

HUBUNGAN KECEMASAN REMAJA DENGAN KEJADIAN DISMENOREA PADA SISWI SMP X BANDUNG

Eva Supriatin

Sekolah Tinggi Ilmu Keperawatan (STIKep) PPNI Jabar

Jalan Ahmad Yani No. 7 Bandung 40112

evatarisa@gmail.com

Abstract - One of the factors that influence adolescent dysmenorrhoea is anxiety. Teens who were anxious to increase their synthesis prostaglandin causing to dysmenorrhoea. This thesis is a descriptive study related to cross-sectional design. The goal is to get an overview of the correlation between anxiety levels and dysmenorrhoea of female students in SMP X Bandung. The population in this study was 122 female students-who have been menstruating of grade 7, 8, and 9. The number of samples was 55 students at proposional random sampling. Analysis of correlation among variables were statistically tasted, it's kolmogorov Smirnov. And the result is P value= 0,016 ($\leq 0,05$). This concludes that there is a significant correlation anxiety with the dysmenorrhoea. It is expected that school could optimize its guidance and counseling to decrease students anxiety.

Keywords: teenagers, anxiety, dysmenorrhea

Abstrak - Faktor yang mempengaruhi kejadian dismenorea pada remaja salah satunya adalah kecemasan. Remaja yang mengalami kecemasan akan meningkatkan sintesis prostaglandin sehingga terjadi dismenorea. Penelitian ini merupakan penelitian deskriptif korelasi dengan desain *cross sectional* yang bertujuan untuk mendapatkan gambaran hubungan kecemasan remaja dengan kejadian dismenorea pada siswi SMP X Bandung. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMP X Bandung kelas 7, 8 dan 9 yang sudah mengalami menstruasi yang berjumlah 122 orang. Jumlah sampel dalam penelitian ini adalah 55 orang dengan menggunakan teknik *proporsional random sampling*. Analisa hubungan variabel dilakukan melalui uji statistik yaitu uji *kolmogorov Smirnov*. Hasil penelitian di SMP X Bandung menunjukkan P-value = 0,016 ($\leq 0,05$). Penelitian ini menyimpulkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara kecemasan remaja dengan kejadian dismenorea pada siswi. Diharapkan pihak sekolah dapat mengoptimalkan bimbingan dan konseling untuk mengatasi kecemasan

Kata Kunci : remaja, kecemasan, dismenorea

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Remaja terdiri dari tiga fase, yaitu *early adolescence/remaja awal* (11-14 tahun), *middle adolescence/remaja tengah* (15-17 tahun) dan *late adolescence/remaja akhir* (18-20 tahun) (wong, 2003).

Salah satu ciri yang menandai masa pubertas perempuan adalah menstruasi. Menstruasi pertama atau disebut juga *menarche* yang dialami oleh remaja perempuan adalah sekitar usia 10 tahun, namun bisa juga lebih dini atau lebih lambat (Laila, 2011). Menstruasi adalah keluarnya darah haid dari

kemaluan perempuan setiap bulan akibat gugurnya dinding rahim karena sel telur tidak

dibuahi (Sianto, 2008). Pada saat haid, sering muncul keluhan atau gangguan, khususnya pada wanita produktif terutama pada remaja yang sering terjadi yaitu nyeri haid atau dismenorea (kasdu, 2005).

Dismenorea merupakan salah satu gangguan menstruasi yang banyak dialami oleh perempuan, nyeri tersebut terjadi sesaat sebelum menstruasi atau selama perdarahan menstruasi dan dapat menetap selama satu atau beberapa hari menstruasi (Reeder et al, 1997). Lemone dan Burke (1996) menyatakan bahwa dismenorea sering dialami oleh hampir 75% perempuan yang mengalami menstruasi.

KAJIAN LITERATUR

Dalam penelitian dr.Cakir M et al menemukan bahwa dismenorea merupakan gangguan menstruasi dengan prevalensi yaitu 89,5%, diikuti oleh ketidakteraturan 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 (Depkes RI, 2011).

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 (Proverawati, 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 (Kartono K, 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 (Ramaiah, 2003).

Remaja yang mengalami kecemasan atau stres akan terjadi peningkatan sintesis prostaglandin disertai oleh menurunnya kadar esterogen atau progesteron, kemudian terjadi kontraksi otot uterus, aliran darah uterin, iskemia uterin sehingga terjadi nyeri haid atau dismenorea (Tambayong, 2002).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan terhadap 12 responden yang mengalami menstruasi 8 orang mengatakan sering mengalami dismenorea atau nyeri haid dan 4 orang kadang-kadang mengalami dismenorea. 9 orang mengatakan saat mengalami menstruasi mereka mengalami kecemasan seperti sering marah-marah, mudah tersinggung dan emosi yang labil.

