

**HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR  
DI SEKOLAH PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1  
SIMPANG TIGA KECAMATAN SIMPANG TIGA  
KABUPATEN PIDIE**

**SKRIPSI**

Diajukan Sebagai Salah Satu Syarat Untuk  
Menyelesaikan Tugas Akhir

Oleh:

**RITA MEIVERA  
NIM 22010071**



**PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN SEKOLAH  
TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes) MEDIKA  
NURUL ISLAM**

**2025**

## LEMBAR ORISINALITAS

Saya yang bertanda tangan dibawah ini

: Nama : RITA MEIVERA

Nim : 22010071

Dengan ini menyatakan bahwa skripsi yang saya buat adalah hasil karya sendiri, dan semua sumber baik yang dikutip maupun yang dirujuk dalam penelitian skripsi ini saya nyatakan dengan benar telah sesuai kaidah-kaidah penelitian ilmiah.

Demikian surat pernyataan ini saya buat dengan sebenar-benarnya dan dapat dipertanggungjawabkan.

Sigli, 2 Oktober 2025

Yang membuat  
pernyataan

(RITA MEIVERA)

**PERNYATAAN PERSETUJUAN**

Skripsi ini Dengan Judul :

**HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR  
DI SEKOLAH PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1  
SIMPANG TIGA KECAMATAN SIMPANG TIGA  
KABUPATEN PIDIE**

**Oleh :**

**RITA MEIVERA  
NIM 22010071**

Telah Disetujui Untuk dipertahankan Di Hadapan Tim Penguji Skripsi  
Program Studi Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
(STIKes) Medika Nurul Islam Sigli

Sigli, <sup>20</sup>Oktober 2025  
Pembimbing



**Ns. Putri Zahara M. K. M**

Mengetahui,  
Ketua  
Program Studi Ilmu Keperawatan  
(STIKes) Medika Nurul Islam



**Ns. TUTI SAHARA, M. Kep**  
**NIDN : 1321019103**

**LEMBAR PEGESAHAN**

Skripsi Dengan Judul :

**HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR DI SEKOLAH  
PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SIMPANG TIGA  
KECAMATAN SIMPANG TIGA KABUPATEN PIDIE**

Oleh :

**RITA MEIVERA  
NIM 22010071**

Telah Dipertahankan Dihadapan Tim Penguji Sidang Skripsi  
Jurusan Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan  
Medika Nurul Islam

Sigli, Januari 2026

Penguji I : Ns. Novita Sari, M.Kep

Penguji II : Ns. Azhar Mualim, M.Kep

Pembimbing/  
Penguji III : Ns. Putri Zahara, M.K.M

  
.....  
2.   
.....  
3.   
.....

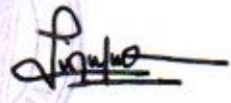
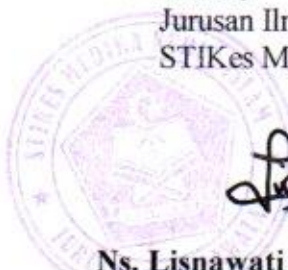
Mengetahui,

Ketua,  
STIKes Medika Nurul Islam



**Ns. Risna, M.Kep  
NUPTK. 9057764665230230**

Ketua,  
Jurusan Ilmu Keperawatan  
STIKes Medika Nurul Islam

**Ns. Lisnawati Rahayu, M.Kep  
NUPK. 8535769670230303**

## MOTTO

*Allah tidak mengatakan hidup ini mudah. Tetapi Allah berjanji, bahwa  
sesungguhnya bersama kesulitan ada kemudahan.*

(QS.Al-Insyirah : 5-6)

**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN  
PROGRAM STUDI ILMU KEPERAWATAN**

**SKRIPSI**

**2 Oktober 2025**

XV + 64 Halaman + VI BAB + 4 Tabel + 2 Skema + 15 Lampiran

**RITA**

**MEIVERA**

**Nim : 22010071**

**HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR DI  
SEKOLAH PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1 SIMPANG  
TIGA KABUPATEN PIDIE**

**ABSTRAK**

Menstruasi dapat menyebabkan nyeri yang biasa disebut dengan dismenore, nyeri dapat berlangsung dalam beberapa hari. Aktivitas belajar pada remaja perempuan menjadi terganggu sebagai dampak dari dismenore yang bersamaan dengan aktivitas belajar. Semangat belajar tidak ada, konsentrasi berkurang bahkan sulit merupakan beberapa hal yang dapat ditunjukkan. Tujuan dalam penelitian ini untuk mengetahui hubungan dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie. Dalam Penelitian ini menggunakan metode penelitian survei analitik yaitu penelitian yang mencoba menggali bagaimana dan mengapa fenomena kesehatan terjadi. Kemudian dilakukan analisa dinamika korelasi antar fenomena. Setelah penelitian dilaksanakan dengan populasi remaja putri yang sesuai kriteria. Sebagian populasi diambil sebagai sampel sebanyak 82 responden, instrumen yang digunakan dalam penelitian berupa kuesioner. Analisa data diuji dengan uji *chi square* menggunakan program spss, ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie yang ditunjukkan oleh nilai r tabel sebesar 0,000. Dapat disimpulkan bahwa penelitian ini mendapat hasil yang bagus dimana dismenore dengan aktivitas belajar berhubungan selaras. Dan untuk kedepannya semoga ilmu kesehatan khusus tentang dismenore ini dapat menjadi referensi bagi semua individu atau kelompok yang membutuhkannya.

**Kata Kunci** : Dismenore, aktivitas belajar.

Daftar pustaka : 5 buku 20 jurnal (2020-2025)

**THE HIGHER SCHOOL OF HEALTH SCIENCE  
MEDIKA NURUL ISLAM  
STUDY PROGRAM OF NURSING**

**SKRIPSI**

**August 2<sup>th</sup>, 2025**

**xv + 64 Pages + VI Chapters + 4 Tables + 2 Figures + 15 Appendices**

**RITA MEIVERA**

**22010071**

**THE CORRELATION BETWEEN DYSMENORRHEA AND LEARNING  
ACTIVITY FOR FEMALE ADOLESCENTS AT SMA NEGERI 1  
SIMPANG TIGA IN  
PIDIE**

**ABSTRACT**

Dysmenorrhea may remain for several days. It corresponds with learning activities and disrupts female adolescent learning. A few symptoms include a lack of passion for studying, decreased quantity, and difficulties. The objective of the research was to know the correlation between dysmenorrhea and learning activity for female adolescents at SMA Negeri 1 Simpang Tiga in Pidie. The type of research was analytic. This research was conducted. The population in the research was female adolescents. 82 respondents were taken as samples. To analyze the data, the researcher used the *chi-square* test through *the SPSS* program. To obtain the data, the researcher used a questionnaire sheet. The result showed the correlation between dysmenorrhea and learning activity for female adolescents at SMA Negeri 1 Simpang Tiga in Pidie, obtaining an *r* table of 0.000. In brief, there was the correlation between dysmenorrhea and learning activity for female adolescents at SMA Negeri 1 Simpang Tiga in Pidie. The researcher expected that this specialized health knowledge regarding dysmenorrhea would serve as a resource for all individuals or groups in necessity.

**Keywords : Dysmenorrhea, Learning Activity**

**References : 5 Books, 20 Journals (2020-2025)**

## KATA PENGANTAR

Syukur Alhamdulillah Penulis panjatkan ke hadirat Allah SWT, yang mana dengan rahmat dan karunia-Nya dapat menyelesaikan Skripsi yang berjudul **“Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Di Sekolah Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Simpang Tiga Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie”**. Untuk Pendidikan Sarjana pada Jurusan Ilmu Keperawatan di Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam.

Pada kesempatan ini Penulis ingin menyampaikan rasa terima kasih yang tak terhingga kepada semua pihak yang telah memberikan bantuan dan dukungannya baik moril maupun materil, terutama kepada :

1. Ibu Ns. Novita Sari, M. Kep, selaku Ketua STIKes Medika Nurul Islam
2. Ibu Ns. Lisnawati Rahayu, M. Kep, selaku Ketua Jurusan Ilmu Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam.
3. Ibu Ns. Putri Zahara, M.K.M selaku Pembimbing yang telah banyak membantu memberikan bimbingan dan arahan dalam penyusunan Skripsi ini.
4. Penguji I (satu) dan Penguji II (dua) yang telah memberikan saran dan masukan untuk kesempurnaan Skripsi ini.
5. Para Dosen dan staf STIKes Medika Nurul Islam yang telah membantu dan memberikan bimbingan dalam proses penyusunan Skripsi ini.
6. Kepala Sekolah SMA Negeri I Simpang Tiga yang telah mengizinkan Penulis melakukan studi pendahuluan dan penelitian .

7. Ayahanda dan Ibunda beserta seluruh keluarga tercinta yang telah memberikan dukungan dan semangat serta doa, sehingga penulis dapat menyelesaikan Skripsi.
8. Rekan-rekan STIKes Medika Nurul Islam, yang saling membantu satu sama lain dalam mencari ilmu, sehingga Peneliti dapat menyelesaikan Skripsi.

Penulis telah berusaha melakukan yang terbaik dalam penyusunan Skripsi, namun Peneliti menyadari sepenuhnya bahwa Skripsi ini masih jauh dari sempurna, sehingga saran dan kritik yang membangun sangat diharapkan dari semua pihak.

Akhir kata semoga Skripsi ini bermanfaat bagi kita semua. Aamiin  
Yarabbal Aalamiin

Sigli, Oktober 2025  
Penulis,

**(RITA MEIVERA)**

## DAFTAR ISI

<b>LEMBARAN JUDUL .....</b>	<b>i</b>
<b>LEMBAR PERSETUJUAN .....</b>	<b>ii</b>
<b>LEMBAR PENGESAHAN .....</b>	<b>iii</b>
<b>KATA PENGANTAR.....</b>	<b>vi</b>
<b>DAFTAR ISI.....</b>	<b>x</b>
<b>DAFTAR TABEL .....</b>	<b>xii</b>
<b>DAFTAR SKEMA .....</b>	<b>xiii</b>
<b>DAFTAR LAMPIRAN .....</b>	<b>ix</b>
<b>BAB I PENDAHULUAN.....</b>	<b>1</b>
A. Latar Belakang .....	1
B. Rumusan Masalah.....	6
C. Tujuan Penelitian .....	6
D. Manfaat Penelitian .....	7
<b>BAB II TINJAUAN PUSTAKA.....</b>	<b>9</b>
A. Menstruasi.....	9
B. Dismenore .....	15
C. Remaja Putri .....	26
D. Aktivitas Belajar .....	31
E. Hubungan Dismenore dengan Aktivitas Belajar pada Remaja Putri	36
F. Kerangka Teori .....	40
<b>BAB III KERANGKA KONSEP PENELITIAN .....</b>	<b>41</b>
A. Kerangka Konsep.....	41
B. Hipotesis Penelitian .....	41
C. Definisi Operasional .....	42
D. Cara Pengukuran Variabel .....	43
<b>BAB IV METODOLOGI PENELITIAN .....</b>	<b>44</b>
A. Jenis Dan Desain Penelitian.....	44
B. Populasi dan Sampel .....	44
C. Tempat dan Waktu Penelitian.....	48
D. Etika Penelitian .....	49
E. Alat Pengumpulan Data .....	50
F. Instrumen Penelitian .....	51
G. Cara Penelitian .....	51
H. Pengolahan Data dan Analisa .....	52

<b>BAB V HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN .....</b>	<b>57</b>
A. Gambaran Umum.....	57
B. Hasil Penelitian .....	58
C. Pembahasan .....	60
D. Keterbatasan Penelitian.....	62
<b>BAB VI PENUTUP .....</b>	<b>63</b>
A. Kesimpulan .....	63
B. Saran .....	63
<b>DAFTAR PUSTAKA .....</b>	
<b>BIODATA PENELITI.....</b>	
<b>LAMPIRAN.....</b>	

## DAFTAR TABEL

Tabel 3.1	Definisi Operasional.....	42
Tabel 4.1	Distribusi Frekuensi Dismenore Pada Remaja Putri .....	58
Tabel 4.2	Distribusi Frekuensi Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri.....	59
Tabel 4.3	Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Remaja Putri .....	59

## DAFTAR SKEMA

Skema 2.1 : Kerangka Teoritis.....	40
Skema 3.1 : Kerangka Konsep.....	41

## **DAFTAR LAMPIRAN**

- Lampiran 1 : Jadwal Kegiatan
- Lampiran 2 : Rincian Anggaran Biaya Penelitian
- Lampiran 3 : Lembaran Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 4 : Lembaran Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 5 : Kuesioner
- Lampiran 6 : Surat Studi Pendahuluan SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie
- Lampiran 7 : Surat Telah Selesai Studi Pendahuluan SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie
- Lampiran 8 : Surat Izin Penelitian SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie
- Lampiran 9 : Surat Telah Selesai Izin Penelitian SMA Negeri 1 Mutiara Kabupaten Pidie
- Lampiran 10 : Master Tabel Penelitian
- Lampiran 11 : Output Hasil Penelitian
- Lampiran 12 : Dokumentasi
- Lampiran 13 : Lembar Konsultasi Bimbingan Skripsi

# **BAB I**

## **PENDAHULUAN**

### **A. Latar Belakang**

Masa pubertas ditandai dengan datangnya masa haid pertama (menarche), yaitu masa mentruasi awal sebelum remaja putri memasuki masa reproduksinya. Mentruasi adalah keluarnya darah secara teratur dari rahim. Mentruasi terjadi karena sel telur perempuan tidak dibuahi. Hal ini menyebabkan endometrium atau lapisan dinding uterus menebal yang pada akhirnya mengeluarkan darah haid melalui saluran reproduksi (Ani, Aji, *et al.*, 2022).

Menstruasi dapat menyebabkan nyeri yang biasa disebut dengan dismenore. Nyeri dapat berlangsung dalam beberapa hari (Volume & Islamy, 2022). Aktivitas belajar pada remaja perempuan menjadi terganggu sebagai dampak dari dismenore yang bersamaan dengan aktivitas belajar. Semangat belajar tidak ada, konsentrasi berkurang bahkan sulit merupakan beberapa hal yang dapat ditunjukkan. Dengan demikian, materi tidak dapat diterima dengan baik ketika pembelajaran, dan tidak masuk sekolah menjadi akibat selanjutnya. Hal tersebut dapat menyebabkan penurunan nilai atau prestasi belajar disekolah (Putri., dan Wati *et al.*, 2022). Gejala-gejala dismenore adalah kram dan sakit perut bagian bawah, sakit pada punggung bagian bawah, mual, diare, muntah, kelelahan, pingsan, kelemahan dan sakit kepala. Wanita yang kelebihan berat badan, merokok, dan sudah mengalami menstruasi sebelum berumur sebelas tahun beresiko lebih tinggi mengalami dismenore.

