

# HUBUNGAN ANTARA TINGKAT KECEMASAN DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA REMAJA PUTRI KELAS VII DI SMPN 1 CIWIDEY KABUPATEN BANDUNG

Sukmiati E<sup>1</sup>, Khairunnisa V<sup>2</sup>

## Abstrak

Faktor yang mempengaruhi kejadian dismenorea pada remaja salah satunya adalah kecemasan. Remaja yang mengalami kecemasan akan meningkatkan terjadinya dismenorea. Dismenore ialah gangguan sekunder menstruasi yang paling sering dikeluhkan nyeri sebelum, saat atau sesudah menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mendapatkan hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorea pada siswi SMPN 1 Ciwidey. Penelitian ini merupakan penelitian analitik korelasi dengan desain *cross sectional*. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMPN 1 Ciwidey kelas VII yang berjumlah 258 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 72 orang dengan menggunakan teknik random sampling. Hasil penelitian di SMPN 1 Ciwidey menunjukkan terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorea dengan  $P\text{-value} = 0,000 (<0,005)$ . Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan remaja dengan kejadian dismenorea pada siswi. Diharapkan pihak sekolah dapat mengoptimalkan dan memberikan konseling tentang dismenorea untuk mengurangi tingkat kecemasan

**Kata kunci :** Kecemasan, dismenorea, remaja

## Abstract

*One of the factors that influence adolescent dysmenorrhoea is anxiety. Adolescents who experience anxiety will increase the occurrence of dysmenorrhoea. Dysmenorrhoea is a menstrual disorder that is most often complained of pain before or after menstruation. This study aims to get the relationship between the level of anxiety with the incidence of dysmenorrhoea in SMPN 1 Ciwidey students. This research is an analytic research correlation with cross sectional design. Population in this study were students of SMPN 1 Ciwidey class VII which amounted to 258 people. The number of samples in this study was 72 people using random sampling technique. The results of research at SMPN 1 Ciwidey showed there was a relationship between the level of anxiety with the incidence of dysmenorrhoea with  $P\text{-value} = 0,000 (<0,005)$ . This study concluded that there is a significant relationship between teenage anxiety with the incidence of dysmenorrhoea in female students. It is hoped the school can optimize and provide counseling about dysmenorrhoea to reduce anxiety levels.*

**Keywords :** Anxiety, dysmenorrhoea, teenagers

## PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan atau masa transisi dari anak-anak ke masa dewasa. Kehidupan masa remaja merupakan kehidupan yang sangat menentukan bagi kehidupan masa depan

mereka selanjutnya, remaja juga mempunyai permasalahan yang sangat kompleks seiring dengan masa transisinya yang dialami remaja (A I, 2012).

Setiap bulan secara periodik, seorang wanita normal akan mengalami

peristiwa reproduksi yang disebut menstruasi yaitu meluruhnya jaringan endometrium karena tidak adanya telur matang yang dibuahi oleh sperma. Peristiwa itu wajar dialami sehingga dapat dipastikan bahwa semua wanita yang normal pasti akan mengalami proses ini, akan tetapi pada kenyataannya banyak wanita yang mengalami masalah menstruasi, diantaranya adalah nyeri haid (*Dismenorea*) (Prawirohardjo, 2008).

Beberapa faktor yang diduga berperan dalam timbulnya dismenorea adalah faktor psikologis dan sosial, seseorang sangat membutuhkan dukungan, suport dan motivasi sehingga dukungan keluarga dan lingkungan yang kondusif sangat diperlukan sebagai salah satu upaya pencegahan kecemasan. Salah satu faktor psikologis yang diduga dapat memicu terjadinya dismenorea adalah kecemasan. Seseorang dikatakan mengalami kecemasan saat mengalami gejala-gejala kekhawatiran terhadap sesuatu hal yang tidak pasti, sulit berkonsentrasi, gelisah, tidak dapat bersikap santai, kesulitan tidur atau mengalami gangguan tidur, pucat, mudah letih, tubuh terasa lebih hangat, mual, sesak nafas serta sering buang air kecil (Yatim, 2001).

