

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa remaja merupakan salah satu periode dari perkembangan manusia yang sangat penting. Masa remaja adalah masa peralihan dari masa anak-anak menuju kedewasaan, yakni antara usia 12 sampai dengan 21 tahun. Masa remaja dimulai pada saat timbulnya perubahan fisik, masa ini disebut juga dengan masa pubertas. Pada masa remaja tersebut individu matang secara fisiologik, psikologik, mental emosional dan sosial. Menurut *World Health Organization* (WHO) usia remaja merupakan suatu masa transisi dalam upaya menemukan jati diri dan kedewasaan biologis serta psikologi. Pubertas merupakan masa awal pematangan seksual, yaitu suatu periode dimana seorang anak mengalami perubahan fisik, hormonal, dan seksual, serta mampu mengadakan proses reproduksi (Rahmawati, 2016). Pubertas berhubungan dengan pertumbuhan yang pesat dan timbulnya ciri-ciri seksual sekunder. Usia pubertas bagi wanita ditandai dengan perubahan, yaitu mengalami masa menstruasi setiap bulan.

Menstruasi adalah perdarahan periodik dari rahim yang dimulai sekitar 14 hari setelah ovulasi secara berkala akibat terlepasnya lapisan endometrium uterus. Kondisi ini terjadi karena tidak ada pembuahan sel telur oleh sperma, sehingga lapisan dinding rahim (endometrium) yang sudah menebal menjadi luruh. Menstruasi pada perempuan rata-rata terjadi dalam rentang usia 12-13 tahun pada sebagian besar negara maju. Peristiwa menstruasi pertama kali/menarche menandakan seorang perempuan sudah masuk dalam fase remaja

(Haris, 2021). Banyak gangguan menstruasi yang biasanya menyebabkan ketidaknyamanan fisik bagi seorang perempuan yang dapat mengganggu aktivitas mereka. Salah satu gangguan menstruasi ini biasanya menyebabkan ketidaknyamanan fisik yaitu dismenore (Alimuddin, 2017)

Dismenorea merupakan nyeri yang berasal dari kram perut rahim dan terjadi selama menstruasi disebabkan oleh pengelupasan lapisan endometrium. Dismenore merupakan nyeri yang dirasakan pada periode siklus menstruasi, nyeri ini disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon progesteron yang ada di dalam darah, dan produksi prostaglandin yang meningkat serta faktor stress yang mengakibatkan terjadinya dismenore (Karlinda et al., 2022). Dismenore adalah masalah ginekologi yang paling umum terjadi di kalangan wanita dan didefinisikan sebagai nyeri kram pada perut bagian bawah yang terjadi sebelum atau selama menstruasi (Delistianti et al., 2018).

Berbagai faktor risiko yang berhubungan dengan dismenore primer antara lain usia dewasa muda, menarch awal, indeks massa tubuh tinggi atau rendah, paritas, merokok, siklus haid yang berkepanjangan, aliran menstruasi tidak teratur, gejala pramenstruasi, kecurigaan klinis terhadap penyakit radang panggul, serta gejala psikologis seperti depresi dan kecemasan (Delistianti et al., 2018). Gejala utama dismenore adalah nyeri yang terkonsentrasi pada abdomen bawah, region umbilikal atau region suprapubik dari abdomen. Dismenore juga sering dirasakan pada abdomen kiri atau kanan. Nyeri ini dapat menjalar ke paha atau punggung bawah. Gejala lain yang menyertai berupa mual, muntah, diare, sakit kepala, capek, dan pusing (Pranya Iswari et al.,

2014). Nyeri hebat dirasakan sangat menyiksa oleh sebagian wanita bahkan kadang menyebabkan kesulitan berjalan ketika haid menyerang.

Nyeri haid memiliki dampak yang cukup besar bagi remaja putri karena menyebabkan terganggunya aktivitas sehari-hari. Berdasarkan data *World Health Organization* (WHO) tahun 2018, angka kejadian dismenore pada setiap negara di dunia rata-rata sebesar 50%. Angka ini cukup tinggi karena kejadian dismenore di setiap negara memiliki angka kejadian dismenore yang berbeda-beda, seperti di Amerika berkisar antara 60% dan Swedia angka kejadian dismenore yaitu 72%. Dalam sebuah studi di Turki tercatat bahwa rata-rata prevalensi nyeri haid pada saat menstruasi yang dialami oleh wanita yaitu ringan sebanyak 28%, sedang 43%, dan berat 29%, sedangkan prevalensi perempuan yang mengalami menstruasi tidak teratur sebanyak 34%. Dalam sebuah penelitian, angka kejadian dismenore pada wanita di Indonesia yaitu 64,22%, terdiri atas 54,89% mengalami dismenore primer dan 9,36% mengalami dismenore sekunder (Haris, 2021).