Tujuan penelitian ini adalah mengidentifikasi kecemasan remaja siswi SMP X Bandung, mengidentifikasi kejadian dismenorea remaja siswi SMP X Bandung, dan Mengidentifikasi hubungan kecemasan remaja dengan kejadian dismenorea pada siswi SMP X Bandung

METODE PENELITIAN

Penelitian ini merupakan desain penelitian deskriptif korelasional dengan rancangan *cross sectional*. Populasi dari penelitian ini adalah siswi kelas VII, VIII dan IX SMP X Bandung yang sudah mengalami menstruasi yang berjumlah 122 orang. Dengan jumlah sampel 55 siswi yang dipilih dengan menggunakan teknik *random sampling*. Analisa data hasil penelitian dilakukan dengan beberapa cara antara lain analisis univariat dan bivariat. Analisa bivariat menggunakan uji *kolmogorov smirnov*.

PEMBAHASAN

Data Responden

Tabel 1
Frekuensi Umur Responden

Umur	Frekuensi	Persentase (%)
12	5	9,1
13	13	23,6
14	20	36,4
15	13	23,6
16	4	7,3
Total	55	100

Berdasarkan tabel 1. dapat diketahui bahwa hampir setengah responden berusia 14 tahun yakni sebanyak 20 siswi atau 36,4%. Sedangkan sebagian kecil responden berusia 16 tahun yakni sebanyak 4 siswi atau 7,3%. Umur siswi tersebut didapatkan bahwa dimana umur 14 tahun termasuk rentang umur pada masa remaja awal yaitu (12-15) tahun, dimana umur yang lebih muda akan lebih mudah juga mengalami kecemasan. Menurut Gunarsa (1978) masa remaja awal ini merupakan usia dimana remaja mengalami perubahan-perubahan fisik dan psikis yang berupa pematangan yang terjadi pada alat reproduksi.

Pada masa ini individu mulai meninggalkan peran

sebagai anak-anak dan berusaha mengembangkan diri sebagai individu yang unik dan tidak tergantung pada orang tua. Perubahan hormonal dalam tubuh remaja berhubungan erat dengan peningkatan emosi, sehingga pada masa remaja awal sering memperlihatkan emosi yang tidak stabil karena adanya perubahan secara fisik, penyesuaian terhadap lingkungan yang baru, tuntutan sosial untuk berperilaku yang lebih matang, adanya masalah-masalah dengan tugas, hambatan terhadap hal-hal yang ingin dilakukan.

Analisa Univariat

Tabel 2
Distribusi Frekuensi Kecemasan Remaja di SMP Muhammadiyah 6 Bandung 2013

Kategori	Frekuensi	Presentase (%)
Tidak Cemas	22	40
Cemas	33	60,0
Total	55	100

Berdasarkan tabel 2 dapat diketahui bahwa hampir setengah responden tergolong dalam kategori tidak cemas yakni sebanyak 22 siswi (40%), dan sebagian besar responden kategori cemas yakni sebanyak 33 siswi (60,0%).

Menurut Prawirohardjo (2007) kecemasan atau *anxiety* merupakan salah satu bentuk emosi individu yang berkenaan dengan

adanya rasa terancam oleh sesuatu, biasanya dengan objek ancaman yang tidak begitu jelas. Kecemasan dengan intensitas yang wajar dapat dianggap memiliki nilai positif sebagai motivasi, tetapi apabila intensitasnya sangat kuat dan bersifat *negative* justru malah akan menimbulkan kerugian dan dapat mengganggu terhadap keadaan fisik dan psikis individu yang bersangkutan.

Tabel 3.
Distribusi Frekuensi Kejadian Dismenorea Siswi di SMP X Bandung 2013

Kategori	Frekuensi	Persentase (%)
Dismenorea	44	80
Tidak Dismenorea	11	20
Total	55	100

Berdasarkan tabel 3. dapat diketahui bahwa hampir seluruh responden tergolong dalam kategori dismenorea yakni sebanyak 44 siswi (80%). Sedangkan sebagian kecil responden tergolong dalam kategori tidak dismenorea yakni sebanyak 11 siswi (20%).

Pada hasil penelitian di SMP X Bandung saat dismenorea responden mengalami diare,

demam, sakit kepala, kram perut bagian bawah menyebar kearah pinggang, dan gangguan aktivitas dengan hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden mengalami dismenorea yakni sebanyak 44 siswi (80%). Adanya siswi yang dismenorea dan tidak dismenorea menunjukkan adanya perbedaan gejala yang dialaminya.