Menurut *World Health Organization* (WHO) dalam Riniasih dkk, 2023 didapatkan kejadian dismenore sebesar 1.769.425 jiwa (90%) wanita yang mengalami dismenore dengan 10-16% mengalami dismenore berat.

Angka kejadian nyeri saat menstruasi di dunia cukup besar, sebesar 28%-71,7% perempuan di dunia mengalami nyeri menstruasi. (Klein dan Litt dalam jurnal Hutahaean, 2022) melaporkan prevalensi dismenore di Amerika Serikat mencapai 59,7%.

Angka kejadian di dunia sangat besar, rata-rata hampir lebih dari 50% wanita mengalaminya. Angka kejadian dismenore di Indonesia terdiri dari 72,89% dismenore primer dan 21,11% dismenore sekunder di kalangan perempuan produktif (Syafriani, 2021).

Di Indonesia, angka kejadian dismenore sebanyak 55% dikalangan usia produktif, dimana 15% diantaranya mengeluhkan aktivitas menjadi terbatas akibat dismenore. Di Indonesia dismenore primer menyebabkan remaja perempuan (59,2%) terjadi penurunan aktivitas, (5,6%) bolos sekolah atau kerja, dan sebanyak (35,2%) tidak merasa terganggu (Hutahaean, 2022).

Data sensus penduduk tahun 2020 jumlah remaja (10-24 tahun) sebesar 67 juta jiwa atau sebesar 24% dari total penduduk Indonesia. Prevalensi remaja di Indonesia mengalami kejadian dismenore sekitar 55% dampak yang ditimbulkan dari dismenore adalah penurunan aktivitas sehari-hari sampai penggunaan terapi faktor resiko dismenore tidak hanya berkaitan

dengan faktor fisiologis tapi juga berkaitan dengan psikologis seperti kecemasan (BKKBN, 2021).

Menurut (Profil Kesehatan Provinsi Aceh, 2023) prevalensi dismenore di Aceh cukup besar, penderita dismenore mencapai 50-60%. Angka kejadian dismenore primer berkisar 54,89% sedangkan sisanya 45,11% adalah dismenore sekunder.

Data di Kabupaten Pidie, jumlah penderita dismenore yang datang ke bagian kebidanan RSUD Tgk Abdullah Syafi'i Beureunuen sejumlah 2 orang (RSUD Tgk Abdullah Syafi'i Beureunuen, 2024).

Dismenore memberikan banyak dampak negatif pada remaja putri. Dismenore menyebabkan 14% dari remaja putri tidak mampu menjalani kegiatan sehari-hari dan terganggu dalam mengikuti kegiatan di sekolah, bahkan tidak hadir di sekolah. Kualitas hidup seorang siswi pun dapat menurun karena dismenore dapat menurunkan konsentrasi dan motivasi untuk belajar (Ihsan *et al.*, & Dahliana dkk 2023).

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lija Caesarina Simbolon, 2020 dengan judul hubungan nyeri haid dengan aktivitas belajar mahasiswi fakultas universitas sumatera utara. Dalam penyelesaian masalah peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif korelasi dengan menggunakan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel menggunakan non-probability sampling dengan jumlah sampel sebanyak 127 mahasiswi. Analisa data di olah dalam uji statistik menggunakan uji *pearson correlation*. Hasil penelitian disimpulkan

adanya hubungan nyeri haid dengan aktivitas belajar mahasiswi fakultas keperawatan universitas sumatera utara. Dengan hasil  $p = 0,001$  ( $0,05$ ) nilai  $r = 0,350$ .  $> 0,2260$  hasil penelitian ini disimpulkan adanya hubungan nyeri haid dengan aktivitas belajar.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lutfia Ainna Shafa, Dkk, (2021) dengan judul hubungan dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi keperawatan fakultas kesehatan universitas harapan bangsa purwokerto dari hasil penelitian ini ada hubungan yang signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi keperawatan universitas harapan bangsa purwokerto. Dalam penyelesaian masalah di atas peneliti menggunakan metode deskriptif dengan jenis studi analitik korelasi, pengambilan sampel menggunakan purposive sampling, sebanyak 45 responden. Instrumen pada penelitian ini menggunakan kuesioner intensitas dismenore dan aktivitas belajar. Analisis bevariat menggunakan uji *spearman rank*. Berdasarkan hasil penelitian terdapat hubungan signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswi keperawatan dengan nilai  $p$  value adalah  $0,000$  dan nilai  $r$  sebesar  $0,530$  yaitu tingkat korelasi kuat antara dismenore dengan aktivitas belajar mahasiswa. Pencegahan dan penanganan dismenore yang tepat perlu dilakukan agar aktivitas belajar mahasiswi tidak terganggu.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Anggi Saputra (2021) dengan judul hubungan dismenore dengan aktivitas belajar pada remaja siswi kelas X Dan XI SMA N Rancakalong dari hasil penelitian yang telah

diteliti menunjukkan sebagian besar siswi SMAN Rancakalong mengalami dismenore dan aktivitas belajarnya terganggu. Dalam penyelesaian masalah peneliti menggunakan metode penelitian deskriptif korelasional dengan pendekatan *cross-sectional*. Teknik pengambilan sampel dengan menggunakan total sampling, jumlah sampel dalam penelitian ini 72 responden. Teknik analisis univariat menggunakan persentase dan analisis bivariat menggunakan teknik non parametrik yaitu uji *spearman rank*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar siswi SMAN Rancalongan mengalami dismenore sedang (61,1%) dan aktivitas belajarnya terganggu (61,1%)

Berdasarkan survey pendahuluan yang dilakukan oleh penulis tanggal 2 Oktober 2025 di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie didapatkan hasil seluruh siswi 627 orang, dalam penelitian ini peneliti meneliti kelas X dan kelas XI, dengan rincian kelas X 214 orang dan kelas XI 217 orang. Kelas XII tidak diteliti dikarenakan akan fokus untuk mempersiapkan ujian kelulusan. Dari hasil wawancara dengan 18 siswi, didapatkan 5 siswi mengatakan tidak sanggup kesekolah saat mengalami dismenore, 8 siswi mengeluh dismenore saat haid, sakit perut sampai ke pinggang, 5 siswi mengeluh pusing, mual dan lemas sehingga tidak konsentrasi belajar saat dismenore, dari hasil survey menunjukkan bahwa siswi yang mengalami dismenore merasa tidak konsentrasi dan tidak bersemangat untuk mengikuti kegiatan pembelajaran akibat sakit yang ditimbulkan.

Dalam penelitian ini peneliti tertarik untuk meneliti tentang dismenore di bandingkan dengan amenore, hipermenore, prementruasi *syndrom*, *premenstrual Dysphoric disorder (PMDD)*, *metrogia*, *polimenore*. Karena pengaruh *dismenore* sangat berdampak buruk pada aktivitas belajar yang mengakibatkan konsentrasi belajar menurun di bandingkan dengan yang lainnya.

Hal ini merupakan suatu masalah sehingga peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Simpang Tiga kabupaten Pidie.

## **B. Rumusan Masalah**

Berdasarkan latar belakang yang telah diuraikan di atas, yang menjadi perumusan masalah dalam penelitian ini adalah “apakah ada Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Di Sekolah Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie?”

## **C. Tujuan Penelitian**

### **1. Tujuan Umum**

Untuk mengetahui Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Di Sekolah Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie.

### **2. Tujuan Khusus**

- a. Untuk mengetahui kejadian dismenore pada remaja putri di sekolah di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie

- b. Untuk mengetahui aktivitas belajar pada remaja putri di sekolah di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie
- c. Untuk mengetahui hubungan dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie.

#### **D. Manfaat Penelitian**

##### 1. Bagi Peneliti

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan peneliti tentang hubungan dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri, sekaligus bahan masukan atau sumber data penelitian selanjutnya dan mendorong pihak yang berkepentingan untuk melakukan penelitian lebih lanjut.

##### 2. Bagi Responden

Hasil penelitian ini diharapkan dapat menambah pengetahuan dan wawasan responden tentang pengaruh dismenore terhadap aktivitas belajar.

##### 3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini bisa menjadi masukan untuk memperluas wawasan mahasiswa dan menambah sumber referensi baru di perpustakaan.

##### 4. Bagi Tempat Penelitian

Hasil penelitian ini pihak sekolah dapat memberikan pengetahuan yang lebih luas mengenai dismenore terhadap siswi yang berdampak pada

aktivitas belajar, serta menyediakan berbagai sarana dan prasarana, salah satunya Unit Kesehatan Sekolah (UKS) yang telah disediakan berbagai perlengkapan untuk siswi yang sedang sakit, salah satunya obat-obatan analgesik untuk meredakan nyeri dismenore.

#### 5. Bagi Penelitian Selanjutnya

Bagi peneliti selanjutnya dapat dijadikan sebagai bahan referensi untuk pustaka dan hasil penelitian ini dapat dijadikan dasar dalam melakukan penelitian lebih lanjut.

## **BAB II**

### **TINJAUAN PUSTAKA**

#### **A. Menstruasi**

##### **1. Pengertian Menstruasi**

Menstruasi adalah kondisi dimana darah keluar dari rahim wanita dalam waktu yang berulang pada periode tertentu membentuk siklus secara teratur. Hal ini dikarenakan penurunan hormone estrogen dan progesterone sehingga membuat endometrium meluruh di akhir siklus ovarium yang biasanya terjadi pada hari ke-14 setelah masa ovulasi (Novita, 2024).

Aspek pubertas kematangan seksual pada wanita ditandai dengan munculnya menstruasi. Sebab ketika seorang wanita mengalami menstruasi artinya organ reproduksinya sudah berfungsi. Selanjutnya menstruasi akan terjadi dalam waktu yang berulang secara teratur membentuk siklus dengan masa regular setiap bulannya (Tombakan et al., 2023). Menstruasi rata-rata muncul pada saat usia antara 10 hingga 16 tahun tergantung faktor-faktor yang memengaruhi. Siklus yang terjadi mengarah pada peluruhan darah melalui vagina wanita setiap bulannya. Dengan menstruasi, organ reproduksi mempersiapkan tubuh wanita untuk kehamilan (Mawarda Hatmanti, 2024). Pada wanita siklus menstruasi rata-rata terjadi sekitar 28 hari. Meskipun hal ini berlaku umum, tetapi tidak semua wanita memiliki siklus menstruasi yang sama, kadang-kadang siklus terjadi setiap 21 hingga 30 hari. Biasanya, menstruasi rata-rata terjadi 5 hari, kadang-kadang menstruasi juga dapat

terjadi sekitar 2 sampai 7 hari paling lama 15 hari. Jika darah keluar lebih dari 15 hari maka itu sudah termasuk dalam darah penyakit.

## 2. Siklus Menstruasi

Sejak remaja, wanita umumnya akan mengalami siklus menstruasi. Siklus menstruasi merupakan perubahan pada bagian organ reproduksi wanita, yaitu saat lapisan dinding rahim atau endometrium menebal kemudian luruh karena tidak terjadi pembuahan. Siklus menstruasi ini terjadi berbeda-beda pada setiap wanita, namun umumnya terjadi antara 23-35 hari. Jika wanita mengalami siklus di rentang waktu tersebut, siklus masih dikatakan normal (Maya Ariyati, 2023).

Siklus menstruasi terjadi karena di atur oleh 5 hormon tubuh, yaitu:

- a. Hormon estrogen, hormon ini sangat berperan penting terutama pada ovulasi pada siklus reproduksi wanita. Hormon yang diproduksi di ovarium ini juga berperan pada perubahan tubuh seorang remaja ketika berada dalam masa pubertas, dan hormon ini juga terlibat pada pembentukan kembali lapisan rahim ketika periode menstruasi telah selesai.
- b. FSH (*Follicle Stimulating Hormone*) untuk menjaga siklus reproduksi dan kehamilan, hormon yang juga diproduksi di ovarium ini bekerjasama dengan hormon estrogen. Hormon ini juga berperan dalam terjadinya penebalan dinding rahim.
- c. Hormon pelepasan gonadotropin. Hormon ini diproduksi oleh otak, hormon ini berperan penting dalam memberikan rangsangan pada

tubuh untuk menghasilkan hormon perangsang folikel dan hormon pelutein yang mempengaruhi proses pematangan dan pelepasan sel telur.

- d. Hormon pelutein. Hormon ini akan bertugas untuk merangsang ovarium untuk memproduksi sel telur dan juga proses ovulasi.
- e. Hormon perangsang folikel. Hormon yang diproduksi di kelenjar pituitari bagian bawah otak ini akan berguna untuk membantu sel telur pada ovarium untuk matang dan siap dilepaskan.

### 3. Fase Menstruasi

Ada beberapa fase yang akan di lalui oleh seorang wanita pada saat melalui siklus menstruasi. Fase-fase tersebut yaitu fase menstruasi, fase pra-ovulasi, fase ovulasi dan juga fase pasca ovulasi (Maya Ariyati, 2023). Berikut ini penjelasannya:

#### a. Fase Menstruasi

Fase ini akan di alami oleh para wanita setiap bulan, dan barulah wanita akan dikatakan produktif. Fase ini akan dialami wanita sekitar 3-7 hari. Pada saat inilah, lapisan dinding rahim akan luruh dan mngeluarkan darah menstruasi. Darah yang keluar pada fase menstruasi ini biasanya sekitar 30-40 ml di tiap siklusnya.

Pada hari pertama menstruasi, biasanya wanita akan merasakan sakit ataupun nyeri yang disebabkan karena otot-otot rahim yang berkonstraksi untuk mendorong dan juga mengeluarkan lapisan dinding rahim yang sudah luruh menjadi darah menstruasi.

Lapisan dinding rahim yang luruh ini disebabkan karena kadar progesteron dan juga estrogen menurun. Semakin menurun progesteron dan estrogen ketika fase menstruasi, maka akan menyebabkan meningkatnya hormon perangsang folikel, dan memancing berkembangnya folikel-folikel atau kantong berisi indung telur di dalam ovarium.

Namun hanya akan ada satu folikel yang akan terus berkembang dan akan memproduksi estrogen. Estrogen pada wanita akan sangat rendah ketika awal menstruasi, dan akan meningkat seiring dengan berkembangnya folikel.

b. Fase Pra-Ovulasi

Pada fase pra-ovulasi, lapisan dinding rahim akan mulai menebal kembali walaupun sedikit. Di fase ini, terjadi proses pembentukan dan juga pematangan ovum di dalam ovarium. Namun, belum bisa terjadi pembuahan pada fase ini, karena kondisi rahim yang belum kembali pada kondisi normal.

c. Fase Ovulasi

Fase ovulasi tiap wanita akan berbeda-beda. Banyak yang mengira bahwa fase ovulasi akan terjadi pada hari ke-14 setelah siklus pertama, namun sebenarnya itu bukanlah patokan. Karena ovulasi tergantung pada siklus yang dialami tiap wanita. Pada fase ovulasi, ovum telah matang dan juga siap untuk dibuahi.