Dalam penelitian mengungkapkan bahwa dismenorea merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi yaitu 89,5%, diikuti oleh ketidak teraturan menstruasi

31,25%, serta perpanjangan durasi menstruasi 5,3%. Pada pengkajian terhadap penelitian-penelitian lain Bieniasz J et al mendapatkan prevalensi dismenorea bervariasi antara 15,8%- 89,5%, dengan prevalensi tertinggi pada remaja. Selain itu, didapati juga bahwa dismenorea merupakan alasan utama yang menyebabkan remaja perempuan absen dari sekolah (Nevid, dkk, 2009).

Faktor-faktor yang mempengaruhi kejadian dismenorea adalah faktor kecemasan pada remaja yang sedang mengalami pertumbuhan dan perkembangan, faktor konstitusi seperti anemia, faktor pengetahuan, dan faktor endokrin atau hormon yang dikarenakan endometrium memproduksi hormon prostaglandin (Gunarsa, 2008).

Dampak utama dismenorea diseluruh tubuh, antara lain seperti: rasa letih, sakit daerah bawah pinggang, perasaan cemas dan tegang, pusing kepala, bingung, mual muntah, diare, kram perut dan sakit perut serta gangguan aktivitas. Lokasi sakit ini juga dirasakan pada perut bagian bawah, sampai paha dan panggul belakang. Keluhan sakitnya biasanya ringan sampai berat (Yatim, 2009).

Pada remaja yang tidak siap dalam menghadapi menstruasi akan mengalami kecemasan dan mengakibatkan penurunan terhadap ambang nyeri yang pada akhirnya membuat nyeri haid menjadi lebih berat

dengan tingkat kronis dan akut, gejala kecemasan dapat berbentuk gangguan fisik (somatik) seperti gangguan saluran pencernaan, nyeri saat haid dan bisa muncul sendiri atau bergabung dengan gejala-gejala lain dari berbagai gangguan emosi (Colemon, 2009).

Berdasarkan hasil penelitian menyebutkan bahwa terdapat hubungan positif yang bermakna antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenore pada remaja putri di pondok pasanteren Imam Syuhodo Polokarto Sukoharjo. Tingginya kejadian dismenore yang disebabkan oleh variasi tingkat kecemasan adalah sebesar 29,2% (Lubis, 2009).

Hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP N 1 Ciwidey terhadap 12 responden yang mengalami menstruasi, 4 orang mengatakan sering mengalami dismenorea atau nyeri haid dan 3 orang kadang-kadang mengalami dismenorea. 5 orang mengatakan saat mengalami menstruasi mereka mengalami kecemasan seperti sering marah-marah, mudah tersinggung dan emosi yang labil. Berdasarkan hasil data diatas maka penulis tertarik untuk mengambil judul “Hubungan Antara Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri di SMP N I CIWIDEY”

## **METODE PENELITIAN**

Metode penelitian yang digunakan adalah metode penelitian *Analitik Korelatif* yaitu suatu metode penelitian yang dilakukan dengan tujuan utama untuk menganalisa faktor terpapar terhadap efek yang ditimbulkan serta untuk menentukan hubungan (korelasi) antar variabel efek (Dismenore) dengan variabel terpapar (tingkat kecemasan). Sedangkan desain penelitian yang digunakan adalah *Cross Sectional* yaitu rancangan penelitian yang digunakan untuk mempelajari dinamika korelasi dengan cara pendekatan.

Teknik pengambilan sampel penelitian ini ditentukan dengan menggunakan rumus *stratified random sampling*. *stratified random sampling* merupakan suatu metode pengambilan sampel dimana populasi yang bersifat heterogen dibagi dalam lapisan-lapisan (stara). Dan dari setiap setara dapat diambil sampel secara acak (Heriani, 2009). Jadi dalam penelitian ini sample yang digunakan sebanyak 72 responden.

## **HASIL DAN PEMBAHASAN**

Pada bagian ini akan disajikan hasil penelitian tentang hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhea pada remaja putri kelas VII di SMPN 1 Ciwidey dengan jumlah responden sebanyak 72 siswi`. Hasil penelitian ini akan disajikan dalam bentuk tabel

distribusi frekuensi dari kelompok data hasil penelitian, kemudian data diinterpretasikan dan selanjutnya dilakukan pembahasan seperti dibawah ini.