Dismenore memiliki dampak pada remaja putri, terutama dampaknya dapat mengganggu aktivitas sehari-hari. Pada mahasiswi yang mengalami dismenore saat menstruasi dapat mengganggu konsentrasi belajar saat di kampus sehingga aktivitas belajarnya dapat terganggu dan tidak jarang hal ini menyebabkan mahasiswi absen tidak berangkat. Berdasarkan hasil penelitian (Apriliani et al., 2013) menunjukkan ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar remaja putri di SMA Kristen I Tomohon, nilai  $p = 0,000 < \alpha = 0,05$ . Berdasarkan hasil penelitian (Alifah et al., 2019) tentang hubungan nyeri haid (dismenore) terhadap aktivitas belajar pada siswi kelas XI

SMA Negeri 52 Jakarta terdapat hubungan yang signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar. Koefisien korelasi sebesar -0,436 dan nilai Sig. <  $\alpha$  (0,000<0,05).

Selain berdampak terhadap aktivitas belajar dismenore juga berdampak pada kualitas tidur remaja putri yang mengalami dismenore saat menstruasi. Tidur adalah fenomena fisiologis reversibel di mana respon terhadap rangsangan menurun yang dapat memberikan pengaruh besar terhadap psikologi dan kesehatan fisik. Kualitas tidur adalah ukuran dimana seseorang dapat dengan mudah dalam memulai tidur dan untuk mempertahankan tidur, kualitas tidur seseorang dapat digambarkan dengan lama waktu tidur, keluhan-keluhan yang dirasakan saat tidur ataupun sehabis bangun tidur (Putrianingsih et al., 2021).

Nyeri dismenore disebabkan karena peningkatan kadar prostaglandin yang memiliki efek meningkatkan kontraktilitas otot uterus, vasokonstriksi dan meningkatkan iskemia pada otot uterus sehingga terjadinya nyeri saat menstruasi. Wanita saat mengalami dismenore akan muncul rasa nyeri yang meluas hingga ke pinggang, punggung bagian bawah dan paha sehingga menimbulkan masalah keperawatan dan mengganggu kebutuhan dasar manusia salah satu diantaranya adalah tidur, karena tidur merupakan kebutuhan fisiologis (Delistianti et al., 2018). Banyaknya kualitas tidur buruk pada perempuan dapat disebabkan oleh karena turunnya kadar hormon estrogen dan progesteron selama siklus menstruasi, penurunan kadar progesteron selama masa premenstruasi berhubungan dengan kesulitan tidur dan meningkatkan frekuensi bangun. Hormon estrogen dapat menurunkan latensi tidur dan



frekuensi bangun serta meningkatkan jumlah total jam tidur (Naryati et al., 2021)

Kualitas tidur adalah takaran kebiasaan baik dan buruk tidur seseorang. Kualitas tidur yang buruk dan gejala insomnia dikaitkan dengan kesehatan yang buruk. Berdasarkan hasil penelitian (Putrianingsih et al., 2021) terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat nyeri dismenore dengan kualitas tidur pada mahasiswi keperawatan semester IV fakultas Kesehatan universitas harapan bangsa p-value 0,000 atau  $p < 0,05$ . Dimana semakin nyeri dismenore meningkat maka semakin buruk kualitas tidurnya. Berdasarkan hasil penelitian (Delistianti et al., 2018) tentang kualitas tidur dengan dismenore pada mahasiswi di fakultas kedokteran universitas islam bandung menunjukan bahwa ada hubungan yang signifikan antara kualitas tidur dengan kejadian dismenore ( $p=0,04$ ).

Hasil studi pendahuluan dengan memberikan pertanyaan melalui *google form* kepada 10 mahasiswi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap diketahui bahwa jawaban dari 10 mahasiswi tersebut semuanya mengalami dismenore saat menstruasi, dan kebanyakan dari mereka (8 orang) dengan intensitas dismenore sedang, (1 orang) intensitas ringan, (1 orang) intensitas berat. 80% jawaban mahasiswi juga menyatakan bahwa aktivitas belajar mereka terganggu, sedangkan untuk kualitas tidur saat dismenore terjadi lebih dari 70% mahasiswi mengalami kualitas tidur yang buruk hanya 30% saja mahasiswi yang kualitas tidurnya baik.