#### d. Fase Pasca Ovulasi

Fase ini lapisan dinding rahim akan semakin menebal karena folikel yang sudah pecah dan mengeluarkan sel telur akan membentuk korpus luteum. Korpus luteum ini akan menghasilkan estrogen yang menyebabkan lapisan dinding rahim akan semakin menebal.

Jika pada fase ini sel telur tidak mengalami pembuahan, maka wanita akan merasakan gejala pramenstruasi (PMS) yang biasanya terjadi ketika PMS yaitu perubahan pada emosi yang menjadi lebih sensitif, perubahan kondisi fisik seperti nyeri di payudara, pusing, mudah lelah ataupun merasa kembung. Selain itu, korpus luteum juga akan berdegenerasi dan juga berhenti menghasilkan progesteron, kadar progesteron dan estrogen yang menurun karena tidak terjadinya pembuahan akan membuat lapisan dinding rahim meluruh menjadi darah haid dan wanita akan kembali mengalami fase menstruasi.

#### 4. Gangguan Menstruasi

Beberapa gangguan menstruasi seperti dibawah ini:

##### a. Gangguan jumlah darah dan lama haid

Hipermenorea adalah bentuk gangguan siklus menstruasi tetap teratur, jumlah darah yang dikeluarkan cukup banyak dan terlihat dari pembalut yang dipakai dan gumpalan darahnya. Penyebab terjadinya menoragia kemungkinan terdapat mioma uteri

(pembesaran uteri), polip endometrium, atau hiperplasia endometrium (penebalan dinding rahim). Diagnosis kelainan ini dapat di tetapkan dengan pemeriksaan dalam, ultrasonografi (USG), dan pemeriksaan terhadap kerokan.

Hipermenorea adalah siklus menstruasi tetap teratur sesuai dengan jadwal menstruasi, jumlahnya sedikit dengan kenyataan tidak banyak berdarah, penyebabnya kemungkinan gangguan hormonal, kondisi wanita kekurangan gizi, atau wanita dengan penyakit tertentu.

b. Kelainan siklus menstruasi

Mencakup bentuk-bentuk kelainan sebagai berikut, polimenora, yaitu menstruasi yang sering terjadi dalam bentuk abnormal. Oligomenore, siklus menstruasi melebihi 35 hari, jumlah perdarahan mungkin sama, penyebabnya adalah gangguan hormonal. Amenorea yaitu keterlambatan menstruasi lebih dari tiga bulan berturut-turut.

c. Perdarahan diluar haid

Perdarahan diluar haid disebut juga metroragia. Perdarahan ini dapat disebabkan keadaan yang bersifat hormonal dan kelainan anatomis. Pada kelainan hormonal terjadi gangguan poros hipetalamushipfise, ovarium (indung telur), dan rangsangan esterogen dan progesteron dengan bentuk perdarahan yang terjadi

diluar menstruasi, bentuk-bentuknya bercak dan terus menerus, dan perdarahan menstruasi berkepanjangan.

d. Keadaan patologis terkait menstruasi

Kejadian ini dapat berupa ketegangan sebelum haid (*premenstrual tension*) keluhan yang dimulai sekitar sebelum dan sesudah menstruasi. Penyebabnya karena ketidakseimbangan estrogen dan progesteron menjelang menstruasi.

e. Dismenorea

Dismenorea adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi. Disebut dismenore primer jika tidak ada penyebab yang mendasari dan dismenore sekunder jika penyebabnya adalah kelainan reproduksi.

## **B. Dismenore**

### **1. Pengertian Dismenore**

Dismenore adalah nyeri yang dirasakan di bawah perut pada saat menstruasi karena adanya ketidakseimbangan dari hormon prostaglandin dimana fungsi dari hormon prostaglandin yaitu merangsang otot rahim supaya berkontraksi untuk membantu pengeluaran darah menstruasi. Nyeri yang ditimbulkan dari ringan sampai berat. Nyeri haid dibedakan menjadi dua yaitu primer dan sekunder. Penanganan nyeri dismenore dilakukan baik secara farmakologi atau non farmakologi jika tidak ditangani dengan tepat akan mengganggu aktivitas belajar, penanganan tepat pada saat

mengalami dismenore akan membantu mengurangi gejala yang menghambat mahasiswi selama proses pembelajaran berlangsung (Pradini, 2020).

Dismenore adalah nyeri perut yang berasal dari kram rahim dan terjadi selama menstruasi. Disebut dismenore primer jika tidak ditemukan penyebab yang mendasarinya dan dismenore sekunder jika penyebabnya adalah kelainan kandungan.

Dismenore adalah nyeri uteri pada saat menstruasi dismenorea primer tidak di kaitkan dengan patologi pelvis dan bisa timbul tanpa penyakit organik. Intensitas dismenorea primer bisa berkurang setelah hamil atau sekitar berumur 30 tahun. Dismenore primer mengenai sekitar 50-75% wanita yang masih menstruasi. Sekitar 10% mengalami dismenore berat sehingga mereka tidak bisa bekerja. Dismenore sekunder timbul sebagai respon terhadap penyakit organik seperti PID (*Pelvic Inflammatory Disease*), endometriosis, fibroid uteri, dan pemakaian IUD (*Intra Uterine Device*).

Dismenore merupakan rasa nyeri yang biasanya terpusat di abdomen bawah. Keluhan nyeri haid dapat terjadi mulai dari yang ringan sampai berat. Keparahan dismenore berhubungan dengan lama dan jumlah darah menstruasi.

Dismenore merupakan nyeri kronis berulang yang bermanifestasi sebagai nyeri menstruasi, nyeri ini dirasakan dibagian panggul, perut bagian bawah, atau punggung, dan biasanya disertai dengan gejala

lainnya. Kadar prostaglandin pada wanita tidaklah sama dimana wanita yang mengalami dismenore memiliki kadar prostaglandin 5-13 kali lebih tinggi dibandingkan wanita yang tidak mengalami dismenorea (Pulungan *et al.*, 2020).

## 2. Etiologi Dismenore

Etiologi dismenore tidak diketahui secara pasti. Beberapa faktor seperti keadaan emosional psikis, adanya obstruksi kanalis servikalis, ketidakseimbangan endokrin, dan alergi memiliki hubungan dengan terjadinya dismenore. Peningkatan kadar prostaglandin diduga memiliki peranan terhadap terjadinya dismenore. Prostaglandin dapat menyebabkan iskemi pada myometrium. Hal tersebut pada akhirnya dapat menyebabkan nyeri (Amalia, 2020).

## 3. Klasifikasi Dismenore

### a. Dismenore Primer

Dismenore primer adalah nyeri haid tanpa adanya kelainan pada panggul. Dismenore primer berhubungan dengan siklus ovulasi yang disebabkan oleh kontraksi miometrium sehingga terjadi iskemia karena adanya prostaglandin yang diproduksi oleh endometrium fase sekresi. Perempuan dengan dismenore primer memiliki kadar prostaglandin lebih tinggi dibandingkan perempuan yang tidak mengalami dismenore.

Dismenore primer mengacu pada kram saat menstruasi yang menyakitkan di daerah perut bagian bawah. Biasanya terjadi

6-14 bulan setelah menarche, dan umumnya terjadi pada wanita nulipara. Nyeri ini biasanya terjadi sebelum menstruasi atau pada hari pertama menstruasi (Tjokoprawiro, Akbar and Hendarto, 2020)

Gejala dismenore primer, pada perempuan yang mengalami dismenore primer akan merasakan :

- (1) Nyeri pada perut yang timbul tidak lama sebelumnya atau bersamaan dengan awal menstruasi, dapat berlangsung beberapa jam, 24 jam atau bahkan sampai beberapa hari.
- (2) Rasa nyeri kejang berjangkit-jangkit yang dirasakan di area perut bawah dan dapat menyebar ke pinggang dan paha.
- (3) Selain adanya rasa nyeri juga dapat terjadi rasa mual, muntah, sakit kepala, diare, iritabilitas, dan sebagainya.

b. Dismenore Sekunder

Dismenore sekunder adalah nyeri haid yang disertai dengan adanya kelainan panggul, seperti endometriasis, adenomiosis, mioma uteri, stenosis uteri, dan lain-lain (Tiana, 2022). Biasanya pasien berusia sekitar 30 tahun, sudah pernah melahirkan (*parous*), dan tidakberhubungan dengan status sosial (Safriana and Sitaresmi, 2022).

Tanda dan gejala dismenore sekunder :

- (1) Nyeri pada daerah supra pubis seperti kram, menyebar sampai area *lumbrosacral*

- (2) Sering disertai nausea, muntah
- (3) Diare
- (4) Kelelahan
- (5) Nyeri kepala
- (6) Emosi labil

#### 4. Derajat Dismenore

Berdasarkan intensitas relative nyeri, dismenore diklasifikasikan sebagai ringan, sedang, berat. Menurut *Multidimensional Scoring of Andersch and Milsom* mengklasifikasikan nyeri dismenore menjadi 3, yaitu :

##### a. Dismenore ringan

Nyeri ini berlangsung sesaat tanpa adanya pembatasan aktivitas, tidak diperlukan penggunaan analgetik, tidak ada keluhan siskemik dan masih bisa di torelir.

##### b. Dismenore sedang

Nyeri ini dapat mempengaruhi aktivitas sehari-hari, nyeri berlangsung selama 1-2 hari menyebar ke bagian perut bawah. Diperlukan penggunaan analgetik untuk menghilangkan rasa sakit.

##### c. Dismenore berat

Nyeri ini membuat keterbatasan aktivitas dan adanya keluhan siskemik seperti muntah, pusing, sakit kepala, bahkan pingsan. Sehingga memerlukan istirahat dan pengobatan segera. Dampak yang ditimbulkan pada mahasiswi selama proses

pembelajaran yaitu aktivitas belajar menjadi terganggu, konsentrasi belajar siswi menjadi menurun sehingga materi yang disampaikan tidak bisa diterima dengan baik bagi siswi yang mengalami dismenore. Pada saat pembelajaran menyebabkan rasa ketidaknyamanan pada aktivitas belajar, aktivitas sehari-hari sehingga berdampak pada ketidakhadiran siswi, bolos, malas, dan tidak bersemangat untuk aktivitas belajar (Setiawan & Lestari, 2024).

#### 5. Pengukuran Skala Nyeri Dismenore

Karakteristik yang paling subyektif pada nyeri adalah tingkat keparahan atau intensitas nyeri tersebut. Klien sering kali diminta untuk mendeskripsikan nyeri sebagai nyeri ringan, sedang atau berat. Skala deskriptif merupakan alat pengukuran tingkat keparahan yang lebih obyektif. Skala penilaian *Numerical Rating Scale* (NRS) lebih digunakan sebagai pengganti alat penskripsi kata. Dalam hal ini klien menilai nyeri dengan menggunakan skala 0-10, (Hawker, G, A, et al, 2011 dalam Nur Afifah 2022).

Adapun skala intensitas nyeri adalah sebagai berikut :

- a. 0 : Tidak ada keluhan nyeri menstruasi/kram pada perut bagian bawah
- b. 1-3 : Terasa kram perut bagian bawah, masih dapat ditahan, masih dapat melakukan aktivitas, masih dapat berkonsentrasi belajar.

- c. 4-6 : Terasa kram pada perut bagian bawah, nyeri menyebar ke pinggang, kurang nafsu makan, sebagian aktivitas terganggu, kurang nafsu makan, sebagian aktivitas terganggu, sulit/susah beraktivitas belajar.
- d. 7-9 : Terasa kram berat pada bagian bawah perut, nyeri menyebar ke pinggang, paha, atau punggung, tidak ada nafsu makan, mual, badan lemas, tidak kuat beraktivitas, tidak dapat berkonsentrasi belajar.
- e. 10 : Terasa kram yang berat sekali pada bagian perut bawah, nyeri menyebar ke pinggang, kaki, punggung, tidak mau makan, mual, muntah, sakit kepala, badan tidak ada tenaga, tidak bisa berdiri atau bangun dari tempat tidur, tidak dapat beraktifitas, terkadang sampai pingsan.

#### 6. Patofisiologi Dismenore

Peningkatan produksi prostaglandin dan pelepasan F2alpha (PGF-2a) dari endometrium selama menstruasi menyebabkan kontraksi uterus tidak terkoordinasi dan tidak teratur sehingga dapat menimbulkan rasa nyeri. Selama terjadinya menstruasi, wanita yang mempunyai riwayat dismenore mempunyai tekanan intrauteri yang lebih tinggi dan memiliki kadar prostaglandin yang lebih banyak dalam darah menstruasi dibandingkan dengan wanita yang tidak mengalami dismenore (Nagy and Khan, 2021)

Uterus lebih sering berkontraksi dan tidak terkoordinasi atau tidak teratur. Terjadinya peningkatan aktivitas uterus yang abnormal menyebabkan aliran darah menjadi berkurang sehingga terjadi iskemia atau hipoksia uterus yang menyebabkan timbulnya nyeri. Mekanisme nyeri lainnya disebabkan karena prostaglandin dan hormon lainnya yang dapat membuat saraf sensori nyeri diuterus menjadi hipersensitif terhadap kerja bradikinin serta stimulus nyeri fisik dan kimiawi lainnya (Reeder, Martin and Griffin, 2013 dalam Nur Afifah 2022).

