

HUBUNGAN NYERI HAID DENGAN MOTIVASI BELAJAR MAHASISWI D-III KEBIDANAN STIKES PELITA ILMU DEPOK

Rona Riasma Oktobriariani¹, Innana Mardatillah²

^{1,2} STIKes Pelita Ilmu Depok

[1ronariasma@gmail.com](mailto:ronariasma@gmail.com)

ABSTRAK

Menstruasi yang dialami para remaja wanita dapat menimbulkan masalah, salah satunya adalah dismenore atau nyeri haid. Nyeri haid merupakan masalah yang paling umum dialami wanita baik wanita remaja maupun dewasa. Remaja yang mengalami dismenore membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktivitas belajar disekolah. Selain itu siswi yang mengalami dismenore tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun.

Desain penelitian yang digunakan adalah observasi analitik dengan rancangan *cross sectional*. Sampel berjumlah 33 orang, diambil dari mahasiswa tingkat dua Diploma III Kebidanan STIKes Pelita Ilmu Depok. Data diperoleh dari kuesioner lembar observasi nyeri haid, kuesioner motivasi. Analisis data dilakukan dengan uji Hasil dari analisa data dengan menggunakan uji Korelasi *Rank Spearman*. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan Juni 2021.

Hasil analisis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan dan memiliki arah korelasi negatif antara nyeri haid dengan motivasi mahasiswa ($r_s=-0,828$; $p<0,001$),

Simpulan dari penelitian ini bahwa terdapat hubungan antara nyeri haid dengan motivasi belajar mahasiswa.

Kata kunci: Motivasi belajar, Nyeri Haid

PENDAHULUAN

Salah satu tanda seorang perempuan memasuki masa pubertas adalah terjadinya menstruasi. Menstruasi atau haid adalah perubahan fisiologis dalam tubuh wanita yang terjadi secara berkala dan dipengaruhi oleh hormon reproduksi. Menstruasi yang dialami para remaja wanita dapat menimbulkan masalah, salah satunya adalah dismenore atau nyeri haid. Nyeri saat menstruasi umumnya terjadi pada remaja putri usia 15 sampai 25 tahun. Rasa nyeri mulai dirasakan 24 jam saat menstruasi dan bisa bertahan 49-72 jam. Namun, ada juga wanita yang mengalami nyeri mulai dari awal hingga hari terakhir menstruasi, yaitu sekitar 5 sampai 6 hari (Kumalasari, 2012; Kartono, 2006; Ningsih, 2013).¹⁻³

Data di Indonesia, dismenore yang banyak terjadi adalah dismenore primer

(Hartati, 2012).⁵ Prevalensi dismenore di Indonesia sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder. Dismenore primer dialami oleh 60-75% wanita muda, dengan tiga perempat dari jumlah wanita tersebut mengalami nyeri ringan sampai sedang dan seperempat lagi mengalami nyeri berat. Di Surabaya didapatkan 1,07% hingga 1,31% dari jumlah penderita datang berobat ke tenaga kesehatan karena dismenore (Hartati, 2012).⁵

Dismenore sangat berdampak pada remaja putri, hal ini menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja yang mengalami dismenore pada saat menstruasi membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktivitas belajar disekolah. Aktivitas belajar merupakan prinsip yang sangat penting di dalam interaksi belajar yang bukan hanya melibatkan aktivitas fisik tetapi

juga mental. Jika 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, seorang siswi yang mengalami dismenore tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenore yang dirasakannya pada saat proses belajar mengajar (Ningsih, 2013; Fersta, 2013).^{3,6}

Penelitian Elif (2012)⁷ menyatakan bahwa dimenore sangat berhubungan dengan kinerja yang rendah. Jika 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, seorang siswi yang mengalami dismenore tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenore yang dirasakan pada saat proses belajar mengajar sehingga kinerja belajar mereka akan menurun (Ningsih, 2013; Fersta, 2013).^{3,6}

Berdasarkan studi pendahuluan yang dilakukan pada beberapa mahasiswa DIII kebidanan STIKes Pelita Ilmu Depok dari hasil wawancara mereka mengatakan dismenore sangat mengganggu aktifitas mereka sehari-hari. Mereka sering tidak dapat mengikuti perkuliahan karena rasa nyeri yang tidak dapat ditahan lagi dan tidak dapat berkonsentrasi belajar sehingga mengakibatkan nilainya menurun.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan tersebut maka penelitian ini dilakukan untuk mengetahui hubungan nyeri haid dengan

motivasi belajar mahasiswa DIII Kebidanan STIKes Pelita Ilmu Depok

METODOLOGI

Desain penelitian yang digunakan adalah observasi analitik dengan rancangan cross sectional. Jenis data yang digunakan dalam penelitian ini adalah data primer. Pengambilan data primer dilakukan dengan menggunakan format pengkajian dismenore, lembar observasi nyeri dan kuesioner motivasi yang diisi oleh responden.