### 1. Tingkat kecemasan

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 1 Ciwidey Kabupaten Bandung

| Tingkat kecemasan | F         | %          |
|-------------------|-----------|------------|
| Tidak Cemas       | 7         | 9,7        |
| Cemas Ringan      | 18        | 25,0       |
| Cemas Sedang      | 18        | 25,0       |
| Cemas Berat       | 29        | 40,3       |
| <b>Total</b>      | <b>72</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan Tabel diatas menunjukkan tingkat kecemasan remaja putri kelas VII di SMPN 1 Ciwidey, 72 responden yang tertinggi adalah dengan kecemasan berat yaitu (40,3%), diikuti dengan kecemasan sedang (25,0%) cemas ringan (25,0%) dan yang tidak cemas (9,7%).

### 2. Kejadian Dismenorhea

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Kejadian Dismenorhea Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 1 Ciwidey Kabupaten Bandung.

| Dismenorhea  | F         | %          |
|--------------|-----------|------------|
| Tidak        | 33        | 45,8       |
| Ya           | 39        | 54,2       |
| <b>Total</b> | <b>72</b> | <b>100</b> |

Berdasarkan Tabel 2 diatas menunjukkan kejadian dismenorhea pada remaja putri kelas VII di SMPN 1 Ciwidey, 72 responden yang mengalami kejadian dismenorhea sebanyak(54,2%) dan yang tidak sebanyak(45,8%).

### 3. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Dismenorhea

Untuk mengetahui hasil mengenai Ha diterima, Ho ditolak ataupun sebaliknya. Maka melakukan analisis data dengan menggunakan chi square lalu melakukan pengkorelasiian tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhea pada siswi kelas VII di SMPN 1 Ciwidey. Maka didapatkan hasil yang tampak pada tabel berikut ini.

Tabel 3. Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Kejadian Dismenorhea Pada Siswi Kelas VII di SMPN 1 Ciwidey

| Tingkat Kecemasan | Kejadian dismenorhea |      |       |      | P value |      |
|-------------------|----------------------|------|-------|------|---------|------|
|                   | Ya                   |      | Tidak |      |         |      |
|                   | n                    | %    | n     | %    | n       | %    |
| Tidak Cemas       | 0                    | 0,0  | 7     | 21,2 | 7       | 9,7  |
| Cemas Ringan      | 0                    | 0,0  | 18    | 54,5 | 18      | 25,0 |
| Cemas Sedang      | 14                   | 12,1 | 4     | 12,1 | 18      | 25,0 |
| Cemas Berat       | 25                   | 64,1 | 4     | 12,1 | 29      | 40,3 |

Berdasarkan tabel diatas dapat dilihat antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhea pada siswi kelas VII di SMPN 1 Ciwidey jumlah yang dianalisis 72 siswi, rata-rata mengalami dismenorhea dengan tingkat kecemasan berat sekitar (40,3%) sehingga dapat dihasilkan nilai probabilitas 0,000 (< taraf signifikansi 0,05) menunjukkan korelasi yang signifikan dan bermakna antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhea sehingga Ho ditolak dan Ha diterima yaitu kecemasan mempengaruhi peningkatan

kejadian dismenorhea. Hubungan kedua variabel bersifat positive correlation, artinya penambahan tingkat kecemasan akan meningkatkan kejadian dismenorhea. Hasil yang diperoleh dari uji hipotesis menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhea.

Berdasarkan hasil penelitian ini nilai *P-value* = 0,000 menyatakan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dan kejadian dismenorhea, hal ini sesuai dengan yang dianjurkan analisis chi square menyatakan terdapat hubungan jika nilai continuity correction < 0,05 dan *R* sebesar 0,540. Hal ini berarti tingkat kecemasan dapat digunakan sebagai prediktor untuk memprediksi kejadian dismenorhea pada remaja putri (Affandi, 2010).

Menurut hasil perhitungan analisis bivariat tersebut maka hipotesis yang diajukan dalam penelitian ini dapat diterima yaitu ada hubungan positif yang signifikan dan memiliki kekuatan korelasi yang sedang antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhea pada siswi kelas VII di SMPN 1 Ciwidey. Hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhea dalam penelitian ini menunjukkan semakin tinggi tingkat kecemasan maka kejadian dismenorhea pada remaja putri semakin tinggi. Bila frekuensi menstruasi meningkat, produksi

prostaglandin semakin tinggi dan akan meningkatkan kejadian dismenorhea (Affandi, 2010).