#### 7. Faktor- faktor Yang Mempengaruhi Dismenore

Terdapat beberapa faktor yang dapat mempengaruhi dismenore pada wanita, diantaranya :

##### a. Usia menarche

Menarche merupakan menstruasi pertama kali yang dialami oleh seorang wanita dan suatu tanda pematangan sistem reproduksi dan fisik wanita. Umumnya, seorang wanita memiliki usia menarche 12-14 tahun, sedangkan rata-rata wanita di Indonesia memiliki usia menarche 12,96 tahun. Seorang yang memiliki usia menarche dibawah 12 tahun, atau disebut dengan menarche dini memiliki peluang yang lebih besar untuk mengalami dismenore dibandingkan dengan wanita yang memiliki usia menarche 12-14 tahun. Seorang yang memiliki usia menarche dini, memiliki paparan prostaglandin yang lebih lama sehingga menyebabkan

adanya nyeri perut saat mengalami menstruasi (Larasati, Faridah Alatas & Nur Afifah 2022).

b. Keturunan

Keturunan merupakan faktor yang memiliki pengaruh dalam berbagai hal karena genetik yang diwariskan dari orang tua kepada keturunannya. Hal tersebut tentu saja berhubungan dengan genetika seseorang. Sehingga seseorang yang memiliki riwayat keluarga mengalami dismenore 3 kali beresiko mengalami dismenore juga. Hal ini disebabkan adanya gen yang diturunkan sehingga mempengaruhi karakter fisik maupun psikis seseorang.

c. Status gizi

Status gizi merupakan keadaan yang dapat mengekspresikan keseimbangan tubuh dalam bentuk variabel tertentu. Status gizi adalah salah satu faktor yang dapat mempengaruhi dismenore. Seseorang yang memiliki status gizi tidak normal, baik gizi kurang maupun gizi lebih memiliki resiko yang untuk mengalami dismenore. Nyeri yang dialami saat seseorang menstruasi dapat lebih beresiko terhadap seseorang yang memiliki gizi kurang, hal itu disebabkan karena seseorang yang kekurangan energi kronis maka mengalami penurunan daya tahan tubuh. Seseorang yang memiliki status gizi lebih, dapat beresiko terkena dismenore disebabkan karena adanya lemak berlebih dalam tubuh dan menyebabkan gangguan reproduksi dari adanya hormon

yang ditimbulkan oleh lemak tersebut (Larasati, Faridah Alatas, & Nur Afifah 2022).

d. Aktivitas Fisik

Aktivitas fisik merupakan kegiatan yang dilakukan oleh seseorang, mulai dari aktivitas ringan, sedang, dan berat. Aktivitas fisik merupakan faktor yang mempengaruhi terjadinya dismenore. Seseorang yang memiliki aktivitas fisik rendah lebih beresiko mengalami dismenore dibandingkan seseorang yang memiliki aktivitas fisik sedang. Hal tersebut disebabkan karena adanya pengeluaran hormon endorfin yang lebih sedikit pada seseorang yang memiliki aktivitas fisik rendah. Hormon endorfin merupakan hormon yang dihasilkan ke otak, serta membuat tubuh lebih tenang sehingga dapat mengurangi rasa sakit saat menstruasi (Sari, Silvia Etika, 2024).

e. Kebiasaan Makan

Kebiasaan makan yang dilakukan oleh seseorang dapat mempengaruhi kejadian dismenore. Makanan yang baik adalah makanan yang memiliki kadar gizi yang seimbang dan bermanfaat untuk tubuh. Makanan yang memiliki nilai gizi yang tidak seimbang dapat menyebabkan gangguan pada tubuh, salah satunya yaitu makanan *junk food* yang tinggi lemak, tinggi natrium, tinggi gula, dan rendah serat. Hal tersebut dapat mengganggu metabolisme progesteron yang sangat berpengaruh pada masa

menstruasi terutama pada fase luteal. Terganggunya metabolisme tersebut dapat menyebabkan meningkatnya kadar prostaglandin sehingga terjadinya nyeri saat menstruasi (Larasati, Faridah Alatas, & Nur Afifah 2022).

f. Anemia

Anemia merupakan keadaan tubuh kekurangan sel darah merah atau sel darah merah yang tidak berfungsi dengan baik. Anemia tentu saja berhubungan dengan hemoglobin yang berfungsi untuk mengikat oksigen dalam darah dan dibawa ke dalam seluruh tubuh. Pasokan oksigen yang cukup pada seluruh tubuh dapat mengurangi resiko iskemik yang dapat mengakibatkan dismenore (Sari, Silvia Etika, 2024).

g. Stress

Tekanan yang dihadapi manusia namun tidak dapat dikendalikan merupakan penyebab dari stress sehingga mempengaruhi fisik dan psikis seseorang terutama tekanan psikologis. Seseorang yang mengalami stress, mengganggu sistem endokrin dalam tubuh, yaitu ketika endometrium dalam fase sekresi memproduksi prostaglandin F<sub>2</sub>. Dalam hal tersebut terjadi kontraksi otot polos yang menimbulkan adanya rasa sakit pada saat menstruasi (Anurogo, D. 2011 dalam Kurniawati 2022).

#### h. Lama menstruasi

Pada umumnya wanita mengalami masa menstruasi selama 5-7 hari. Dalam masa tersebut seorang wanita memiliki kesempatan 1,9 kali mengalami dismenore. Pada saat wanita mengalami menstruasi, maka otot uterus mengalami kontraksi disertai keluarnya prostaglandin. Semakin lama seseorang mengalami menstruasi, maka semakin sering adanya kontraksi otot uterus serta semakin banyak prostaglandin yang dikeluarkan dan dapat menyebabkan adanya nyeri saat menstruasi (Larasati, Faridah Alatas & Nur Afifah 2022).

Seperti halnya yang sudah dijelaskan, dismenore merupakan nyeri haid yang dapat di dukung atau di pengaruhi oleh beberapa faktor yang dikelompokkan dalam berbagai faktor yaitu kejiwaan meliputi stress, faktor konstitusi meliputi usia menarche, lama menstruasi, anemia, stress, mengkonsumsi alkohol, anemia, dan penyakit menahun dan faktor endokrin yaitu meningkatnya prostaglandin.

### **C. Remaja Putri**

#### 1. Pengertian Remaja

Menurut Hurlock (1997) dalam jurnal Miftahul Jannah (2021) masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan, yaitu periode dimana individu secara fisik maupun psikis berubah dari masa kanak-kanak ke masa dewasa. Menurut Hadayati & Farid (2021) masa

remaja merupakan masa peralihan dari kehidupan kanak-kanak menuju dewasa awal yang ditandai dengan adanya perubahan secara biologis dan psikologis. Dalam hal ini pada remaja terjadi perubahan secara biologis meliputi perubahan fisik dan berkembangnya seks primer dan sekunder. Sedangkan pada perubahan psikologis meliputi adanya perubahan dalam hal emosi yang berubah dan merasa lebih sensitive.

Remaja merupakan individu dengan usia antara 12 dan 21 tahun yang ditandai dengan perubahan kognitif, fisik, sosial, emosi, untuk menuju kemasa dewasa. Perkembangan fisik pada remaja yaitu masa organ-organ kelamin mencapai kematangannya biasa disebut dengan masa pubertas yang ditandai dengan menarche. Periode remaja ini terbagi menjadi periode remaja awal dan periode remaja akhir. Remaja awal (*early adolescence*) pada umumnya merupakan masa pada sekolah menengah pertama yang berlangsung saat usia 12 hingga 17 tahun. Sedangkan remaja akhir (*late adolescence*) merupakan usia yang matang berkisar pada 17 sampai 21 tahun (Jahja, 2011 dalam Nisak, 2024).

## 2. Tahapan Remaja

Menurut Batubara (2021 dalam Dika 2021) dalam pertumbuhan dan perkembangan remaja akan melewati beberapa tahap antara lain yaitu :

a. Masa remaja awal (*early adolescence*).

Remaja yang berada di tahap awal biasanya berumur 11 sampai 13 tahun. Remaja biasanya akan bingung pada perubahan tersebut. Di tahap awal juga remaja akan mengembangkan proses berpikir yang baru, mulai merasa ada ketertarikan kepada lawan jenis, dan mudah mengalami rangsangan secara erotis. Pada masa ini remaja akan sulit dimengerti karena memiliki ego yang tinggi.

b. Masa remaja pertengahan (*middle adolescence*)

Pada tahap ini remaja berada pada usia 14 sampai 16 tahun. Saat berada pada tahap pertengahan remaja lebih merasa membutuhkan banyak teman. Remaja cenderung *narcitic*, seperti menyukai diri sendiri dan teman yang sama seperti dirinya.

c. Masa remaja akhir (*late adolescence*)

Remaja pada periode akhir berada pada usia 17 sampai 21 tahun. Periode ini merupakan periode bagi remaja mengarah ke dewasa yang dilihat oleh :

- (1) Peminatan pada fungsi intelektual.
- (2) Menginginkan suatu keahlian baru.
- (3) Ciri-ciri seksual yang sudah tetap.
- (4) Fokus terhadap diri sendiri berubah menjadi fokus terhadap diri sendiri juga kepada orang lain.
- (5) Mulai memiliki privasi terhadap diri sendiri.

### 3. Perubahan Fisik Remaja Putri

Perubahan fisik remaja merupakan ciri utama dari proses biologis yang terjadi pada masa pubertas. Pada masa ini terjadi perubahan fisik secara cepat, yaitu tidak seimbang dengan perubahan kejiwaan (mental emosional). Perubahan fisik yang terjadi termasuk pertumbuhan organ-organ reproduksi untuk mencapai kematangan reproduksi. Perubahan yang cukup besar dapat membingungkan remaja yang mengalaminya. Remaja sangat penting untuk mempelajari perubahan yang terjadi setiap tahap kehidupannya. Remaja dapat belajar menerima kondisi fisik diri serta merawat dan menjaganya.

Perubahan fisik yang terjadi menimbulkan dorongan seksual yang berarti telah siap untuk memproduksi. Pengetahuan tentang perubahan fisik sangat penting diketahui remaja karena remaja awal merupakan tahap yang sangat sensitif, akibat perubahan dari masa anak ke masa remaja yang merupakan masa terjadinya perubahan-perubahan seperti perubahan fisik maupun psikologis. Masa-masa remaja sering berhubungan dengan pertumbuhan, perubahan, dan kesehatan munculnya berbagai kesempatan terhadap resiko kesehatan reproduksinya (Prihartini, A.R., 2020).

#### 4. Tugas Perkembangan Remaja

Menurut Putro (2023 dalam Ismatuddiyah 2023) remaja memiliki beberapa tugas dalam proses berkembang yaitu :

- a. Memahami adanya perubahan secara fisik dan mampu berperan sesuai jenis kelaminnya dengan efisien serta memahami keadaan tersebut.
- b. Mampu berperan dilingkungan sosial bersama teman yang sepekar, baik pada teman sejenis ataupun berlawanan jenis.
- c. Memiliki perasaan bebas dan terlepas pada rasa bergantung pada orang yang lebih tua.
- d. Mampu melakukan perkembangan dalam kecakapan secara intelektual serta persepsi hidup bersosialisasi.
- e. Berusaha mencari jaminan untuk mampu menjadi individu yang mandiri dalam aspek ekonomi.
- f. Mempersiapkan diri dalam melakukan penentuan pada pekerjaan yang cocok dengan potensi serta kesanggupan yang dimiliki.
- g. Mampu bersikap secara tanggung jawab sesuai nilai dan aturan yang ada
- h. Mampu mendapatkan penjelasan terkait pernikahan serta berkeluarga.

## **D. Aktivitas Belajar**

### **1. Pengertian Aktivitas Belajar**

Aktivitas belajar yaitu keterlibatan seseorang dalam bentuk siap, pikiran, dan perhatian dalam kegiatan belajar sebagai salah satu penunjang keberhasilan proses belajar mengajar sehingga dapat diperoleh mmanfaat dari kegiatan tersebut. Remaja putri yang mengalami nyeri haid dan ikut serta dalam kegiatan pembelajaran dapat menyebabkan aktivitas pembelajaran mereka terganggu, tidak bersemangat, konsentrasi menjadi menurun, bahkan sulit untuk berkonsentrasi sehingga materi yang disampaikan oleh guru selama pembelajaran tidak dapat diterima atau dicerna dengan baik bahkan sampai ada yang tidak masuk sekolah (Rohmat, 2013 dalam Ardini 2022).

Keaktifan siswa selama proses belajar mengajar merupakan salah satu indikator adanya keniginan atau motivasi siswa untuk belajar. Siswa dikatakan memiliki keaktifan apabila ditemukan ciri-ciri perilaku seperti, sering bertanya kepada guru atau siswa lain, mau mengerjakan tugas yang diberikan guru, mampu menjawab pertanyaan, senang diberi tugas belajar, dan lain sebagainya.

Aktivitas belajar menurut (Syaiful Bahri Djamarah 2006 dalam Nur Salim 2020) sebagai berikut:

a. Mendengarkan

Mendengarkan adalah salah satu aktivitas belajar, setiap orang yang belajar di sekolah pasti ada aktivitas mendengarkan. Ketika seorang guru menggunakan metode ceramah, maka setiap siswa diharuskan mendengarkan apa yang guru sampaikan. Menjadi pendengar yang baik dituntut dari mereka.

b. Memandang adalah mengarahkan penglihatan ke suatu objek.

Aktivitas memandang berhubungan erat dengan mata. Karena dalam memandang itu mata lah yang memegang peranan penting. Tanpa mata tidak mungkin terjadi aktivitas memandang dapat dilakukan.

c. Meraba, Membau, dan Mencicipi/Mengecap

Aktivitas meraba, membau, dan mengecap adalah indra manusia yang dapat dijadikan sebagai alat untuk kepentingan belajar. Artinya aktivitas meraba, membau, dan mengecap dapat memberikan kesempatan bagi seseorang untuk belajar. Tentu saja aktivitasnya harus disadari oleh suatu tujuan.

d. Menulis atau mencatat merupakan kegiatan yang tidak terpisahkan

dari aktivitas belajar. Dalam pendidikan tradisional kegiatan mencatat merupakan aktivitas yang sering dilakukan. Walaupun pada waktu tertentu seseorang harus mendengarkan isi ceramah, namun dia tidak bisa mengabaikan masalah mencatat hal-hal yang dianggap penting.

e. Membaca

Aktivitas membaca adalah aktivitas yang paling banyak dilakukan selama belajar di sekolah atau di perguruan tinggi. Membaca disini tidak mesti membaca buku belaka, tetapi juga membaca majalah, koran, tabloid, jurnal-jurnal hasil penelitian, catatan hasil belajar atau kuliah dan hal-hal lainnya yang berhubungan dengan kebutuhan studi.

f. Membaca Ikhtisar atau ringkasan dan Menggaris Bawahi

Ikhtisar atau ringkasan dapat membantu dalam hal mengingat atau mencari kembali materi dalam buku untuk masa-masa yang akan datang. Untuk keperluan belajar intensif, bagaimanapun juga hanya membuat ikhtisar adalah belum cukup. Sementara membaca, pada hal-hal yang penting perlu diberi garis bawah (underlining). Hal ini sangat membantu dalam usaha menemukan kembali materi itu dikemudian hari, bila diperlukan.

g. Mengamati Tabel, diagram dan bagan

Buku-buku ataupun di lingkungan lain sering dijumpai tabel-tabel, diagram, ataupun bagan-bagan. Materi non-verbal semacam ini sangat membantu bagi seseorang dalam mempelajari materi yang relevan. Demikian pula gambar-gambar, peta-peta, dan lain-lain dapat menjadi bahan ilustratif yang membantu pemahaman seseorang dalam sesuatu hal.

h. Menyusun paper atau kertas kerja

Menyusun paper tidak bisa sembarangan, tetapi harus metodologis dan sistematis. Metodologis artinya menggunakan metode-metode tertentu dalam penggarapannya. Sistematis artinya menggunakan kerangka berpikir yang logis dan kronologis.

i. Mengingat

Mengingat yang didasari atas kebutuhan serta kesadaran untuk mencapai tujuan belajar lebih lanjut termasuk aktivitas belajar. Apalagi jika mengingat itu berhubungan dengan aktivitas-aktivitas belajar yang lainnya.

j. Berpikir

Berpikir adalah termasuk aktivitas belajar. Orang berpikir akan memperoleh penemuan baru, setidaknya-tidaknya orang menjadi tahu tentang hubungan antara sesuatu.

k. Latihan atau Praktek

*Learning by doing* adalah konsep belajar yang menghendaki adanya penyatuan usaha mendapatkan kesan-kesan dengan cara berbuat. Belajar sambil berbuat dalam hal ini termasuk latihan. Latihan termasuk cara yang baik untuk memperkuat ingatan.