Populasi target dalam penelitian ini adalah mahasiswa kebidanan. Populasi terjangkau adalah mahasiswa kebidanan di UMP yang memenuhi kriteria inklusi dan kriteria eksklusi. Kriteria inklusi: mahasiswa kebidanan tingkat 2 yang mengalami riwayat dismenore sedang-berat, siklus haid teratur, lama haid 3-7 hari; kriteria eksklusi: saat dilakukan penelitian tidak hadir. Besar sampel dalam penelitian ini adalah 33 responden. Pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan dengan menggunakan random sampling.

Analisis statistik digunakan untuk mengetahui hubungan nyeri haid dengan motivasi belajar mahasiswa D III Kebidanan STIKes Pelita Ilmu Depok. Analisis untuk menguji hipotesis dua variabel menggunakan analisis korelasi *Rank Spearman*. Kemaknaan hasil uji ditentukan berdasarkan nilai $p < 0,05$.

HASIL

Tabel 1 Korelasi antara Dismenore dengan Motivasi Belajar

Korelasi motivasi	Koefisien korelasi (r_s^*)	Nilai p
Dismenore	-0,828	< 0,001

Keterangan: *) Berdasarkan korelasi rank Spearman

Tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara nyeri haid dengan motivasi belajar, dengan keeratan hubungan sangat kuat, serta memiliki arah korelasi negatif, yang berarti bahwa semakin berat nyeri haid maka semakin rendah motivasi belajar ($r_s = -0,828$; $p < 0,001$).

PEMBAHASAN

Penelitian ini menunjukkan bahwa dari hasil uji korelasi rank Spearman yang terdapat pada tabel 1 menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara nyeri haid dengan motivasi belajar mahasiswa ($r_s = -0,828$ dan $p < 0,001$) dan memiliki arah korelasi negatif (-), hal ini berarti bahwa semakin berat nyeri haid maka semakin rendah motivasi belajar.

Nyeri haid hanya timbul bila uterus berada dibawah pengaruh progesteron. Sedangkan sintesis prostaglandin berhubungan dengan fungsi ovarium. Kadar progesteron yang rendah akan menyebabkan terbentuknya prostaglandin dalam jumlah yang banyak. Kadar progesteron yang rendah akibat regresi korpus luteum menyebabkan terganggunya stabilitas membran lisosom dan juga meningkatkan pelepasan enzim fosfolipase A2 yang berperan sebagai katalisator dalam sintesis prostaglandin melalui perubahan

fosfolipid menjadi asam arakhidonat. Asam arakhidonat bersama dengan kerusakan endometrium akan merangsang kaskade asam arakhidonat dan menghasilkan prostaglandin PGE2 dan PGF2 alfa. Wanita dengan dismenore primer didapatkan adanya peningkatan kadar PGE dan PGF2 alfa di dalam darahnya, yang merangsang miometrium. Akibatnya terjadi peningkatan kontraksi dan disritmi uterus, sehingga terjadi penurunan aliran darah ke uterus dan mengakibatkan iskemia. Prostaglandin sendiri dan endoperoksid juga menyebabkan sensitiasi, selanjutnya menurunkan ambang rasa sakit pada ujung-ujung saraf *aferen nervus pelvicus* terhadap rangsang fisik dan kimia (Dawood, 2006).¹¹

Nyeri itu sendiri akan menimbulkan respon stres metabolismik yang akan mempengaruhi semua sistem tubuh dan memperberat kondisi seseorang, akibatnya akan timbul perubahan fisiologi dan psikologi, seperti salah satunya adalah perubahan kognitif (sentral): kecemasan, ketakutan, gangguan tidur dan putus asa (Vanderah, 2007).¹²

Penelitian Fersta (2013)⁶ menemukan hasil bahwa dismenore sangat berdampak pada remaja putri, hal ini menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Remaja yang mengalami dismenore pada saat menstruasi membatasi aktivitas harian mereka khususnya aktivitas belajar di sekolah. Aktivitas belajar merupakan prinsip atau azas yang sangat penting di dalam interaksi belajar yang bukan hanya melibatkan aktivitas fisik tetapi juga mental. Penelitian Elif (2012)⁷

menyatakan bahwa dimenore sangat berhubungan dengan kinerja yang rendah. Jika 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, seorang siswi yang mengalami dismenore tidak dapat berkonsentrasi belajar dan motivasi belajar akan menurun karena dismenore yang dirasakan pada saat proses belajar mengajar sehingga kinerja belajar mereka akan menurun (Ningsih; Fersta, 2013).^{3,6}

