statistik menunjukkan bahwa usia menarche dipengaruhi faktor keturunan, keadaan gizi, dan kesehatan umum. Menarche terjadi ditengah-tengah masa pubertas, wanita memasuki masa reproduksi, yaitu masa dimana dia dapat memperoleh keturunan. Masa reproduksi ini berlangsung 30-40 tahun dan berakhir pada masa mati menstruasi atau menopause.

Anatomi reproduksi wanita terdiri dari alat reproduksi dalam (internal) : indung telur, saluran tuba (tuba fallopi), rahim (uterus), dan alat reproduksi luar (eksternal) : labia majora (bibir besar kemaluan), labia minora (bibir kecil kemaluan), dan mons pubis.

Gejala dismenorea Dismenorea menyebabkan nyeri pada perut bagian bawah, yang bisa menjalar ke punggung bagian bawah dan tungkai. Nyeri dirasakan sebagai kram yang hilang-timbul atau sebagai nyeri tumpul yang terus menerus ada. gejala fisik premenstruasi syndrom

adalah nyeri tekan dan pembengkakan payudara, perut kembung, edema perifer, sakit kepala dan migrain, rasa panas dan kemerahan pada wajah serta leher, palpitasi, gangguan penglihatan, ketidaknyamanan panggul, perubahan pola buang air besar, perubahan nafsu makan atau mengidam, mual, jerawat atau lesi kulit, dan penurunan koordinasi.

Faktor penyebab dan faktor resiko: faktor kejiwaan, faktor konstitusi, faktor obstruksi kanalis servikalis, faktor endokrin, faktor alergi, vasopresin dan prostaglandin.

Derajat dismenorea terbagi dari dismenorea ringan, dismenorea sedang dan dismenorea berat. Sedangkan nyeri haid dibagi menjadi dismenorea primer dan dismenorea sekunder. Dismenorea primer adalah nyeri haid yang dijumpai tanpa kelainan pada alat-alat genital yang nyata. Dismenorea tipe ini terjadi bersamaan atau beberapa waktu setelah menarche biasanya 12 bulan atau lebih, oleh karena siklus-siklus haid pada bulan-bulan pertama setelah menarche umumnya berjenis anovulator yang tidak disertai dengan rasa nyeri. Sedangkan dismenorea sekunder adalah nyeri haid yang disertai kelainan anatomis

genitalis. Tanda-tanda klinik dari dismenorea sekunder adalah endometriosis, radang pelvis, fibroid, edemiosis, kista ovarium dan kongesti pelvis.

Visual analogue scale (VAS) dapat digunakan untuk menilai intensitas nyeri secara kuantitatif, dimana 0 adalah tidak nyeri sama sekali, 1-4 adalah nyeri ringan, 5-6 adalah nyeri sedang, 7-9 adalah nyeri berat, dan 10 adalah nyeri paling berat yang masih mungkin dirasakan.

Proses belajar adalah suatu perubahan dalam diri seseorang yang terjadi karena pengalaman. Mendengar adalah merespon atau menerima bunyi secara disengaja. Mendengarkan suatu proses kegiatan mendengarkan lambang-lambang lisan dengan penuh perhatian, pemahaman, apresiai, serta interpretasi. Mengingat adalah tingkah laku manusia yang selalu diperoleh dari pengalaman masa lampau yang diingatnya. Mengingat dapat dibagi : Rekognisi adalah mengingat sesuatu apabila sesuatu itu dikenakan pada indera (misalnya mengingat wajah teman). Recall adalah sesuatu apabila kita sadar bahwa kita telah mengalami sesuatu dimasa lalu tanpa mengenakan sesuatu pada indera kita.

Melakukan (performance) kebiasaan-kebiasaan yang sangat otomatis.

Faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar, mendengar dan mengingat banyak hal yang dapat mempengaruhi proses belajar seseorang, baik dari dalam (internal), luar (eksternal), maupun faktor kecenderungan belajar. Faktor internal adalah faktor yang ada dalam diri individu yang sedang melakukan belajar. Faktor internal meliputi : kesehatan dan cacat tubuh, intelegensi (kecerdasan), bakat dan minat, kematangan (kesiapan), motivasi, dan kelelahan. Sedangkan faktor eksternal adalah yang dipengaruhi oleh kondisi lingkungan disekitar, meliputi : faktor keluarga, faktor sekolah dan faktor masyarakat.