2. Indikator Dalam Aktivitas Belajar

Menurut (Sardiman 2011 dalam Ardini 2022) ada delapan indikator dalam aktivitas belajar antara lain, antusiasme peserta didik

dalam mengikuti kegiatan pembelajaran, interaksi peserta didik dengan pendidik, interaksi peserta didik dengan peserta didik, kerjasama kelompok, aktivitas belajar peserta didik dalam diskusi kelompok, aktivitas peserta didik dalam melaksanakan pembelajaran, keterampilan peserta didik dalam menggunakan alat peraga, partisipasi peserta didik dalam menyimpulkan materi.

### 3. Faktor-faktor Yang Mempengaruhi Belajar

Secara umum faktor-faktor yang mempengaruhi proses belajar dibedakan menjadi dua kategori, yaitu faktor eksternal dan faktor internal. Kedua faktor tersebut saling mempengaruhi proses belajar individu sehingga menentukan kualitas hasil belajar.

#### a. Faktor eksternal

Faktor eksternal dapat mempengaruhi proses belajar siswa. Faktor-faktor eksternal yang mempengaruhi belajar dapat digolongkan menjadi dua golongan, yaitu faktor lingkungan sosial dan faktor lingkungan nonsosial.

#### b. Faktor internal

Faktor internal adalah faktor-faktor yang berasal dari dalam diri individu dan dapat mempengaruhi hasil belajar individu.

Faktor-faktor internal meliputi faktor fisiologis dan psikologis.

### 4. Cara Pengukuran Nilai Siswa Dalam Aktivitas Belajar

Cara menilai siswa dalam melakukan aktivitas belajar, untuk pertanyaan *favorable* apabila menjawab “ya” diberi nilai 1 dan

menjawab “tidak” diberi nilai 0, sedangkan untuk pertanyaan *unfavorable* apabila menjawab “ya” diberi nilai 0 dan menjawab “tidak” diberi nilai 1 (Rahkita dkk, 2023).

Skor hasil perhitungan berdasarkan nilai median yang dikelompokkan ke dalam dua kategori, yaitu :

- a. Untuk aktivitas belajar terganggu karena dismenore apabila responden memberikan jawaban “ya”  $\leq 11$ .
- b. Tidak terganggu apabila jawaban responden memberikan jawaban “ya”  $\geq 12$ .

#### **E. Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri**

Menstruasi di anggap sebagai ciri-ciri normal perkembangan remaja wanita (Jackson, 2022). Menstruasi berlangsung setiap bulan, dan darah menstruasi adalah hasil dari luruhnya sel telur yang tidak dibuahi (Silalahi, 2021). Menstruasi sebagai ciri perkembangan remaja wanita dalam kesehatan tidak distigmatisasi, dan bahkan masuk dalam salah satu sistem tubuh yang dipelajari dalam pembelajaran sekolah, yaitu sistem reproduksi (Diamond-Smith et al., 2020). Menstruasi di anggap sebagai tanda berkembangnya seorang remaja wanita memiliki artian bahwa menstruasi merupakan siklus normal yang harusnya tidak diasosiasikan sebagai sesuatu yang negatif dan menghambat perempuan (Jackson & Falmagne, 2013; Solehati et al., 2024). Karena, jika perempuan tidak mengalami menstruasi, maka sistem reproduksi yang berjalan dalam tubuhnya mengalami gangguan (Michael et al, 2020).

Menstruasi dapat menyebabkan nyeri yang biasa disebut dengan dismenore. Dimana kondisi nyeri dapat berlangsung dalam beberapa hari (Volume & Islamy, 2022). Dismenore biasanya menyebabkan aktivitas sehari-hari dan aktivitas belajar terganggu.

Gangguan menstruasi merupakan kejadian ketika keluhan menstruasi sudah mengganggu aktivitas sehari-hari. Gangguan menstruasi meliputi gangguan pada siklus (*amenorea, polimenorea, dan oligomenorea*), gangguan berdasarkan jumlah darah yang keluar (*hipermenorea dan hipomenorea*), gangguan diluar menstruasi dan gangguan yang berhubungan dengan haid, gangguan sebelum menstruasi *Premenstruasi Syndrome (PMS)* dan *Pramenstrual Dysphoric Disorder (PMDD)* atau saat menstruasi dismenore (Proverwati dalam Mindayani Septiani, 2022)

Gangguan menstruasi dapat berupa gangguan pada siklus menstruasi (*polimenore, oligomenore, dan amenore*), perubahan jumlah darah menstruasi (*hipermenore dan hipomenore*), perdarahan di luar siklus menstruasi (*metrogia, spotting, dan kontak darah*), dan gangguan yang berhubungan dengan siklus menstruasi (*ketegangan menstruasi, mastodinia, dan dismenore*). (Muslimahtun Baadiyah, dkk., 2021)

Dismenore menyebabkan rasa ketidaknyamanan terutama pada bagian perut, yang merembet hingga bagian punggung sampai tungkai. Dismenore terjadi setelah dua sampai tiga tahun mengalami menstruasi. Tanda-tanda menstruasi timbul dua hari sebelum menstruasi sampai

menstruasi hari ketiga (Manan dalam umi cahyati 2022). Nyeri menstruasi ini meliputi sakit perut, lemas, dan pusing yang membuat aktivitas terganggu, maka dari itu perlu penanganan yang cukup serius. Dismenore sangat amat mengganggu perempuan, bahkan tidak sedikit perempuan yang mengeluhkannya serta meninggalkan pekerjaannya karena nyeri yang dirasakan. Nyeri menstruasi (dismenore) ini berdampak buruk bagi siswa baik secara fisik maupun psikologi. Diantaranya sulit untuk berkonsentrasi, letih lesu serta merasakan kesakitan bahkan diantaranya ada yang mengalami pingsan.

Dampak remaja putri yang mengalami dismenore dan sedang mengikuti kegiatan pembelajaran, dapat berdampak pada aktivitas belajarnya yang terganggu, tidak bersemangat, konsentrasi menjadi menurun, bahkan sulit berkonsentrasi sehingga materi yang disampaikan selama pembelajaran tidak dapat diterima dengan baik bahkan sampai ada yang tidak masuk sekolah (Saputra, Kurnia and Aini, 2020).

Remaja putri yang mengalami dismenore seringkali membatasi aktivitas kesehariannya khususnya aktivitas belajar di sekolah menjadi terganggu, konsentrasi menurun, sehingga materi yang di dapat tidak bisa di cerna dengan baik, yang dapat mengakibatkan ketidakhadiran di sekolah bahkan bolos, malas serta hilang semangat (Fitri and Ariesthi, 2020).

Menurut penelitian Hironima Niyati Fitri and Kadek Dwi Ariesthi 2020, dengan judul pengaruh dismenore terhadap aktivitas belajar

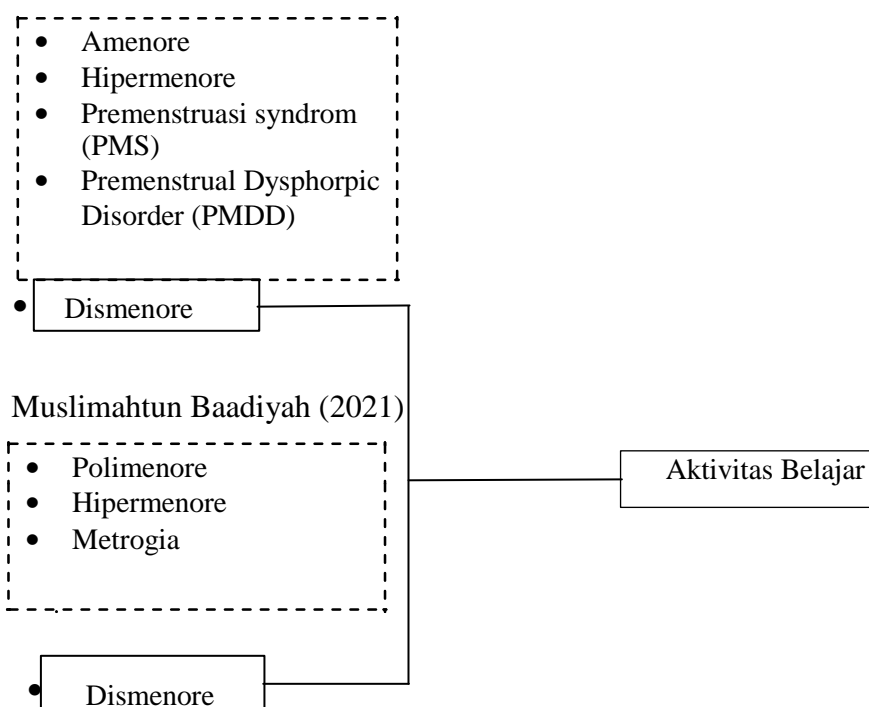
mahasiswi di program studi D III kebidanan, berdasarkan hasil penelitian menunjukkan terdapat hubungan yang signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar. Metode penelitian ini menggunakan metode penelitian deskriptif dengan metode cross-sectional, data dikumpulkan dengan kuesioner. Sampel yang digunakan dalam penelitian ini menggunakan total sampling dengan jumlah sampel 118 orang. Analisa data menggunakan uji korelasi rank spearman. Hasil penelitian menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar.



Menurut penelitian Florentina K dan Astri 2023, dengan judul hubungan antara gangguan menstruasi (dismenore) dengan aktivitas belajar pada mahasiswa program studi D-III kebidanan, menurut hasil penelitian ada hubungan signifikansi yaitu 0,000. Dalam menyelesaikan masalah peneliti menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan cross-sectional, teknik pengumpulan data dengan purposive or judgement sampling jumlah sampel 69 responden, umur responden mayoritas berumur antara 20-35 tahun sebesar 60,3%, aktivitas belajar responden mayoritas masih aktif sebesar 72,1%, gangguan menstruasi dismenore mayoritas dismenore ringan sebesar 63,2%. Menurut hasil ada hubungan dengan nilai signifikan 0,000.

## F. Kerangka Teori

Menurut Proverwati & Mindayani., (2022), Muslimatun Baadiyah., (2021) ada beberapa gangguan menstruasi yang menyebabkan aktivitas sehari-hari terganggu.

Proverwati & Mindayati (2022)



Keterangan :  = Variabel yang diteliti  
 = Variabel yang tidak diteliti

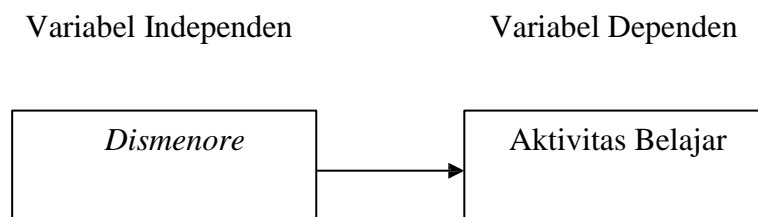
**Skema 2.1 Kerangka Teori**

## BAB III

### KERANGKA KONSEP PENELITIAN

#### A. Kerangka Konsep

Kerangka konsep adalah model konseptual tentang bagaimana teori berhubungan dengan berbagai faktor yang telah diidentifikasi sebagai masalah yang penting. Kerangka konsep yang baik akan menjelaskan secara teoritis pertautan antara variabel-variabel yang akan diteliti (Sugiono, 2021).



**Skema 3.1 Kerangka Konsep**

#### B. Hipotesis Penelitian

Hipotesis adalah jawaban sementara dari rumusan masalah atau pertanyaan penelitian. Hipotesis dalam penelitian adalah:

Ha : Ada hubungan dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie

### C. Definisi Operasional

**Tabel 3.1 Definisi Operasional**

Variabel	Definisi Operasional	Alat Ukur	Cara Ukur	Skala Ukur	Hasil Ukur
<b>Variabel Independen</b>					
Dismenore	Perasaan tidak nyaman yang dirasakan oleh remaja pada saat menstruasi. Dirasakan di perut bagian bawah, muncul sebelum atau sesudah 1-3 hari mulai menstruasi	Kuesioner Numeric Rating Scale (NRS)	Menyebarkan Kuesioner (NRS)	Ordinal	a. Tidak nyeri = 0 b. Ringan = 1-3 c. Sedang 4-6 d. Berat = 7-9 e. Berat sekali = 10
<b>Variabel Dependen</b>					
Aktivitas Belajar	Kegiatan-kegiatan baik secara fisik atau mental yang dilakukan dalam proses interaksi antara guru dan siswa sehingga mencapai tujuan belajar.	Kuesioner	Menyebarkan kuesioner	Nominal	Tidak terganggu $\geq 12$ . Terganggu $\leq 11$

## D. Cara Pengukuran

### 1. Dismenore

Untuk mengukur dismenore menggunakan skala nyeri NRS (*Numeric Rating Scale*) adalah alat pengukuran efisien yang telah digunakan secara luas dalam penelitian dan pengaturan klinis, (Hawker,G,A, et al, 2011 dalam Nur Afifah 2022)

NRS mempunyai 4 pengelompokan dalam penelitian skala nyeri :

- a. Tidak nyeri : nilai nyeri 0
- b. Nyeri ringan : nilai nyeri 1-3
- c. Nyeri sedang : nilai nyeri 4-6
- d. Nyeri berat : nilai nyeri 7-9
- e. Nyeri berat sekali : nilai nyeri 10

### 2. Aktivitas belajar

Untuk mengukur aktivitas belajar menggunakan kuesioner, (Rahkita dkk, 2023) dengan skor :

- a. Tidak terganggu  $= \geq 12$
- b. Terganggu  $= \leq 11$

## **BAB IV**

### **METODE PENELITIAN**

#### **A. Jenis dan Desain Penelitian**

Penelitian ini menggunakan metode penelitian analitik dengan pendekatan *Cross-sectional* yaitu cara pendekatan, observasi atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat, dimana pengumpulan data variabel dan independen dilakukan penelitian disaat bersamaan (Sujarweni, 2021).