Menurut Slameto (2001)¹⁵ kondisi fisiologis pada umumnya sangat berpengaruh terhadap keberhasilan belajar seseorang. Orang yang ada dalam keadaan segar jasmaninya akan berlainan belajarnya dari orang yang ada dalam keadaan lelah. Penelitian Elif Oral⁴⁴ menyatakan bahwa dimenore sangat berhubungan dengan kinerja yang rendah. Dismenore merupakan salah satu masalah yang paling umum terjadi pada kalangan wanita muda yang sangat mempengaruhi kinerja akademis dan status emosional mereka, sehingga strategi harus dikembangkan untuk deteksi dini dan pengelolaan dismenore pada wanita muda. Rekomendasi tentang pola makan, strategi coping yang diharapkan dapat membantu dalam mencegahan masalah dismenore tersebut.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan dari penelitian ini bahwa terdapat hubungan antara nyeri haid dengan motivasi belajar mahasiswa DIII STIKes Pelita Ilmu Depok.

Saran dari penelitian ini adalah strategi harus dikembangkan untuk deteksi dini dan pengelolaan dismenore pada wanita muda. Rekomendasi tentang pola makan, strategi coping yang diharapkan dapat membantu dalam mencegahan masalah dismenore tersebut.

DAFTAR PUSTAKA

1. Kumalasari I. Kesehatan Reproduksi untuk Mahasiswa Kebidanan dan Keperawatan. Jakarta: Salemba Medika; 2012.
2. Manuaba I. Memahami kesehatan reproduksi wanita. Jakarta: Arcan; 2002.
3. Kartono K. Psikologi Wanita. Bandung: Mandar Maju; 2006.
4. Ningsih R. Efektifitas paket pereda terhadap intensitas nyeri pada remaja dengan dismenore di sman kecamatan curup. Jurnal Keperawatan Indonesia. 2013;16.
5. Fersta Cicilia Apriliani Saguni AM, Gresty Masi. Hubungan dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di sma kristen 1 tomohon. ejournal keperawatan (e-Kp) 2013;1.
6. Hartati M, Khaerunisa. Mekanisme Koping Mahasiswi Keperawatan dalam Menghadapi Dismenore. Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan. 2012;8.
7. Neinstein LS. Adolescent Health Care. Philadelphia: Lippincott Williams & Wilkins; 2007.
8. Hacker Neville F MJG. Esensial obstetric dan ginekologi. Jakarta: Hipokrates; 2001.

9. Anwar. Pendidikan Kecakapan Hidup (LIfe Skill Education): Konsep dan Aplikasi. Bandung: Alfabeta; 2004.
10. Manuaba I. Memahami Reproduksi Wanita. Jakarta: Arcan; 1999.
11. Prawirohardjo S. Ilmu Kandungan. Jakarta: PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo; 2009.
12. Ika Novia NP. Faktor Risiko yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore Primer. *The Indonesian Journal of Public Health*. 2008;Vol. 4, No. 2:96-104.
13. Tavallaei M. Prevalence of Menstrual Pain and Associated Risk Factors Among Iranian Women. Canada: Simon Fraser University; 2009.
14. T. Pramanik RS, M.T. Sherpa, P. Adhikari. Incidence of dysmenorrhoea associated with high stress scores among the undergraduate Nepalese medical students. *Journal of Institute of Medicine*, 2010.
15. French L. Dysmenorrhea. *American Family Physician*. 2005 71(2).
16. In Ae Jang MYK, Sa Ra Lee, Kyung Ah Jeong, Hye Won Chung. Factors related to dysmenorrhea among Vietnamese and Vietnamese marriage immigrant women in South Korea. *Obstet Gynecol Sci*. 2013;56(4):242-8.
17. Andersch B MI. An epidemiologic study of young women with dysmenorrhea. *Am J Obstet Gynecol*. 1982.
18. Alicia M. Weissman AJH, Michael D. Hansen, Susan R. Johnson. The natural history of primary dysmenorrhoea: a longitudinal study. *BJOG: an International Journal of Obstetrics and Gynaecology* 2004;111:345-52.
19. Carlo Balbi RM, Agostino Menditto, Luigi Di Prisco, Eufemia Cassese, Maurizio D'Ajello, Domenico Ambrosio, Antonio Cardone. Influence of menstrual factors and dietary habits on menstrual pain in adolescence age. *European Journal of Obstetrics & Gynecology and Reproductive Biology*. 2000;91(2):143-8.
20. Barnard SA, Hurlock D, Bertron P. Diet and sex-hormone binding globulin, dysmenorrhea, and premenstrual symptoms. *Obstet Gynecol*. 2000;95(2):245-50.
21. Alonso CC, Christopher L. Disruptions of social relationships accentuate the association between emotional distress and menstrual pain in young women. *Health Psychology*. 2001;20(6):411-6.
22. Roger P Smith AMK. Treatment of primary dysmenorrhea in adult women. *The American College of Obstetricians and Gynecologists*. 2014.
23. Roger P Smith AMK. Patient information: Painful menstrual periods (dysmenorrhea) (Beyond the Basics). *The American College of Obstetricians and Gynecologists*. 2014.
24. Samara Aline Brito cCCM, Daniella santo alves, ana Carla da Silvia alexandre. Prevalence of Dysmenorrhea in Undergraduate Health Courses at an Institution of Higher Education. *Journal of Nursing*. 2012;1386-94.
25. Manuaba I. Ilmu Kebidanan, Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana

