

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang

Salah satu tanda seorang perempuan sudah pubertas adalah mengalami menstruasi. Menstruasi adalah bagian dari proses tubuh perempuan dalam mempersiapkan kehamilan dan berlangsung setiap bulan^[1]. Pada manusia, menstruasi terjadi setiap bulan dari remaja sampai menopause. Banyak perempuan usia reproduktif yang mengalami ketidaknyamanan fisik atau merasa sakit saat menjelang atau selama menstruasi berlangsung. Menstruasi terkadang disertai dengan dismenore. Dismenore menyebabkan ketidaknyamanan fisik dan dapat mengganggu aktivitas sehari-hari^[2]. Dalam sebuah studi, dismenore menyebabkan seseorang mengalami gangguan kemampuan berkonsentrasi (75%) sedangkan perubahan dalam aktivitas fisik yang normal (60%)^[15].

Menstruasi terjadi karena ketidakseimbangan prostaglandin di daerah uterus yang kemudian menstimulasi kontraksi otot polos dinding uterus untuk mengeluarkan dinding endometrium yang diluluhkan^[3]. Menstruasi biasanya disertai dengan rasa nyeri yang disebut dismenore. Dismenore adalah nyeri perut yang diakibatkan karena kram rahim dan terjadi selama menstruasi^[4]. Dismenore biasanya terjadi sekitar 2 atau 3 tahun setelah menstruasi pertama dan mencapai puncaknya saat perempuan berusia 15-25 tahun^[5]. Data WHO menyebutkan^[6], angka kejadian dismenore di Indonesia sebanyak 55% di kalangan usia produktif, dan 15% diantaranya mengeluhkan terbatasnya aktivitas akibat dismenore. Pada studi epidemiologi dengan populasi remaja (berusia 12-17 tahun) di Amerika Serikat dilaporkan bahwa prevalensi dismenore sebanyak 59,7%. Remaja mengeluhkan nyeri, 12% berat, 37% sedang, dan 49% ringan. Menurut studi ini, dismenore menyebabkan 14% remaja putri sering tidak masuk sekolah^[7].

Gejala utama dari dismenore adalah nyeri yang terkonsentrasi di bagian abdomen bawah, region umbilikal atau region suprapubik dari abdomen. Nyeri akibat dismenore dapat dirasakan pada abdomen kiri atau kanan. Selain itu, nyeri ini juga dapat menjalar ke punggung bawah atau paha. Gejala lain yang biasanya

muncul yaitu mual, muntah, diare, pusing, sakit kepala, dan capek^[7]. Gejala tersebut umumnya muncul 1-2 hari sebelum menstruasi tetapi nyeri paling berat dirasakan selama 24 jam pertama menstruasi dan mereda pada hari kedua^[8]. Berdasarkan derajat rasa nyeri, dismenore dibagi menjadi tiga kategori yaitu dismenore ringan, dismenore sedang, dan dismenore berat^[9].

Menurunnya aktivitas belajar akan terjadi apabila gejala dismenore tidak ditangani dengan benar. Penelitian yang dilakukan oleh Widhawati (2019) menyatakan dari 56 responden, sebagian besar responden mengalami dismenore dengan aktivitas belajar tidak terganggu sebanyak 10 responden (17,9%) dan yang mengalami dismenore dengan aktivitas belajar terganggu sebanyak 46 responden (82,1%). Aktivitas belajar merupakan kegiatan individu dalam bentuk sikap, perilaku, pikiran seseorang dalam kegiatan belajar sebagai hasil proses belajar sehingga dapat diperoleh manfaat dari hasil belajar tersebut. Konsentrasi belajar merupakan bagian dari aktivitas atau kegiatan belajar. Konsentrasi belajar merupakan suatu pemusatan pikiran atau perhatian terhadap pelajaran. Mahasiswa yang sedang mengalami dismenore dan mengikuti proses pembelajaran, menyebabkan kegiatan pembelajaran menjadi terganggu^[10]. Berdasarkan penelitian Kumar (2021), mayoritas siswi dengan dismenore mengalami gangguan konsentrasi selama jam pelajaran (57,7%), hubungan interpersonal dengan teman dan keluarga (44,2%), dan aktivitas fisik sehari-hari (36,5%) terpengaruh karena dismenore. Lebih dari separuh (57,3%) siswi dismenore tidak masuk sekolah minimal 1 hari karena dismenore dalam 6 bulan terakhir. Sekitar seperempat (26,8%) siswa dengan dismenore mengatakan bahwa nyeri haid mempengaruhi nilai ujian mereka.