#### **B. Populasi dan Sampel**

##### 1. Populasi

Keseluruhan dari subyek penelitian (Amirullah, 2021). Dalam penelitian ini yang menjadi populasi adalah siswi kelas X dan siswi kelas XI di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie yang berjumlah 431 orang, terdiri dari 217 orang kelas X, dan 214 orang kelas XI.

##### 2. Sampel

Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan *Stratified random sampling*. Jumlah sampel menggunakan rumus Slovin adalah 82 orang.

$$n = \frac{N}{1+N(d)^2}$$

Keterangan :

$n$  = besar sampel

$N$  = Populasi

$d$  = tingkat error, ketidakteelitian kesalahan dalam pengambilan sampel yang masih dapat di tolerin atau diinginkan yaitu sebesar 0,01.

$$n = \frac{431}{1+431(0,1)^2}$$

$$n = \frac{431}{1+431(0,01)}$$

$$n = \frac{431}{1+4,31}$$

$$n = \frac{431}{5,31}$$

$$n = 81,1 \quad n = 82 \text{ orang}$$

$$\text{Sampel Strata} = \frac{\text{Jumlah Populasi Strata} \times \text{Sampel}}{\text{Jumlah Populasi}}$$

Jadi, jumlah sampel per kelas di kelas X yaitu :

$$\text{a. Kelas X.1 26 siswi} = \frac{26 \times 82}{431}$$

$$= 4,94 \text{ dibulatkan menjadi 5 siswi}$$

$$\text{b. Kelas X.2 21 siswi} = \frac{21 \times 82}{431}$$

$$= 3,99 \text{ dibulatkan menjadi 4 siswi}$$

$$\text{c. Kelas X.3 24 siswi} = \frac{24 \times 82}{431}$$

$$= 4,56 \text{ dibulatkan menjadi 5 siswi}$$

$$\begin{aligned} \text{d. Kelas X.4 27 siswi} &= \frac{27 \times 82}{431} \\ &= 5,13 \text{ dibulatkan menjadi 5 siswi} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{e. Kelas X.5 23 siswi} &= \frac{23 \times 82}{431} \\ &= 4,37 \text{ dibulatkan menjadi 4 siswi} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{f. Kelas X.6 25 siswi} &= \frac{25 \times 82}{431} \\ &= 4,75 \text{ dibulatkan menjadi 5 siswi} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{g. Kelas X.7 24 siswi} &= \frac{24 \times 82}{431} \\ &= 4,56 \text{ dibulatkan menjadi 5 siswi} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{h. Kelas X.8 23 siswi} &= \frac{23 \times 82}{431} \\ &= 4,37 \text{ dibulatkan menjadi 4 siswi} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{i. Kelas X.9 24 siswi} &= \frac{24 \times 82}{431} \\ &= 4,56 \text{ dibulatkan menjadi 5 siswi} \end{aligned}$$

$$\begin{aligned} \text{Total sampel kelas X} &= 42 \text{ Siswi} \\ \text{Sampel Strata} &= \frac{\text{Jumlah Populasi Srata} \times \text{Sampel}}{\text{Jumlah Populasi}} \end{aligned}$$

Jadi, jumlah sampel per kelas di kelas XI yaitu :

$$\begin{aligned} \text{a. Kelas XI.1 24 siswi} &= \frac{24 \times 82}{431} \\ &= 4,56 \text{ dibulatkan menjadi 5 siswi} \end{aligned}$$

- b. Kelas XI.2 23 siswi =  $\frac{23 \times 82}{431}$   
= 4,37 dibulatkan menjadi 4 siswi
- c. Kelas XI.3 24 siswi =  $\frac{24 \times 82}{431}$   
= 4,56 dibulatkan menjadi 5 siswi
- d. Kelas XI.4 25 siswi =  $\frac{25 \times 82}{431}$   
= 4,75 dibulatkan menjadi 5 siswi
- e. Kelas XI.5 21 siswi =  $\frac{21 \times 82}{431}$   
= 3,99 dibulatkan menjadi 4 siswi
- f. Kelas XI.6 23 siswi =  $\frac{23 \times 82}{431}$   
= 4,37 dibulatkan menjadi 4 siswi
- g. Kelas XI.7 21 siswi =  $\frac{21 \times 82}{431}$   
= 3,99 dibulatkan menjadi 4 siswi
- h. Kelas XI.8 18 siswi =  $\frac{18 \times 82}{431}$   
= 3,42 dibulatkan menjadi 3 siswi
- i. Kelas XI.9 18 siswi =  $\frac{18 \times 82}{431}$   
= 3,42 dibulatkan menjadi 3 siswi
- j. Kelas XI.10 17 siswi =  $\frac{17 \times 82}{431}$   
= 3,23 dibulatkan menjadi 3 siswi

Total sampel kelas XI = 40 Siswi

Jadi, jumlah sampel kelas X dan XI = 82

Maka jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah berjumlah 82 siswi .

Adapun kriteria inklusi dalam pengambilan sampel adalah :

- a. Remaja putri yang sudah menstruasi
- b. Remaja putri yang bersedia menjadi responden.
- c. Remaja putri kelas X dan XI di SMA Negeri 1 Simpang Tiga

Adapun kriteria eksklusi dalam pengambilan sampel adalah :

- a. Remaja putri yang mendadak mengundurkan diri menjadi responden.
- b. Remaja putri yang tidak kooperatif.

### **C. Tempat dan Waktu Penelitian**

#### 1. Tempat

Penelitian dilaksanakan di SMA Negeri 1 Simpang Tiga

#### 2. Waktu

Penelitian dilaksanakan pada bulan Oktober 2025. (Lampiran 1)

#### D. Etika Penelitian

Peneliti sebaiknya mengerti tentang etika-etika yang harus dilakukan dalam jalannya penelitian. Ada beberapa tahapan etika penelitian diantaranya sebagai berikut :

1. Menghormati harkat dan martabat manusia (*respect for human dignity*)

Peneliti perlu mempertimbangkan hak-hak subyek untuk mendapatkan informasi yang terbuka berkaitan dengan jalannya penelitian serta memiliki kebebasan menentukan pilihan dan bebas dari paksaan untuk berpartisipasi dalam kegiatan penelitian (*autonomy*). Beberapa tindakan yang terkait dengan prinsip menghormati harkat dan martabat manusia, adalah peneliti mempersiapkan formulir persetujuan subyek (*informed consent*).

2. Menghormati privasi dan kerahasiaan subjek penelitian (*respect for privacy and confidentiality*)

Peneliti tidak boleh menampilkan informasi mengenai identitas baik nama maupun alamat asal subyek dalam kuesioner dan alat ukur apapun untuk menjaga anonimitas dan kerahasiaan identitas subyek. Peneliti dapat menggunakan *koding* (inisial atau *identification number*) sebagai pengganti identitas responden.

3. Keadilan dan inklusivitas (*respect for justice and inclusiveness*)

Prinsip keadilan menekankan sejauh mana kebijakan penelitian membagikan keuntungan dan beban secara merata atau menurut

kebutuhan, kemampuan, kontribusi dan pilihan bebas masyarakat. sebagai contoh dalam prosedur penelitian, peneliti mempertimbangkan aspek keadilan *gender* dan hak subyek untuk mendapatkan perlakuan yang sama baik sebelum, selama, maupun sesudah berpartisipasi dalam penelitian.

4. Memperhitungkan manfaat dan kerugian yang ditimbulkan (*balancing harms and benefits*)

Peneliti melaksanakan penelitian sesuai dengan prosedur penelitian guna mendapatkan hasil yang bermanfaat semaksimal mungkin bagi subyek penelitian dan dapat digeneralisasikan di tingkat populasi (*beneficience*). Peneliti meminimalisasi dampak yang merugikan bagi subyek (*nonmaleficence*). Apabila intervensi penelitian berpotensi mengakibatkan cedera atau stress tambahan maka subyek dikeluarkan dari kegiatan penelitian untuk mencegah terjadinya cedera, kesakitan, stres, maupun kematian subyek penelitian.

#### **E. Alat Pengumpulan Data**

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini adalah berupa pembagian kuesioner yang akan dibagikan kepada responden. Kuesioner yang digunakan adalah kuesioner tertutup dengan *skala guttman* kategori “ya/tidak”.

## **F. Instrumen Penelitian**

Setelah alat ukur selesai disusun, belum berarti kuesioner tersebut dapat digunakan untuk mengumpulkan data. Untuk itu, kuesioner tersebut harus di uji coba (trial) di lapangan (Djali, 2020). Uji validitas dan reabilitas untuk aktivitas belajar tidak dilakukan karena sudah baku yang diambil dari penelitian Rahkita Settia Nofeni (2023) yang dinyatakan valid dengan nilai  $r > 0,349$  dan nilai reabilitas yaitu 0,864.

## **G. Cara Penelitian**

### 1. Tahap persiapan pengumpulan data

Tahap persiapan pengumpulan data dilakukan melalui prosedur administrasi dengan mendapatkan izin dari ketua program studi ilmu keperawatan STIKes Medika Nurul Islam Sigli. Kemudian izin dari kepala sekolah SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupten Pidie.

### 2. Teknik pengumpulan data

Setelah mendapat izin dari kepala sekolah SMA Negeri 1 Simpang Tiga kabupaten Pidie untuk melakukan penelitian selanjutnya peneliti menemui calon responden dan melakukan pengumpulan data dengan tahap sebagai berikut:

- a. Peneliti memperkenalkan diri dan menjelaskan maksud dan tujuan penelitian ini serta meminta kesediaan responden untuk berpartisipasi dalam penelitian ini.
- b. Peneliti menggunakan enumerator dalam penelitian ini, sebelum enumerator menyebarkan kuesioner penelitian, peneliti lebih dulu

mengajarkan enumerator tata cara pengisian kuesioner yang benar dan sesuai dengan prosedur penelitian.

- c. Peneliti memberi lembar persetujuan responden untuk dapat ditanda tangani oleh responden.
- d. Selanjutnya peneliti membagikan kuesioner, peneliti melakukan koreksi kembali kelengkapan jawabannya. Bila terdapat data atau jawaban yang tidak lengkap, peneliti langsung menanyakan kembali kepada responden agar dapat diisi kembali.
- e. Terakhir peneliti mengucapkan terima kasih kepada responden atas kesediaannya berpartisipasi dalam penelitian yang dilakukan peneliti. Kemudian peneliti melaporkan kembali pada kepala sekolah SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie untuk mendapatkan surat keterangan telah selesai melakukan penelitian.

## **H. Pengolahan Data dan Analisa Data**

### **1. Pengolahan data**

Menurut Sudaryono (2021) data yang telah didapatkan akan diolah dengan tahap-tahap berikut:

- a. *Editing*, Kegiatan pengeditan dimaksudkan untuk meneliti kembali atau melakukan pengecekan pada setiap jawaban yang masuk. Apabila terdapat kekeliruan akan dilakukan pencocokan segera pada responden.
- b. *Coding* merupakan kegiatan pemberian kode 1-68 pada yang terdiri atas beberapa kategori.

- c. *Transferring*, Kegiatan mengklasifikasikan jawaban, data yang telah diberi kode disusun secara berurutan dari responden pertama sampai responden terakhir untuk dimasukkan kedalam tabel sesuai dengan variabel yang diteliti.
- d. *Tabulating*, Kegiatan memindahkan data, pengelompokkan responden yang telah dibuat pada tiap-tiap variabel yang diukur dan selanjutnya dimasukkan kedalam tabel distribusi frekuensi.

## 2. Analisa Data

### a. Analisa Univariat

Univariat adalah analisis yang dilakukan untuk satu variabel atau per variabel. Analisa univariat berfungsi untuk meringkas kumpulan data hasil pengukuran sedemikian rupa sehingga kumpulan data tersebut dapat berupa ukuran statistik, tabel, grafik (Sudaryono, 2021).

Analisa data dilakukan untuk masing-masing variabel yaitu dengan melihat persentase dari setiap tabel distribusi frekuensi dengan menggunakan rumus (Sudaryono, 2021).

$$P = f/n \times 100\%$$

Keterangan:

P = persentase

f = frekuensi teramati

n = jumlah responden yang menjadi sampel

b. Analisa Bivariat

Analisa bivariat adalah analisis hasil dari variabel-variabel bebas yang diduga mempunyai hubungan dengan variabel terikat. Analisa yang digunakan adalah tabulasi silang. Untuk menguji hipotesa dilakukan analisa statistik dengan menggunakan uji data kategori *Chi square Test* ( $\chi^2$ ) pada tingkat kemaknaannya adalah 95% ( $P \leq 0,05$ ) sehingga dapat diketahui ada atau tidaknya perbedaan yang bermakna secara statistik, dengan menggunakan program komputer. Melalui perhitungan uji *Chi square* selanjutnya ditarik suatu kesimpulan bila nilai  $p$  lebih kecil atau sama dengan nilai  $\alpha$  (0,05) maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang menunjukkan ada hubungan bermakna antara variabel terikat dengan variabel bebas.

Aturan yang berlaku pada uji *Chi square* ( $\chi^2$ ) untuk program komputerisasi seperti program SPSS adalah sebagai berikut:

- 1) Bila pada tabel *contingency* 2x2 dijumpai  $e$  (harapan) kurang dari 5, maka hasil uji yang digunakan adalah *fisher exact test*.
- 2) Bila pada tabel *contingency* 2x2 dan tidak dijumpai nilai  $e$  (harapan) kurang dari 5, maka uji yang digunakan *continuity correction*.
- 3) Bila ada tabel *contingency* lebih dari 2x2, misalnya 3x2 dan lain-lain, maka hasil uji yang digunakan adalah *pearson chi square*.

- 4) Bila ada tabel *contingency* 2x3, 3x3 dan seterusnya ada sel dengan nilai frekuensi harapan (e) kurang dari 5, maka dilakukan koreksi dengan menggunakan rumus *Yate's correction* atau *likelihood ratio*.

## BAB V

### HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

#### A. Hasil Penelitian

Berdasarkan hasil penelitian yang peneliti lakukan pada 82 responden, dengan aspek yang diteliti adalah hubungan dismenore dengan aktivitas belajar pada remaja putri maka hasil penelitian dilihat pada tabel distribusi frekuensi dibawah ini :

1. Analisa Univariat
  - a. Dismenore

**Tabel 4.1**

**Distribusi frekuensi berdasarkan dismenore pada remaja putri  
SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten  
Pidie**

NO	Dismenore	Frekuensi (n)	Persentase (%)
1.	Nyeri berat	28	34,1 %
2.	Nyeri sedang	39	47,6 %
3.	Nyeri ringan	15	18,3 %
<b>Total</b>		<b>82</b>	<b>100 %</b>

*Sumber: data di olah primer 2024*

Berdasarkan tabel 4.1 menunjukkan bahwa mayoritas responden yang mengalami dismenore pada kategori nyeri sedang 39 orang (47,6 %).