- untuk Pendidikan Bidan. Jakarta: EGC; 2010.
26. Bobak IM, Lowdermilk, D.L., Jensen, M.D., & Perry, S.E. . Maternity nursing. Jakarta: EGC; 2005.
 27. Esther Chang JD, Doug Alliott. Patofisiologi: Aplikasi pada Praktik Keperawatan. Jakarta: EGC; 2010.
 28. Sylvia Price LW. Fisiologi Proses-Proses Penyakit. Jakarta: EGC; 1995.
 29. Heitkemper M JM, Bond EF, Turner P. GI symptoms, function, and psychophysiological arousal in dysmenorrheic women. Nurs Res. 1991;40(1).
 30. Corwin EJ. Patofisiologi. Jakarta: EGC; 2009.
 31. Dawood Y. Primary Dysmenorrhea Advances in Pathogenesis and Management. Obstetrics and Gynecology. 2006;108.
 32. Smeltzer S, Bare. Buku Ajar Keperawatan Medikal Bedah. Jakarta: EGC; 2002.
 33. Julia D Kneale PSD. Keperawatan Ortopedik & Trauma. Jakarta: EGC; 2011.
 34. McDowell I. Measuring Health: A Guide to Rating Scale and Questionnaires. New York: Oxford University Press; 2006.
 35. McCaffery M BA. Pain:clinical manual for nursing practice. St. Louis: MO: Mosby; 1999.
 36. Rangga PN. Pengaruh Motivasi Diri Terhadap Kinerja Belajar Mahasiswa. Media Komunikasi dan Informasi Pengabdian Kepada Masyarakat. 2007;7(7).
 37. Alketa Hysenbegasi SLH, Clayton R. Rowland. The Impact of Depression on the Academic Productivity of University Students. The Journal of Mental Health Policy and Economics. 2005;8:141-51.
 38. Levi Nilawati D. Pengaruh Motivasi Pada Kinerja Belajar. Manajemen Bisnis. 2011;3(3):287-303.
 39. Bloom B. Taxonomi of Education Objectives. New York: Longman; 1981.
 40. Slameto. Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya. Jakarta: Rineka Cipta; 2001.
 41. Murni A. Kinerja Belajar, adversity Intelligence dan Sikap terhadap niat berwirausaha. Manajemen & Bisnis. 2009;8(2).
 42. Rambe AS. The Echelon III Performance And Its Influencing Factors In North Sumatra Government. Internasional Jurnal of Education and Research. 2014;2.
 43. Mangkunegara AP. Evaluasi Kinerja SDM. Bandung: Refika Aditama; 2012.
 44. Elif Oral TS, Esra Yazici, Mustafa Gulec, Zeliha Cansever, Nazan Aydin. Premenstrual Symptom Severity, Dysmenorrhea, and School Performance in Medical Students. Journal of Mood Disorder. 2012;2.
 45. Vanderah TW. Pathophysiology of pain The Medical Clinics of North America. 2007;91(1).
 46. Djamarah. Psikologi Belajar. Jakarta: Rineka Cipta; 2008.
 47. Zulaihah W. Hubungan Kecukupan Asam Eikosapentanoat (EPA), Asam Dokosaheksanoat (DHA) Ikan dan Status

- Gizi dengan Prestasi Belajar Siswa. Jurnal Gizi Indonesia. 2006;1.
48. Supariasa BB, Ibnu Fajar. Penilaian Status Gizi. Jakarta: EGC; 2002.
49. Leon Speroff MAF. Clinical gynecologic endocrinology and infertility: Philadelphia, Pa. ; London : Lippincott Williams & Wilkins; 2005.
50. Hillard PJA. Dysmenorrhea Pediatrics in Review. 2006;27:64-71.
51. Calis KA. Dysmenorrhea. New York: Medscape; 2013; Available from: www.medscape.com.