Dismenore dapat menyebabkan gangguan aktivitas sehari-hari. Dampak lain yang terjadi adalah dapat mempengaruhi fisik, psikologis, sosial, dan ekonomi terhadap perempuan. Menurut Hacker & Moore (2001), remaja yang mengalami gangguan dismenore menyebabkan prestasinya kurang begitu baik di sekolah jika dibandingkan dengan remaja yang tidak mengalami dismenore^[11]. Data lain menunjukkan, remaja yang mengalami gangguan dismenore berat mendapat nilai

yang rendah (6,5%), absen dari sekolah (80,6%), dan menurunnya konsentrasi (87,1%)^[12].

Penelitian yang dilakukan oleh Saguni (2013) menyatakan bahwa siswi yang mengalami dismenore akan menyebabkan gangguan dalam aktivitas belajarnya. Hal tersebut mengakibatkan siswi menjadi tidak nyaman dan sulit untuk berkonsentrasi^[13]. Dismenore menyebabkan terganggunya aktivitas belajar, menurunnya konsentrasi sehingga materi yang diberikan dalam pembelajaran tidak bisa ditangkap dengan baik^[14].

1.2 Rumusan Masalah

Dismenore merupakan nyeri perut karena kram rahim saat menstruasi yang dapat mengakibatkan gangguan fisik seperti lemas, mual, diare dan dapat mengganggu aktivitas pada perempuan. Pada penelitian terdahulu yang dilakukan pada populasi siswi SMA Tomohon menyebutkan bahwa dismenore ini mempengaruhi aktivitas dan konsentrasi belajar^[13]. Meskipun demikian, belum terdapat penelitian yang menjelaskan hubungan gangguan dismenore dengan konsentrasi belajar pada populasi mahasiswi praklinik FK UPH yang berbeda dari segi umur dan aktivitas kegiatan akademik dari siswi SMA. Oleh karena itu, peneliti hendak melakukan penelitian mengenai hubungan antara gangguan dismenore dan konsentrasi belajar pada populasi mahasiswi praklinik FK UPH.

1.3 Pertanyaan Penelitian

- Apakah gangguan dismenore mempengaruhi konsentrasi belajar mahasiswi praklinik FK UPH?
- Bagaimana prevalensi dismenore pada populasi mahasiswi praklinik FK UPH?
- Bagaimana konsentrasi belajar mahasiswi praklinik FK UPH saat mengalami dismenore?

1.4 Tujuan Penelitian

1.4.1 Tujuan Umum

Untuk mengetahui hubungan antara dismenore dan konsentrasi belajar pada populasi mahasiswi praklinik FK UPH.

1.4.2 Tujuan Khusus

- Mengetahui prevalensi dismenore pada populasi mahasiswi praklinik FK UPH.
- Mengetahui kualitas konsentrasi belajar mahasiswi praklinik FK UPH saat mengalami dismenore.

1.5 Manfaat Penelitian

1.5.1 Manfaat Akademis

- Memberi pengetahuan lebih dalam terhadap hubungan antara dismenore dan konsentrasi belajar.
- Memberikan informasi dan data tambahan untuk penelitian selanjutnya.

1.5.2 Manfaat Praktis

- Memberi pengetahuan mengenai prevalensi dan pengaruh dismenore pada mahasiswi praklinik FK UPH.
- Meningkatkan minat penelitian bagi peneliti lain.
- Menjadi referensi untuk penelitian selanjutnya.