## b. Aktivitas belajar

Tabel 4.2

**Distribusi frekuensi berdasarkan aktivitas belajar pada remaja putri SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie**

NO	Aktivitas belajar	Frekuensi (n)	Persentase
			(%)
			63,4 %
1.	Terganggu	52	36,6 %
2.	Tidak terganggu	30	<b>100 %</b>
<b>Total</b>		<b>82</b>	

*Sumber: data di olah primer 2024*

Berdasarkan tabel 4.2 menunjukkan bahwa mayoritas responden yang mengalami aktivitas belajar pada kategori terganggu 52 orang (63,4%).

## 2. Analisa bivariat

Tabel 4.3

**Distribusi frekuensi hubungan dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie**

Dismenore	Aktifitas Belajar				Total		P Value
	Terganggu		Tidak Terganggu		N	%	
	n	%	n	%			
<b>Nyeri berat</b>	28	100,0	0,0	0,0	28	100,0	0,000
<b>Nyeri sedang</b>	21	53,8	18	46,2	39	100,0	
<b>Nyeri ringan</b>	3	20,0	12	80,0	15	100,0	
<b>Total</b>	52	63,4	30	36,6	82	100,0	

*Sumber: data di olah primer 2024*

Berdasarkan tabel 4.3 di atas diketahui dari 82 responden terdapat responden yang mayoritas mengalami dismenore pada kategori nyeri berat dengan aktivitas belajar terganggu sebanyak 28 responden. Dengan hasil output uji statistik *Chi Square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh *P Value* sebesar 0,000, dapat disimpulkan bahwa  $p\text{ value} < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie.

### C. Pembahasan

Berdasarkan tabel 4.3 di atas diketahui dari 82 responden terdapat mayoritas yang memiliki dismenore pada kategori nyeri berat dengan aktivitas belajar terganggu sebanyak 28 responden. Dengan hasil output uji statistik *Chi Square* dengan tingkat kepercayaan 95% diperoleh *P Value* sebesar 0,000, dapat disimpulkan bahwa  $p\text{ value} < 0,05$  maka  $H_0$  ditolak dan  $H_a$  diterima, yang berarti ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie.

Dismenore berdampak pada aktivitas belajar remaja putri karena ketika seorang mengalami ketidaknyamanan pada saat menstruasi salah satunya akan mempengaruhi aktivitas belajar. Ketidaknyamanan ini berupa nyeri pada perut bagian bawah. Hal tersebut menyebabkan konsentrasi belajar di kelas menurun, misalnya tidak fokus mendengarkan pelajaran di kelas dan tidak bersemangat.

Maka pada hasil penelitian ini menunjukkan bahwa dismenore mempunyai hubungan dengan aktivitas belajar.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Vinny Indah Pradini dan Faried Rahman Hidayat 2020 dengan nilai p value hasil uji statistik shi square di dapatkan 0,000 yang artinya terdapat hubungan nyeri haid (dismenore) dengan aktivitas belajar.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian Yumna Husnul Khotimah 2019 hasil penelitian didapat yang mengalami dismenore sebanyak 154 orang dan aktivitas belajarnya terganggu, dengan nilai p value 0,004 yang artinya ada hubungan antara dismenore dengan aktivitas belajar pada mahasiswi.

Menurut pendapat peneliti dari hasil penelitian yang telah dilakukan peneliti adalah terdapat hubungan dismenore dengan aktivitas belajar dikarenakan dengan adanya nyeri yang dialami pelajar karena dismenore aktivitas belajar dalam pembelajaran bisa terganggu, dan konsentrasi belajar menjadi menurun hingga materi yang diberikan selama pembelajaran yang berlangsung tidak bisa ditangkap oleh perempuan yang sedang mengalami dismenore, sehingga menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas belajar, malas, lemas hilang semangat. Sehingga diperlukan adanya pengetahuan dan solusi bagi siswa agar dapat tercapai sistem belajar yang baik dan lancar. Peneliti berpendapat untuk mengatasi dismenore pada remaja, hendaknya remaja menjaga pola makan yang bergizi dan

mengonsumsi makanan sehat, mengelola stress dengan baik, kompres air hangat pada perut untuk mengurangi nyeri menstruasi, remaja juga hendaknya melakukan pengobatan baik dengan non farmakologi ataupun farmakologi.

#### **D. Keterbatasan Penelitian**

1. Keterbatasan biaya serta tenaga sehingga membuat penelitian ini kurang maksimal.

## **BAB VI**

### **PENUTUP**

#### **A. Kesimpulan**

Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan maka peneliti dapat menyimpulkan hasil penelitian tersebut sebagai berikut:

1. Mayoritas nyeri yang dirasakan siswi SMA Negeri 1 Mutiara Kabupaten Pidie adalah nyeri sedang sebanyak 39 orang (47,6%).
2. Mayoritas aktivitas belajar siswi terganggu saat siswi mengalami dismenore sebanyak 52 orang (63,4%).
3. Terdapat hubungan yang signifikan antara dismenore dengan aktivitas belajar di sekolah pada remaja putri SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie didapatkan hasil  $p \text{ value} = 0,000$  ( $p < 0,05$ ).

#### **B. Saran**

1. Bagi Tempat Penelitian

Disarankan bagi tempat penelitian agar meningkatkan pengetahuan, memberi penyuluhan dan konseling bagi siswi tentang kesehatan reproduksi wanita khususnya yang berhubungan dengan dismenorea, memberi dukungan, semangat, dan perhatian serta dari guru BK memfasilitasi adanya UKS yang memadai dengan disediakan berbagai obat-obatan analgesik untuk meredakan nyeri. SMA Negeri 1 Simpang Tiga hendaknya melakukan kerja sama dengan institusi terkait atau tenaga kesehatan untuk memberikan informasi mengenai nyeri menstruasi

(dismenorea) serta pemberian informasi sebaiknya sejak dini agar

menambah pengetahuan remaja putri SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie dalam mengatasi nyeri saat haid secara non farmakologis.

## 2. Bagi Responden

Diharapkan remaja putri memperbanyak pengetahuan dengan cara mengikuti posyandu remaja, membaca buku kesehatan mengenai dismenore, menjaga pola keseharian yaitu dengan selalu menjaga pola makan yang bergizi seimbang, menjaga personal hygiene dengan cara selalu memperhatikan kebersihannya supaya dapat meminimalisir terjadinya dismenore.

## 3. Bagi Institusi Pendidikan

Diharapkan hasil penelitian ini dapat digunakan menjadi bahan masukan atau RPS (rencana pembelajaran semester) bahan tambahan materi dan memperbanyak literatur di perpustakaan untuk memperluas wawasan mahasiswa dan menambah sumber referensi baru.

## 4. Bagi Penelitian Selanjutnya

Diharapkan untuk meneruskan penelitian secara mendalam dengan menambah variabel penelitian dan dengan rancangan penelitian yang lebih baik.

## DAFTAR PUSTAKA

- Ani., et al., (2022). *Manajemen Kesehatan Mentruasi*. Padang : PT Global Eksekutif Teknologi.
- Dahlia Dkk (2023). *Efektifitas Senam Dismenore Berbasis Murratal Ar-Rahman Dalam Mengurangi Dismenore Pada Remaja Putri*. Prodi D III Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Palembang.
- Fitri Niyati Dkk., (2020). *Pengaruh Dismenore Terhadap Aktivitas Belajar Mahasiswi Di Program Studi D III Kebidanan*. Program Studi D III Kebidanan, Universitas Citra Bangsa.
- Nurul Izza, Shafira Dkk., (2023). *Gambaran Gaya Hidup Dan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri*. Universitas Syiah Kuala Banda Aceh.
- Rismawati, Ayu., (2023). *Pengaruh Pemberian Air perasan Wortel (Daucus Carote) Pada Remaja Putri Di Pondok Pesantren Babussalam Kecamatan Bonang Kabupaten Demak*. Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Saputra Anggi., (2021). *Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Siswi Kelas X Dan XI SMA N Rancakalong*. Universitas ARS.
- Sulastris., (2023). *Hubungan Antara Konsetrasi Belajar Dan Aktivitas Fisik Dengan Dismenore Pada Mahasiswi Fakultas Keperawatan Universitas Hasanuddin*. Universitas Hasanuddin.
- Yani Safitri Elva., Dkk., (2022) *Hubungan Aktivitas Belajar Dengan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di Desa Kemang*. Akademi Kebidanan Prima Husada Bogor.
- Ariyati Maya., (2023) *Hubungan Derajat Nyeri Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Siswi SMP Negeri 35 Semarang*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Widya Husada Semarang.
- Afifah Nur., (2022) *Pengaruh Tingkat Nyeri Dismenore Terhadap Aktivitas Belajar Remaja Di Madrasah Aliyah Plus Keterampilan Al Irsyad Gajah Demak*. Fakultas Kedokteran Universitas Islam Sultan Agung Semarang.
- Pulungan , P, W, et al., (2020) *Ilmu Obstetri Dan Ginekologi Untuk Kebidanan*. Edited By A, Rizki, Yogyakarta. Yayasan Kita Menulis.

- Jannah Miftahul., (2021) *Remaja Dan Tugas-Tugas Perkembangannya Dalam Islam*. Universitas Islam Negeri Ar-Raniry, Banda Aceh.
- Triyana Verska & Kiding Veske., (2021) *Pengaruh Abnominal Stretching Exercise Terhadap Penurunan Dismenore Pada Remaja Putri Di Kelurahan Maluku Kecamatan Ujung Pandang Kota Makassar*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Stella Maris Makassar.
- Siregar R Anida., (2020) *Pengaruh Pemberian Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Haid (Dismenore) Pada Remaja Putri Siswi SMK Al-Fajar Sci Mencirim Deli Serdang Tahun 2020*. Politeknik Kesehatan Kemenkes RI Medan Prodi D-IV Jurusan Kebidanan Media.
- Mutia N Waode., (2020) *Tingkat Pengetahuan Terhadap Perubahan Fisik Pubertas Remaja Putri*. Poltekkes Ummi Hasanah.
- Harjianti Rita., (2021) *Hubungan Antara Nyeri Haid (Dismenore) Terhadap aktivitas Belajar*. Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan (STIKes) Yatsi Tangerang.
- Amalia, R.,(2020) *Dismenore Primer The Role Of Curcumin in Pgf2a And Pain Intensity Primary Dysmenorrhea Peron Curcumin*.
- Novianti Rini., (2021) *Analisis Penanganan Dismenore Dengan Terapi Non Farmakologi : Liberatu Riview*. Universitas Muhammadiyah Malang
- Ardini S Ni Putu., (2022) *Hubungan Nyeri Haid Dengan Aktivitas Belajar Pada Siswi Di SMPN 1 Selemadeng*. Fakultas Kesehatan, Program Studi Sarjana Keperawatan, Institut Teknologi Dan Kesehatan Bali Denpasar.
- Nursalim Dkk., (2020) *Upaya Meningkatkan Motivasi Belajar, Aktivitas Belajar Dan Prestasi Belajar Melalui Strategi Direct Instruction*. Universitas Islam Nahdiatul Ulama Jepara.
- Ningrum S Kurniawati., (2022) *Hubungan Status Gizi, Aktivitas Fisik, Dan Kebiasaan Mengonsumsi Junk Food Dengan Kejadian Dismenore Pada Siswi SMA Al Amin Paciran*. Universitas Islam Negeri Walisongo Semarang
- Salamah Zaitu., (2023) *Hubungan IMT Dan Riwayat Keluarga Dengan Dismenore Pada Remaja Di Wilayah Kerja Puskesmas Simpang Tiga Barat Kabupaten Pidie Tahun 2023*. Universitas Ubudiyah Indonesia.

- Sari Y Putri., (2021) *Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Remaja Putri SMP Darul Hijrah Putri Martapura*. Program Studi Ilmu Kesehatan, Fakultas Kedokteran Universitas Lambu Mangkurat.
- Susanti D Rosi., (2024) *Hubungan Nyeri Haid (Dismenore) Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja Putri MTs Muhammadiyah 2 Malang*. Program Studi Ilmu Kesehatan, Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas Thibhwana Tunggadewi Malang.
- Nofeni S Rahkita., (2023) *Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Pada Remaja*. Fakultas Kesehatan Universitas Harapan Bangsa Purwokerto Indonesia
- Nuzulul Rahmi & Minda Sertiani., (2022) *Hubungan Tingkat Kecemasan Dengan Gangguan Menstruasi Pada Remaja Putri Di MTs Darussa'adah Cot Tarom Kabupaten Pidie*. Universitas Ubudiyah Indonesia.
- Linda Lestari & Sinta A Setiawan., (2024) *Hubungan Nyeri Haid (Dismenore) Dengan Aktivitas Belajar Sehari-hari Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 3 Pulung*. Akademi Kebidanan Harapan Mulya Ponorogo.



**HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR DI  
SEKOLAH PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1  
SIMPANG TIGA KECAMATAN SIMPANG TIGA  
KABUPATEN PIDIE**

**RANCANGAN ANGGARAN BIAYA**

<b>No</b>	<b>Kegiatan Penelitian</b>	<b>Harga</b>
1.	Biaya Semiar dan Sidang	Rp. 1.600.000
2.	Biaya Studi Kepustakaan	
	- Foto copy bahan	Rp. 40.000
	- Foto copy internet	Rp. 55.000
3.	Biaya Penyusunan Skripsi	
	- Print	Rp. 250.000
	- Foto copy kuesioner	Rp. 45.000
	- Foto copy seminar 3 rangkap	Rp. 100.000
	<b>Total</b>	<b>Rp. 2.290.000.</b>

Mengetahui,  
Pembimbing

Sigli, Oktober 2025  
Penulis

**Ns. Putri Zahara. M. K.M**

**RITA MEIVERA**

**LEMBARAN PERMOHONAN MENJADI RESPONDEN**

Kepada Yth,  
Saudara/i Calon Responden Penelitian  
di-

Tempat

Saya yang bertanda tangan di bawah ini adalah mahasiswa Jurusan Ilmu  
Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam Sigli.

Nama : Rita Meivera

NIM : 22010071

Akan mengadakan penelitian dengan judul **“Hubungan Dismenore Dengan  
Aktivitas Belajar Di Sekolah Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1 Simpang Tiga  
Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie”**.

Penelitian ini tidak menimbulkan kerugian bagi responden, kerahasiaan  
informasi yang diberikan akan dijaga dan hanya digunakan untuk kepentingan  
peneliti ini, jika masyarakat bersedia menjadi responden, maka mohon  
menjawab pertanyaan yang saya sediakan.

Atas perhatian dan kesediaan para masyarakat sebagai responden, saya  
ucapkan terima kasih.