Penelitian mengenai pengaruh dismenorea terhadap proses belajar, mendengar dan mengingat menggunakan metode survey analitik cross sectional menggunakan pendekatan restrospektif dari responden.

Lokasi penelitian dilaksanakan di fakultas kedokteran umum universitas muhammadiyah yogyakarta, populasi penelitian ini seluruh mahasiswi prodi

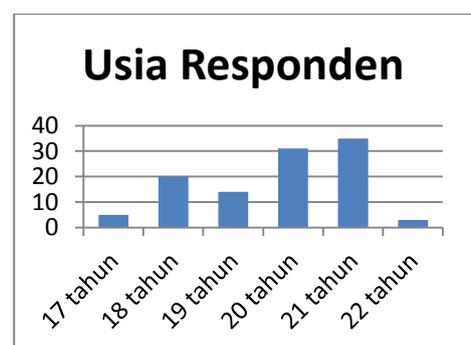
pendidikan dokter FKIK UMY berjumlah 107 mahasiswi yang meliputi kriteria inklusi : usia diatas 17 tahun dan dibawah 23 tahun, serta mahasiswi dengan dismenorea primer dan sekunder. Dan kriteria eksklusi : mengkonsumsi obat asam mefenamat dan jenis obat lainnya, serta mahasiswi menolak menjadi respond.

Jalannya penelitian ini meliputi perizinan yang berupa informed consent kepada responden, pengumpulan data, pengelompokan data, serta pengolahan data. Metode pengolahan data melalui : penyuntingan, pengkodean, tabulasi (pengelompokan data), dan analisa data (nalisis univariat dan analisis bivariat)

Hasil penelitian

Analisa univariat dilakukan untuk menganalisa karakteristik responden, dalam penelitian ini adalah usia.

a. Usia Responden



Gambar 1. Distribusi Usia Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta

Tabel 1. Deskripsi pengaruh Derajat Nyeri Dismenorea terhadap proses belajar, mendengar dan mengingat

Derajat	Aktivitas		Total	%
	+	-		
Berat	39	0	39	36,4%
Sedang	23	2	25	23,4%
Ringan	1	18	19	17,8%
Tdk Nyeri	3	21	24	22,4%
Total	66	41	107	100%

Tabel diatas didapatkan kelompok dismenorea dengan hasil yaitu mayoritas sampel mengalami proses belajar, mendengar dan mengingat terganggu sebanyak 66 mahasiswi yang terdiri dari derajat nyeri berat 39 mahasiswi, nyeri sedang 23 mahasiswi dan nyeri ringan 1 mahasiswi. Sedangkan yang tidak merasa terganggu dalam proses belajar, mendengar dan mengingat sebanyak 41 mahasiswi

terdiri dari tidak ada mahasiswi pada nyeri berat, 2 mahasiswi pada nyeri sedang, 18 mahasiswi pada nyeri ringan dan 21 mahasiswi pada yang tidak mengalami nyeri. Dari tabel diatas menunjukkan bahwa responden rerata mengalami nyeri berat.

Selain tabel tersebut diatas, dilihat dari riwayat terganggu dan tidaknya akibat dismenorea yang dialami subyek, didapatkan hasil signifikansi 0,00. Dimana ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara dismenorea dengan proses belajar.

Pada uji statistik dismenorea dengan proses belajar, mendengar dan mengingat didapatkan nilai p-value 0,00, ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang erat antara dismenorea dengan proses belajar, mendengar dan mengingat. Sehingga secara statistik dapat dilihat adanya pengaruh yang bermakna antara dismenorea dengan proses belajar, mendengar dan mengingat.

Tabel 2. Analisis pengaruh dismenorea terhadap proses belajar

me nstr uas i	PB				Total		p- valu e
	tergang gu		Tidak		N	%	
	N	%	N	%			
Dis me nor ea	63	58,8 %	21	19,6 %	84	78,9 %	0,00
Tid ak	2	1,88 %	21	19,6 %	23	21,6 %	
Tot al	65	61,1 %	42	39,4 %	107	100 %	

Tabel diatas didapatkan mayoritas sampel yang mengalami proses belajar terganggu sebanyak 63 mahasiswi, yang tidak terganggu 21 mahasiswi dan sebanyak 2 mahasiswi tidak mengalami dismenorea namun merasakan terganggu, dan sebanyak 21 mahasiswi tidak dismenorea dan tidak merasa terganggu.