Seseorang dikatakan mengalami kecemasan saat mengalami gejala-gejala kekhawatiran terhadap sesuatu hal yang tidak pasti, sulit berkonsentrasi, gelisah, tidak dapat bersikap santai, mengalami gangguan tidur, pucat, mudah letih, mual, sesak nafas serta sering buang air kecil (Nevid, 2009). Kejadian Dismenorhea menunjukkan seberapa seringnya keluhan dismenorhea itu timbul pada remaja putri sebagai suatu gejala premenstrualsyndrome (Yatim, 2009).

Cemas adalah suatu keadaan perasaan dimana individu merasa lemah sehingga tidak berani untuk bersikap dan bertindak secara rasional sesuai dengan yang seharusnya. Seseorang yang cemas akan merasa ketakutan atau kehilangan kepercayaan diri yang tidak jelas asal maupun wujudnya (Wiramihardja, 2007).

Dismenore ialah gangguan sekunder menstruasi yang paling sering dikeluarkan nyeri sebelum, saat atau sesudah menstruasi. Nyeri tersebut timbul akibat adanya hormone prostaglandin yang membuat otot uterus (rahim) berkontraksi.

Ada hubungan positif antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorea, bila kecemasan tinggi maka kejadian dismenorea akan semakin meningkat.

Adanya hubungan antara tingkat kecemasan dengan kejadian Dismenorhea ini juga diperkuat dengan penelitian yang dilakukan Heriani yaitu pada dismenorhea, faktor pendidikan dan psikis sangat berpengaruh, nyeri dapat dibangkitkan atau diperberat oleh keadaan psikis penderita. Keadaan psikis ini dapat berupa kecemasan (Heriani, 2009).

Dari beberapa peneliti yang telah dilakukan di pondok pesantren Imam Syuhodo dan di SMPN X Bandung bahwa ada hubungan keterkaitan antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhea (Nur Rohmah, 2011).

Data kejadian dismenorhea pada siswi kelas VII di SMPN 1 Ciwidey menunjukkan tingkat kecemasan yang berat yaitu (40,3%) dan yang mengalami dismenorhea sebanyak (54,2%). Terdapat beberapa faktor yang diduga berperan dalam timbulnya premenstrual syndrome khususnya dismenorea seperti faktor psikologis dan sosial, seperti kecemasan, mengalami konflik di lingkungannya, serta kultur keluarga dan masyarakat terhadap perempuan yang menstruasi. Konflik emosional, ketegangan, dan kegelisahan yang terjadi pada remaja putri dapat memainkan peran dan perasaan tidak nyaman hingga menimbulkan kecemasan. Hal ini menunjukkan bahwa kecemasan yang dialami seseorang terbagi menjadi beberapa tingkat sesuai dengan keadaan

dan kejadian yang dialaminya (Gunarsa, 2008).

Faktor yang dapat mempengaruhi kejadian dismenorhea selain kecemasan adalah mengalami konflik di lingkungannya, serta kultur keluarga dan masyarakat terhadap perempuan yang menstruasi. Secara umum hasil penelitian menunjukkan ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhea pada siswi kelas VII di SMPN 1 Ciwidey. Namun demikian, penelitian ini masih memiliki keterbatasan (Yatim, 2009).

Keterbatasan-keterbatasan tersebut antara lain, penelitian ini hanya dapat digeneralisasikan secara terbatas pada populasi penelitian saja, sedangkan penerapan penelitian untuk populasi yang lebih luas dengan karakteristik yang berbeda masih perlu dilakukan penelitian lebih lanjut dengan menggunakan atau menambah variabel-variabel lain yang belum disertakan dalam penelitian ini sehingga dapat diketahui variabel lain yang dapat mempengaruhi kejadian dismenorea pada remaja putri.

## **KESIMPULAN DAN SARAN**

### **Kesimpulan**

Berdasarkan hasil penelitian yang telah penulis lakukan di SMPN 1 Ciwidey pada tahun 2017 kepada 72 siswi sebagai responden yang telah mengisi kuesioner,

dapat disimpulkan bahwa hubungan antar tingkat kecemasan dengan kejadian dismenore remaja putri kelas VII di SMPN 1 Ciwidey, adalah seperti dibawah ini

1. Tingkat kecemasan remaja putri di SMPN 1 Ciwidey yang tertinggi adalah kecemasan berat dengan 40,3%.
2. Tingkat kejadian dismenorhea remaja putri di SMPN 1 Ciwidey sebesar 54,2%
3. Ada hubungan yang signifikan dan positif antar tingkat kecemasan dengan kejadian dismenorhe pada remaja putri