Berdasarkan uraian permasalahan di atas, membuat peneliti tertarik untuk meneliti penelitian dengan judul “Hubungan Dismenore Dengan

Aktivitas Belajar Dan Kualitas Tidur Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan  
Universitas Al-Irsyad Cilacap”.



## **B. Rumusan Masalah**

Rumusan masalah yang akan diangkat dalam penelitian ini adalah “  
Apakah ada Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Dan Kualitas Tidur  
Mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap?”

## **C. Tujuan Riset**

### **1. Tujuan Umum**

Mengetahui hubungan dismenore dengan aktivitas belajar dan kualitas tidur  
mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Mengetahui kejadian dismenore mahasiswi Prodi S1 Keperawatan  
Universitas Al-Irsyad Cilacap
- b. Mengetahui gambaran aktivitas belajar mahasiswi Prodi S1  
Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
- c. Mengetahui gambaran kualitas tidur mahasiswi Prodi S1 Keperawatan  
Universitas Al-Irsyad Cilacap
- d. Menganalisis hubungan dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi  
Prodi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap
- e. Menganalisis hubungan dismenore dengan kualitas tidur dengan  
mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap

## **D. Manfaat Penulisan**

### **1. Manfaat Teoritis**

Secara teoritis hasil penelitian ini dapat digunakan sebagai kajian  
Pustaka untuk semakin memperkuat teori tentang hubungan dismenore

dengan aktivitas belajar dan kualitas tidur mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

## 2. Manfaat Praktis

### a) Bagi Mahasiswa

Memberikan tambahan pengetahuan mengenai dismenore sehingga mahasiswi dapat melakukan tindakan keperawatan atau pencegahan yang paling tepat dalam mengurangi morbiditas saat menstruasi dan dampaknya.

### b) Bagi Instansi Pendidikan

Hasil penelitian ini bisa untuk bahan masukan dan informasi agar mempertimbangkan kondisi mahasiswi yang sedang mengalami dismenore dalam proses pembelajaran.

### c) Bagi Penulis

Penelitian ini dapat memberikan wawasan tentang hubungan dismenore dengan aktivitas belajar dan kualitas tidur mahasiswi Prodi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

## E. Keaslian Penelitian

Penelitian dengan tema dan focus yang hampir sama yang sudah pernah dilakukan adalah :

1. Hubungan Antara Nyeri Haid (Dismenore) Terhadap Aktivitas Belajar Pada Siswi Kelas XI SMA Negeri 52 Jakarta (Alifah et al., 2019)

Penelitian bertujuan untuk mengetahui hubungan antara nyeri haid (dismenore) terhadap aktivitas belajar yang dilakukan oleh siswi kelas XI SMA Negeri 52 Jakarta. Penelitian ini menggunakan metode *deskriptif*



*analitik* dengan desain *cross sectional*. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas XI SMA Negeri 52 Jakarta berjumlah 171 siswi, penentuan sampel dengan teknik *purposive sampling* dan dihitung dengan rumus *slovin* diperoleh hasil 120 orang. Analisis data menggunakan uji korelasi *rank spearman*. Instrumen penelitian yang digunakan yaitu lembaran kuesioner yang berhubungan dengan nyeri haid (dismenore) dan aktivitas belajar dalam bentuk pilihan ganda (multiple choice) dan skala likert. Dari 117 responden, sebanyak 61 orang berusia 17 tahun dengan persentase 53%, dan sebanyak 56 orang berusia 16 tahun dengan persentase 47%. Usia menarche yang dialami responden berkisar antara usia 9-15 tahun. Dari 117 siswi yang menjadi subyek penelitian, sebagian besar siswi yang mengalami menarche pada usia 12 tahun dengan jumlah 55 orang dengan persentase sebesar 47%. Sebanyak 30 responden mengalami siklus menstruasi pendek (21-35 hari) dengan persentase 65%, sedangkan sebanyak 11 responden mengalami siklus menstruasi lama/panjang (>35 hari) dengan persentase 9%. Dari 117 siswi yang menjadi subyek penelitian, sebanyak 101 siswi pernah mengalami nyeri haid (dismenore) saat menstruasi dengan persentase 86%. Sedangkan sebanyak 16 siswi tidak pernah mengalami nyeri haid (dismenore) dengan persentase 14%. Dari 101 siswi yang pernah mengalami nyeri haid (dismenore) sebanyak 93 siswi menyatakan bahwa aktivitas belajar menjadi terganggu (92%) dan sebanyak 8 siswi menyatakan bahwa aktivitas belajar tidak terganggu (8%). Dari 16 siswi yang tidak pernah mengalami nyeri haid (dismenore) saat menstruasi, sebanyak 10 siswi menyatakan bahwa aktivitas belajar menjadi