Anlisa Bivariat

Tabel 4.

Hubungan tingkat kecemasan remaja dengan kejadian dismenorea pada siswi di SMP X Bandung 2013

Tingkat Kecemasan	Kejadian Dismenorea				Total	P ₁	P ₂
	Dismenorea		Tidak dismenorea				
	N	%	N	%			
Tidak Cemas	13	59,1	9	40,9	22	0,016	
Cemas	31	93,6	2	6,4	31	0,036	0,016
Total	44	80	11	20	55		

Berdasarkan tabel 4. dapat diketahui bahwa hasil analisis hubungan antara tingkat kecemasan remaja dengan kejadian dismenorea pada siswi di SMP X Bandung diperoleh bahwa sebagian besar siswi yakni 13 dari 22 (59,1%) siswi yang tidak mengalami kecemasan menyatakan dismenorea dan hampir setengah siswi yakni 9 dari 22 (40,9%) siswi yang tidak mengalami kecemasan menyatakan tidak dismenorea. Hampir seluruh siswi yakni 31 (93,5%) siswi dengan cemas dan sebagian kecil siswi yakni 2 dari 31 (6,45%) siswi dengan cemas menyatakan tidak dismenorea.

Hasil analisis didapatkan adanya hubungan antara tidak cemas dengan kejadian dismenorea pada siswi di SMP X Bandung dengan hasil uji statistik menunjukkan P-Value = 0,016 ≤ α (0,05). Adanya hubungan antara kecemasan remaja dengan kejadian dismenorea pada siswi di X Bandung dengan hasil uji statistik menunjukkan P-Value = 0,036 ≤ α (0,05) serta terdapat hubungan antara kecemasan remaja dengan kejadian dismenorea pada siswi di SMP X Bandung dengan hasil uji statistik menunjukkan P-Value = 0,045 ≤ α (0,05).

Menurut hasil penelitian ini, walaupun hampir seluruh siswi cenderung mengalami kecemasan yaitu 93,5% yang menyatakan dismenorea, namun perlu diberikan penangan terhadap kejadian dismenorea tersebut, sehingga tidak mengalami kecemasan yang berat dan derajat dismenorea yang berat pula.

PENUTUP

Kesimpulan

1. Kejadian Kecemasan pada siswi SMP X Bandung adalah kategori siswi yang tidak mengalami kecemasan yaitu 22 siswi

(40%), siswi dengan kecemasan yaitu 33 siswi (60,0%)

2. Kejadian dismenorea pada siswi SMP X Bandung diperoleh hasil siswi yang mengalami dismenorea yaitu 44 siswi (80%) dan yang tidak mengalami dismenorea yaitu 11 siswi (20%). Terdapat hubungan kecemasan remaja dengan kejadian dismenorea pada siswi SMP X Bandung.

Saran

1. Bagi SMP X Bandung Mengoptimalkan pelayanan bimbingan dan konseling di sekolah untuk mencegah dan mengatasi kecemasan siswi
2. Bagi Keperawatan Terdapatnya masalah tersebut perlu diadakan penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi remaja khususnya tentang dismenorea.
3. Penyuluhan tentang coping yang efektif dalam menangani masalah

REFERENSI

Depkes RI. (2011). *Kesehatan Remaja Problem dan Solusinya*. Jakarta: Salemba Medika

Kartono K. (2006). *Psikologi Wanita Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Jilid 1. Mandar Maju

Kasdu, D. (2005). *Solusi Problem Wanita Dewasa*. Jakarta: Puspa Swara

Laila, N. N. (2011). *Buku Pintar Menstruasi + Solusi Atasi Segala Keluhannya*. Yogyakarta: Buku Biru

Notoatmodjo, S. (2010). *Metodologi Penelitian Kesehatan Ed. Rev.* Jakarta: Rineka Cipta

Proverawati, A. (2009). *Menarche. Menstruasi Pertama Penuh Makna.* Yogyakarta: Nuha Medika

Prawirohardjo. (2007). *Ilmu Kebidanan.* Jakarta: Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawiroharjo

Sianto, W. (2008). *Konsep maternal.* Jakarta: Salemba Medika

Sopiyudin. (2010). *Statistik Untuk Kedokteran dan Kesehatan. Edisi 5.* Jakarta: Salemba Medika

Wijayanti. (2009). *Reproduksi wanita.* Yogyakarta: Diglossoa Printika

Wong, D. L and Hockenberry. (2003). *Nursing Care Of Infants and Children. (7th ed).* St. Louis: Mosby, Inc