Tabel 3. Analisis pengaruh dismenorea terhadap mendengar

me nstr uas i	MD				Total		p- valu e
	tergang gu		Tidak		N	%	
	N	%	N	%			
Dis me nor ea	50	46,7 %	32	38,3 %	82	77 %	0,00
Tid ak	2	1,88 %	23	21,6 %	23	23,5 %	
Tot al	52	48,8 %	55	51,7 %	107	100 %	

Tabel diatas didapatkan sampel yang mengalami aktivitas mendengar terganggu sebanyak 50 mahasiswi, yang tidak terganggu 32 mahasiswi, dan sebanyak 2 mahasiswi tidak mengalami dismenorea namun merasakan terganggu, dan sebanyak 23 mahasiswi tidak dismenorea dan tidak merasa terganggu.

Tabel 4. Analisis pengaruh

dismenorea terhadap mengingat

me nstr uas i	MG				Total		p- valu e
	tergang gu		Tidak		N	%	
	N	%	N	%			
Dis me nor ea	50	46 ,7 %	34	38 ,3 %	84	78,9 %	0,00
Tid ak	0	0 %	22	20 ,6 %	22	20,6 %	
Tot al	50	46 ,7 %	56	52 ,6 %	107	100 %	

Tabel diatas didapatkan mayoritas sampel yang mengalami aktivitas mengingat terganggu sebanyak 50 mahasiswi, yang tidak terganggu 34 mahasiswi, dan tidak ada yang mengalami dismenorea dan merasakan terganggu, dan sebanyak 22 mahasiswi tidak dismenorea dan tidak merasa terganggu.

Pembahasan

Hasil ini sesuai dengan penelitian Sulastri (2006), bahwa akibat keluhan dismenorea pada remaja putri berdampak pada gangguan aktivitas sehari-hari sehingga menyebabkan absen sekolah dan meninggalkan aktivitas dan ketidaksiapan remaja putri dalam menghadapi perkembangan dan pertumbuhan pada dirinya tersebut, misalnya gangguan haid seperti dismenorea.

Nyeri bersifat sangat subyektif dan akan berbeda tingkatannya pada setiap orang. Hal ini dipengaruhi berbagai faktor karena nyeri merupakan suatu keadaan kompleks yang melibatkan sistem limbik, emosi dan pengalaman nyeri sebelumnya. Selain itu dismenorea primer dapat dipengaruhi oleh berbagai faktor antara lain prostaglandin, vasopresin dan keadaan psikologis. Secara teori keadaan psikologis seseorang sangat menentukan intensitas nyeri yang dirasakan oleh orang tersebut. Faktor psikologis responden seperti tingkat kepercayaan dan ketakutan menjelang menstruasi, kebiasaan dalam mengatasi nyeri yang dia alami merupakan sebuah

manifestasi dan copying style atau cara subyek dari suatu aktivitas. Khususnya dalam hal ini adalah proses belajar, mendengar dan mengingat.

Keadaan jasmani yang segar akan lain pengaruhnya dengan keadaan jasmani yang kurang 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.

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).

Kesimpulan

Berdasarkan hasil penelitian ini pengaruh dismenorea terhadap proses belajar, mengingat dan mendengar yang peneliti lakukan pada mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, memperoleh hasil sebagai berikut :

1. Adanya pengaruh yang bermakna antara dismenorea dengan proses belajar pada mahasiswi yang mengalami dismenorea.
2. Adanya pengaruh antara dismenorea dengan mendengar pada mahasiswi yang mengalami dismenorea.
3. Adanya pengaruh antara dismenorea dengan mengingat pada mahasiswi yang dismenorea.
4. Dari data yang diperoleh, dismenorea paling banyak mempengaruhi proses belajar dari mahasiswi.