terganggu (63%) dan sebanyak 6 siswi menyatakan bahwa aktivitas belajar tidak terganggu (37%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara nyeri haid (dismenore) dengan aktivitas belajar ( $0,000 < 0,05$ ). Kesimpulan dari penelitian ini yaitu terdapat hubungan yang signifikan antara nyeri haid (dismenore) dengan aktivitas belajar pada siswi kelas XI SMA Negeri 52 Jakarta.

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada variabel bebas pada penelitian ini yaitu dismenore. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada variabel terikat penelitian yaitu ditambahkan satu variabel terikat lagi yaitu kualitas tidur, teknik analisis menggunakan uji *fisher* dan objek penelitian pada mahasiswi prodi S1 Keperawatan Universitas Al-Irsyad Cilacap.

## 2. Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Mahasiswi PSIK FK UNUD Tahun 2014 (Pranya Iswari et al., 2014)

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK UNUD tahun 2014. Penelitian ini merupakan *non experimental design* yaitu berupa penelitian korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi dalam penelitian ini merupakan mahasiswi yang sedang aktif dalam kegiatan perkuliahan tahun ajaran 2014 di PSIK FK Unud yaitu mahasiswi PSIK FK Unud Program A angkatan 2010- 2013 yang mengalami dismenore sebanyak 170 orang. Melalui teknik sampling, nonprobability sampling yaitu purposive sampling. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa karakteristik gejala dismenore berdasarkan derajat nyerinya yang paling banyak dialami

responden adalah dismenore sedang sebanyak 140 mahasiswi (88,6%) sedangkan dismenore berat yaitu 18 mahasiswi (11,4%). Sementara mengenai aktivitas belajarnya, sebagian besar responden mengalami aktivitas belajar terganggu yaitu 108 mahasiswi (68,4%), kategori sangat terganggu yaitu 34 mahasiswi (21,5%), dan kategori tidak terganggu akibat dismenore yaitu 16 mahasiswi (10,1%). Hasil uji statistik korelasi Rank Spearman mengenai hubungan dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK Unud tahun 2014 dengan tingkat kepercayaan 95% atau  $p \leq 0,05$ , didapatkan nilai  $p = 0,01$  yaitu kurang dari 0,05 ( $p < 0,05$ ) yang berarti bahwa  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, maka dapat disimpulkan bahwa ada hubungan signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar. Adapun kekuatan hubungan dapat dilihat berdasarkan nilai Correlation Coefficient ( $r$ ) yaitu 0,255 (interval  $r$  antara 0,20- 0,399) dengan nilai positif yang berarti ada hubungan searah yang lemah antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi PSIK FK Unud tahun 2014.

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada salah satu variabel bebas yaitu dismenore dan variabel terikat pada penelitian ini yaitu aktivitas belajar. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah teknik pengambilan sampel menggunakan teknik cluster random sampling dan tempat penelitian di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

3. Hubungan Intensitas Nyeri Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri Usia 15-18 Tahun Di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta (Della et al., 2019)

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan intensitas nyeri dismenore dengan aktivitas belajar pada remaja putri usia 15-18 tahun di SMAN 1 Banguntapan Yogyakarta. Jenis penelitian ini adalah *non-eskperimen* dengan desain *cross sectional*. Sampel yang diambil berjumlah 80 responden yang masuk kriteria inklusi dan eksklusi. responden yang mengalami dismenore berat pada saat mentruasi lebih tinggi dari yang mengalami dismenore ringan pada saat menstruasi, yaitu 46 responden atau 57,6% sisanya 42,5% mengalami dismenore ringan pada saat menstruasi, yang berarti untuk dismenore ringan. Didapatkan hasil remaja putri yang merasa terganggu aktivitas belajarnya karena dismenore adalah 71 responden yaitu 88,8%. Sedangkan yang cukup terganggu adalah 6 responden yaitu 7,5% dan yang tidak merasa terganggu adalah 3 responden yaitu 3,8%. menunjukkan bahwa  $p < 0,05$  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.