#### Saran

1. Remaja Putri diharapkan lebih mengantisipasi dan mewaspadai terjadinya kecemasan kemudian berupaya menghindari dan mengatasi kecemasan tersebut agar mengurangi kejadian dismenorhea. remaja putri diharapkan memperluas dan menambah pengetahuan tentang dismenorhea dan diadakannya penyuluhan tentang dismenorhea.
2. Bagi Peneliti Selanjutnya diharapkan agar dilakukan penelitian lebih lanjut tentang faktor-faktor lain yang terkait dengan kejadian dismenorea dengan jumlah responden yang lebih banyak sehingga didapatkan hasil penelitian yang lebih maksimal.

- 
1. Poltekes TNI AU Ciumbuleuit Bandung
  2. Poltekes TNI AU Ciumbuleuit Bandung
- 

#### DAFTAR PUSTAKA

- A I, 2012. Pendidikan Kesehatan Reproduksi Remaja. Jogjakarta: Ar.Ruzz media
- Affandi, 2010. Ilmu Kebidanan. Jakarta. Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Agus, Riyanto, 2011. Metodologi Penelitian Kesehatan. Yogyakarta : Nuha Medika
- Anurogo, 2010. Segala Sesuatu tentang Nyeri Haid. Available online:www.pewartakabarindonesia.blogspot.com. 20 Februari 2017
- Arikunto,S. 2010. Prosedur Penelitian pendekatan praktik. Jakarta : Rineka Cipta
- Baradero M, dkk. 2006. Klien Gangguan Sistem Reproduksi dan Seksualitas. Jakarta:EGC
- Colemon, 2009. Persoalan Kewanitaan dari A sampai Z. Jakarta. Arcan.
- Fauziah mjsA. 2012. Teori pengukuran nyeri dan nyeri persalinan. Yogyakarta: Nuha medika
- Gunarsa, Singgih. 2008.*Psikologi Perawatan*. Jakarta: Gunung Mulia
- Hamilton, M. 1959. *Hamilton Anxiety Rating Scale (HAM-A)*[http://pdpb.Ninds.gov/Hamilton/Anxiety/Rating/Scale\(HAM-A\).pdf](http://pdpb.Ninds.gov/Hamilton/Anxiety/Rating/Scale(HAM-A).pdf).Di akses Tanggal 25 Januari 2017
- Heriani T., 2009. Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Siswi Kelas 1 Tentang Dismenorea (Studi Kasus Di SMP Negeri 2 Dan MTs AsySyafi'iyah Kayen). Surakarta. Universitas Muhammadiyah Surakarta  
<https://eprints.uns.ac.id/10500/1/148361608201011001.pdf>//hubungantingkat kecemasan dengan kejadian dismenorea tahun 2011 jurnal Nur Rohmah Priharta
- Lubis, NL. 2009. *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta: Kencana Prenada Media Group
- Mulastini SS, 2011. Hubungan Status Gizi Dengan Kejadian Dismenorhea

- Remaja Putri Di SMA Islam AL-HIKMAH Jepara
- NevidJ., RathusS., GreeneB., 2009. Psikologi Abnormal. Jakarta: Erlangga
- Notoatmodjo, S. 2010. Metode Penelitian Kesehatan. Jakarta : Rineka Cipta
- Prawirohardjo S. 2008. Ilmu Kandungan 3ed. Jakarta PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo
- Pudiasuti RD. 2012. 3 fase penting pada wanita Jakarta: PT Elex Medi Komputindo
- Riyanti Imron. 2012. Jurnal keperawatan tentang menurunkan nyeri dismenorede dengan kompres hangat jurnal keperawatan;VIII:137.
- Rochman, Kholil Lur. 2010. *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press
- S N. 2010. Metodologi Penelitian Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Siti S,dkk. 2004. *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: RinekaCipta
- Stuart, dkk. 2011. *Buku Saku Keperawatan Jiwa Edisi 4*. Jakarta : EGC
- Wiramihardja S.A., 2007. Pengantar Psikologi Abnormal. Bandung: Refik Aditama
- Yatim,F. 2009. Haid Tidak Wajar dan Menopause. Jakarta :PustakaPopuler
- YatimF., 2001. Haid Tidak Wajar dan Menopause. Jakarta Pustaka Populer