Saran

Sesuai dengan hasil penelitian ini, pengaruh dismenorea terhadap proses belajar, mendengar dan mengingat pada mahasiswi, maka saran-saran yang dapat dikemukakan adalah:

1. Bagi masyarakat dan penyuluh kesehatan masyarakat, penelitian ini diharapkan dapat memberi manfaat dalam menambah informasi tentang pengaruh dismenorea terhadap proses belajar dan aktivitas lainnya.
2. Perlu penelitian lebih lanjut mengenai dismenorea, mengingat insidensinya yang cukup tinggi, terutama tentang hal-hal yang mempengaruhi dan hal-hal yang mengurangi timbulnya dismenorea, sebagai sumber data terhadap sampel yang berbeda dalam hal faktor resiko dan kepribadian seseorang dalam menanggapi nyeri yang belum sempat peneliti teliti pada penelitian ini

Daftar Pustaka

- Andrew. G. 2001. *Womans Sexual Health* (Widiarti.D, Penerjemah). Yogyakarta: (diterbitkan 2009)
- Basalamah, A., dkk. 1993. *Endokrinologi Ginekologi*, ed.1 Jakarta: KSERI
- Bloom F.E. 1988. *Brain, mind and behaviour*. 2nd ed. New York : W.H. Freeman. p.240-269
- Cahyaningtias, P.L. 2009. *Pengaruh Olahraga Terhadap Derajat Nyeri Dismenorea Pada Wanita Belum Menikah*. Karya Tulis Ilmiah Strata Satu, Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta
- Decherney, Alan, H., Nathan, L., Goodwin, T.M., Laufer, N. 2007. *Current diagnosis & treatment obstetrics & gynecology* 10 edition. mcGraw Hill : New York.
- Dinas Kesehatan Provinsi Lampung, 2008, *Profil Kesehatan Privinsi Lampung tahun 2007* (pdf). Bandar Lampung
- Eden, J.A. 1998. *Dysmenorrhea and premenstrual syndrome*. WB Saunders:Philadelphia
- Fitriani, D. 2006. *Pengaruh Dismenorea Terhadap Proses Belajar, Mendengar dan Mengingat Pada Siswi SMA Negeri Gresik*. Karya Tulis Ilmiah Strata Satu, Universitas Muhammadiyah Malang, Malang
- Hudson, T. Mei 2002. *Premenstrual Syndrome Part 1. Female Patient* (OB/GYN ed). Chatman. 27,5. 47-50.

- Halpin DMG, Jones A, Fink G, et al. 1986. *Post-natal ovarian follicle development in hypogonadal (HPG) and normal mice and associated changes in the hypothalamic-pituitary axis.* J Reproduction Fertil.
- Kesehatan Reproduksi Remaja (KRR). Unicef Provinsi Jawa Tengah Pemerintah Kota Surakarta tahun 2006.
- Komunikasi Personal. 20 April 2013. Fakultas Kedokteran Universitas Muhammadiyah Yogyakarta, Yogyakarta
- Kusuma, S. 2006. Buku Ajar Ginekologi untuk Mahasiswa Kebidanan hal 31 dan 40. Jakarta:Penerbit Buku Kedokteran (EGC).
- Linda, F.M.D., *Michigan State University College of Human Medicine, East Lansing, Michigan, Am Fam Physician.* 2005 Jan 15;71(2):285-291.
- Manuaba, Ida Bagus Gde, 2001, Kapita Selekta Penatalaksanaan Rutin Obstetri Ginekologi Dan KB, EGC, Jakarta
- Masrial .2001. *Teras Kuliah Belajar – Mengajar Aktif.* Angkasa Raya. Padang. P : 11
- Notoatmodjo,2005. Metodologi Penelitian.Jakarta:Soekidjo
- Potter.,P.A and Perry., A.G. 1997. *Fundamentalis Of Nursing Concepts.Process and Practice.*Missouri:Mosby
- Pudiasuti.R.D., 2012.Tiga Fase Penting pada Wanita(Menarhe, Menstruasi dan Menopause). Jakarta:Kompas Gramedia
- Sulastri. 2006. Perilaku Pencarian Pengobatan Keluhan Dismenore Pada Remaja Di Kabupaten Purworejo Provinsi Jawa Tengah. Tesis. Universitas Gajah Mada. Yogyakarta.
- Suryabrata S. 2006. *Psikologi Pendidikan .* PT Raja Grafindo Parsada. Jakarta. P : 89
- T.Z.Jacob., J.J,Endjun., Baziad, A., 1993. *Dismenorea Aspek Patofisiologi dan Penatalaksanaan (1sd ed).* Jakarta: KSERI.h 71-94
- Wiknjosastro. Hanifa. 1999, Ilmu Kandungan, Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, Jakarta