Persamaan pada penelitian yang dilakukan adalah pada variabel bebas yaitu dismenore dan pada salah satu variabel terikat pada penelitian ini adalah aktivitas belajar, jenis penelitian kuantitatif dengan desain *cross*



*sectional*. Perbedaan dengan penelitian yang akan dilakukan adalah pada salah satu variabel terikat penelitian yaitu kualitas tidur dan objek penelitian di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

4. Hubungan Kualitas Tidur Dengan Kejadian Dismenore Primer Pada Mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung (Delistianti et al., 2018)

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan kualitas tidur dengan kejadian dismenore primer pada mahasiswi fakultas kedokteran universitas islam bandung. Jenis penelitian adalah *analitik observasional* dengan pendekatan *cross-sectional*. Data dianalisis mempergunakan uji *chi-square*. Subjek dipilih secara *systematic random sampling* dan didapatkan 106 sampel. Pada penelitian ini kelompok subjek mengalami kualitas tidur buruk, subjek yang mengalami dismenore primer ringan sebanyak 19 orang (44%), dismenore primer sedang 38 orang (73%), dan dismenore primer berat 9 orang (82%). Subjek dengan kualitas tidur buruk kebanyakan mengalami dismenore primer ringan dan sedang. Kelompok penelitian dengan kualitas tidur baik, subjek yang mengalami dismenore primer ringan 24 orang (56%), dismenore primer sedang 14 orang (27%), dan dismenore primer berat 2 orang (18%). Dari hasil penelitian, kualitas tidur buruk paling banyak dialami oleh mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung yang menjadi subjek penelitian, yaitu dari 106 mahasiswi, 66 mahasiswi (62%) memiliki kualitas tidur buruk. Jumlah yang mengalami kualitas tidur baik jauh lebih rendah, yaitu 40 mahasiswi

(38%) sehingga dapat dikatakan mahasiswi Fakultas Kedokteran Universitas Islam Bandung mengalami kualitas tidur buruk.

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada variabel bebas yaitu dismenore dan variabel terikat pada penelitian ini yaitu kualitas tidur dan jenis penelitian adalah *analitik observasional* dengan pendekatan *cross-sectional*. Perbedaan dengan penelitian yaitu pada salah satu variabel terikat yakni aktivitas belajar, uji yang digunakan yakni *fisher* dengan objek penelitian di Universitas Al-Irsyad Cilacap.

5. Hubungan Tingkat Nyeri Dismenore Dengan Kualitas Tidur Pada Mahasiswi Keperawatan Semester IV Fakultas Kesehatan Uiversitas Harapan Bangsa (Putrianingsih et al., 2021)

Tujuan penelitian adalah untuk mengetahui hubungan antara tingkat nyeri dismenore dengan kualitas tidur pada mahasiswi keperawatan semester IV Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa. Jenis penelitian ini adalah penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan yaitu *total sampling* dengan jumlah sampel sebanyak 54 mahasiswi. Data diambil menggunakan kuesioner *Numerical Rating Scale (NRS)* dan *Pittsburgh Sleep Quality Index (PSQI)*. Analisis data dilakukan dengan analisis univariat dan bivariat dengan menggunakan uji korelasi *spearman rank*. hasil penelitian menunjukkan bahwa nyeri dismenore pada mahasiswi keperawatan berada dalam kategori tidak nyeri sebanyak 3 orang responden (5,6%), kategori ringan sebanyak 18 orang responden (33,3%), kategori sedang sebanyak 29 orang responden (53,7%), dan kategori berat sebanyak 4 orang responden

(7,4%). Penelitian ini menunjukkan bahwa sebagian besar subjek mengalami dismenore primer sedang. hasil penelitian menunjukkan bahwa responden yang mengalami kualitas tidur baik sebanyak 11 responden (20,4%) dan yang mengalami kualitas buruk sebanyak 43 responden (79,6%). Hasil penelitian menunjukkan bahwa hasil analisis bivariat dengan menggunakan uji korelasi Spearman rank diperoleh p-value 0,000 atau  $p < 0,05$  sehingga dapat disimpulkan bahwa ada hubungan yang signifikan antara tingkat nyeri dismenore dengan kualitas tidur, dimana semakin nyeri dismenore meningkat maka semakin buruk kualitas tidurnya.

Persamaan dengan penelitian yang dilakukan adalah pada variabel bebas yaitu dismenore dan variabel terikat pada penelitian ini yaitu kualitas tidur dan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Perbedaan penelitian yang dilakukan adalah pada pengambilan sampel yakni dengan cluster random sampling dan objek penelitian di Universitas Al-Irsyad Cilacap.