Mahasiswa

**RITA MEIVERA**  
NIM: 22010071

**LEMBARAN PERSETUJUAN RESPONDEN**

Saya yang bertanda tangan di bawah ini menyatakan bersedia menjadi Responden untuk ikut berpartisipasi dalam pencarian data yang dilakukan Mahasiswa Jurusan Ilmu Keperawatan Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Medika Nurul Islam Sigli yang bernama :

Nama : RITA MEIVERA

Nim : 22010071

Judul Penelitian :  
**Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar  
Di Sekolah Pada Remaja Putri Di Sma Negeri 1  
Simpang Tiga Kecamatan Simpang Tiga  
Kabupaten Pidie.**

Saya mengerti bahwa catatan/ data mengenai penelitian ini akan dirahasiakan, dan informasi yang saya berikan akan sangat besar manfaatnya bagi pengembangan ilmu kesehatan di Indonesia umumnya dan masyarakat Aceh pada khususnya. Demikian secara suka rela dan tidak ada unsur paksaan dari siapapun, saya bersedia berperan serta dalam hal ini.

Sigli, Oktober 2025

Responden

---

**KUESIONER PENELITIAN**

**HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR  
DI SEKOLAH PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 1  
SIMPANG TIGA KECAMATAN SIMPANG TIGA  
KABUPATEN PIDIE**

Tanggal :

Petunjuk pengisian

- a. Isilah tanda checklist ( $\surd$ ) pada kolom jawaban yang sesuai dengan keadaan anda
- b. Isilah semua pertanyaan yang ada titik-titiknya berdasarkan kondisi anda yang sebenarnya
- c. Bacalah dengan teliti setiap pertanyaan sehingga tidak ada yang terlupakan

**A. Karakteristik Responden**

1. Usia :.....
2. Kelas : ( ) X ( ) XI
3. Status Obsetrin:
  - a. Usia menarche (pertama kali haid) : ..... tahun
  - b. Lama Pendarahan Menstruasi :  
( ) 3-5 hari ( ) 6-5 hari ( ) > 8 hari
  - c. Rasa sakit pada dismenore  
( ) Menetap ( ) Hilang Timbul ( ) Tidak timbul

## B. Intensitas Nyeri

Petunjuk pengisian

Lingkari salah satu titik pada angka yang menggambarkan tingkatnyeri yang adik-adik rasakan saat menstruasi

Keterangan

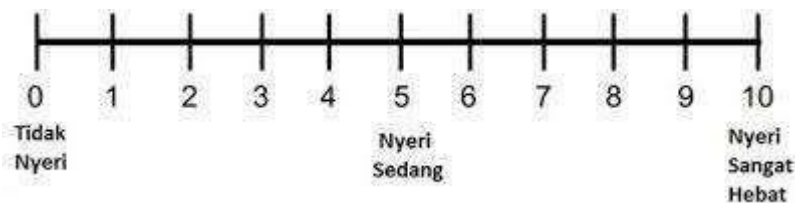
0 : nyeri ringan

1 - 3 : nyeri ringan

4 – 6 : nyeri sedang

7 – 9 : nyeri berat

10 : nyeri berat sekali



Penjelasan karakteristik tingkat nyeri

No	Tingkat Nyeri	Nilai Nyeri	Karakteristik
1.	Tidak nyeri	0	Tidak ada nyeri yang di rasakan
2.	Nyeri ringan	1 – 3	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Nyeri dirasakan tetapi tidak mengganggu kegiatan yang dilakukan.</li><li>2. Dapat berkomunikasi dengan baik.</li><li>3. Dapat mengikuti perintah dengan baik.</li><li>4. Dapat menunjukan lokasi nyeri dengan tepat dan mendeskripsikannya</li></ol>
3.	Nyeri sedang	4 – 6	<ol style="list-style-type: none"><li>1. Nyeri menyebabkan kegiatan yang dilakukan menjadi lambat terselesaikan.</li><li>2. Masih dapat mengikuti perintah dengan baik.</li></ol>

			3. Dapat menunjukkan lokasi nyeri dengan tepat dan mendeskripsikannya mendesis, menyeringai.
4.	Nyeri berat	7 – 9	1. Nyeri menyebabkan tidak dapat melakukan kegiatan sehari- hari. 2. Masih responsive terhadap tindakan manual. 3. Menunjukkan lokasi nyeri dengan tepat namun tidak dapat mendeskripsikanya. 4. Tidak dapat mengikuti perintah. 5. Tidak dapat mengatur posisi dengan baik, napas panjang, dan selalu mengalihkan perhatian.
5.	Nyeri berat sekali	10	1. Tidak mampu berkomunikasi dengan baik. 2. Tidak dapat menunjukkan lokasi nyeri.

### C. Aktivitas Belajar

Petunjuk pengisian :

- a. Bacalah dengan teliti pertanyaan berikut
- b. Jawablah semua pertanyaan yang ada dengan memberi tanda checklist (√) pada jawabanyang dianggap tepat dan benar

No	Penyataan	Ya	Tidak
1.	Menghadiri semua aktivitas belajar waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
2.	Berse semangat dalam mengikuti pelajaran di kelas waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
3.	Mendengarkan penjelasan materi yang disampaikan guru dengan baik waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
4.	Tidak mampu memperhatikan gambar/skema dan tulisan yang ditampilkan oleh guru saat mengajar waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
5.	Tidak mampu menghafal skema dan tulisan yang ditampilkan oleh guru saat mengajar waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
6.	Mampu menggambar sesuai dengan penugasan di kelas waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
7.	Tidak mampu menyalin/membuat catatan materi pelajaran yang disampaikan guru waktu saya		

	mengalami <i>dismenorea</i>		
8.	Mampu membuat dan menganalisa skema dari materi pelajaran yang disampaikan guru waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
9.	Mampu menyelesaikan tugas-tugas yang diberikan oleh guru di kelas waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
10.	Menunda mengerjakan tugas yang diberikan guru waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
11.	Tidak mampu berdiskusi dengan teman ketika menghadapi masalah dalam mengerjakan tugas di kelas waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
12.	Mampu bertanya tentang materi-materi yang tidak dipahami waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
13.	Mampu memberikan respon/jawaban dari pertanyaan yang diberikan guru waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
14.	Mendengarkan dan mampu mengambil kesimpulan dari materi yang disampaikan guru waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
15.	Tidak berani mempresentasikan hasil diskusi kelompok di depan kelas waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
16.	Mendengarkan hasil diskusi kelompok dengan baik waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
17.	Mampu mengemukakan pendapat, saran dalam berdiskusi kelompok waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
18.	Mampu menulis kesimpulan yang di bahas dalam diskusi		
19.	Mampu mengingat tentang materi pelajaran yang telah di ajarkan waktu saya mengalami <i>dismenorea</i>		
20.	Apakah prestasi belajar menurun dibuktikan dengan menurunnya nilai MID semester		
21.	Apakah menggunakan obat penghilang rasa sakit untuk menghilangkan rasa sakit		



**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)  
MEDIKA NURUL ISLAM**

Jl. Lingkar Cot Teungoh No. 15 Sigli Kabupaten Pidie  
Email : [stikesmnisigli@gmail.com](mailto:stikesmnisigli@gmail.com) Laman : [stikesmni.ac.id](http://stikesmni.ac.id)  
Telp/Fax : (0653) 7829637

Nomor : 111 /MNI.05.04/PP.05.02.00/2025

Lamp : -

Hal : **Studi Pendahuluan**

Kepada Yth :  
Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Simpang Tiga  
Di-  
Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Sehubungan dengan akan dilakukan penyusunan Skripsi bagi mahasiswa S1 Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam Sigli Tahun Ajaran 2025/2026 yang merupakan salah satu syarat akademik, mahasiswa yang tersebut namanya di bawah ini :

Nama : RITA MEIVERA  
NIM : 22010071

Sedang menyusun proposal penelitian dengan judul **"Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Di Sekolah Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie"**

Berkenaan dengan hal tersebut di atas, maka mohon untuk diberikan izin bagi mahasiswa yang bersangkutan dapat melakukan pengambilan data awal guna penyusunan dan penyelesaian tugas akhir. Data yang diperoleh hanya digunakan untuk Studi Ilmiah dan tidak dipublikasikan.

Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terima kasih.

Sigli, 13 Juni 2025

Wakil Ketua I

STIKes Medika Nurul Islam

  
**Kasrawati, M.Si**

NIDN: 0103129101



PEMERINTAH ACEH  
DINAS PENDIDIKAN  
SMA NEGERI 1 SIMPANG TIGA



Jln.Sigli Kembang Tanjung Km,6,5 Telp .(0653) 22048. Kode Pos 24181.

SURAT KETERANGAN PENGAMBILAN DATA AWAL

NOMOR : 421.3 / **561** / 2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :

Nama : Multhaza, S.Pd, M.Pd  
NIP : 19911117 201504 1 001  
Pangkat / Gol. : Penata / III.c  
Jabatan : Plt.Kepala Sekolah  
Unit : SMA Negeri I Simpang Tiga.Kab.Pidie

Dengan ini menerangkan bahwa :

Nama : Rita Meivera  
NIM : 22010071  
Prodi/Jurusan : S-1 Keperawatan  
Judul Proposal Penelitian : "**Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Di Sekolah Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie "**  
Tempat Penelitian : SMA Negeri I Simpang Tiga.

Bedasarkan Surat dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ( STIKes ) Medika Nurul Islam Sigli Kabupaten Pidie Nomor : IIII/MNI.05.04/PP.05.02.00/2025.Tanggal 13 Juni 2025. Perihal Studi Pendahuluan dan Izin Mahasiswa Melakukan Pengambilan data Awal yang namanya tersebut diatas telah melakukan Pengambilan Data pada SMAN 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie, pada tanggal 19 Juni 2025 dalam rangka Penyusunan Proposal Penelitian.

Demikianlah surat keterangan ini kami perbuat dan diberikan kepada yang bersangkutan agar dapat dipergunakan seperlunya.

Simpang Tiga, 21 Juni 2025  
Plt.Kepala Sekolah





**SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN (STIKes)  
MEDIKA NURUL ISLAM**

Jl. Lingkar Cot Teungoh No. 15 Sigli Kabupaten Pidie  
Email : [stikesmnisigli@gmail.com](mailto:stikesmnisigli@gmail.com) Laman : [stikesmni.ac.id](http://stikesmni.ac.id)  
Telp/Fax : (0653) 7829637

Nomor : 673 /MNI.05.02/PP.05.00/2025  
Lamp : -  
Hal : **Izin Penelitian**

Kepada Yth :  
Kepala Sekolah SMA Negeri 1 Simpang Tiga  
Di-

Tempat

Assalamu'alaikum Wr.Wb

Dengan ini kami memberitahukan bahwa Mahasiswa/i S1 Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam Sigli Tahun Akademik 2025/2026 akan melaksanakan kegiatan Penyusunan Tugas Akhir sebagai Persyaratan Akademik.

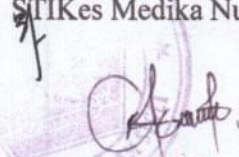
Berkenaan dengan hal tersebut diatas, maka mohon untuk diberikan izin bagi mahasiswa/i kami di bawah ini :

Nama : Rita meivera  
NIM : 22010071  
Judul Skripsi : Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Di Sekolah Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie.

Tempat : Sekolah SMA Negeri 1 Simpang Tiga

Untuk dapat melakukan penelitian guna penyusunan dan penyelesaian Tugas Akhir. Demikian atas perhatian dan kerjasamanya, kami ucapkan terimakasih.

Sigli, 04 Agustus 2025  
Wakil Ketua I  
STIKes Medika Nurul Islam

  
**Kasrawati, M.Si**  
NIDN: 0103129101



PEMERINTAH ACEH  
DINAS PENDIDIKAN  
SMA NEGERI 1 SIMPANG TIGA



Jln.Sigli Kembang Tanjung Km,6,5 Telp .(0653) 22048. Kode Pos 24181.

SURAT KETERANGAN TELAH MELAKSANAKAN PENELITIAN

NOMOR : 421.3 / 807 / 2025

Yang bertanda tangan dibawah ini :

N a m a : Multhaza, S.Pd, M.Pd  
N I P : 19911117 201504 1 001  
Pangkat / Gol. : Penata / III.c  
Jabatan : Plt.Kepala Sekolah  
Unit : SMA Negeri I Simpang Tiga.Kab.Pidie

Dengan ini menerangkan bahwa :

N a m a : Rita Meivera  
NIM : 22010071  
Tempat Penelitian : SMA Negeri 1 Simpang Tiga.  
Judul Skripsi : Hubungan Dismenore Dengan Aktivitas Belajar Di Sekolah Pada Remaja Putri Di SMA Negeri 1 Simpang Tiga Kecamatan Simpang Tiga Kabupaten Pidie.

Bedasarkan Surat dari Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan ( STIKes ) MEDIKA NURUL ISLAM Kabupaten Pidie Nomor 673/MNI.05.02/PP.05.00/2025 Tanggal 04 Agustus 2025, Perihal Izin Melaksanakan Penelitian Mahasiswa/i S1 Keperawatan STIKes Medika Nurul Islam Sigli Tahun Akademik 2025/2026, yang namanya tersebut diatas telah melaksakan Penelitian pada SMAN 1 Simpang Tiga Kabupaten Pidie, Sejak tanggal 25 Agustus s/d 01 September 2025 dalam rangka Penyusunan Skripsi.

Demikianlah surat keterangan ini kami perbuat dan diberikan kepada yang bersangkutan agar dapat dipergunakan seperlunya.

Simpang Tiga, 02 September 2025  
Plt.Kepala Sekolah

Multhaza, S.Pd, M.Pd  
NIP. 19911117 201504 1 001



**Master Tabel**  
**HUBUNGAN DISMENORE DENGAN AKTIVITAS BELAJAR DI SEKOLAH PADA REMAJA PUTRI**  
**DI SMA NEGERI 1 SIMPANG TIGA KABUPATEN PIDIE**

No res	DISMENORE		Aktivitas belajar																			JUMLAH	KETERANGAN		
	SKAL A	KETERANGAN	P 1	P 2	P 3	P 4	P 5	P 6	P 7	P 8	P 9	P10	P11	P12	P13	P14	P15	P16	P17	P18	P19			P20	P21
1	6	SEDANG	1	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	1	0	10	TERGANGGU
2	3	RINGAN	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	11	TERGANGGU
3	6	SEDANG	0	1	1	1	0	1	1	0	1	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	12	TIDAK TERGANGGU
4	9	BERAT	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	10	TERGANGGU
5	7	BERAT	0	1	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	7	TERGANGGU
6	6	SEDANG	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	1	0	1	5	TERGANGGU
7	8	BERAT	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	1	5	TERGANGGU
8	3	RINGAN	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	14	TIDAK TERGANGGU
9	4	SEDANG	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	10	TERGANGGU
10	6	SEDANG	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	15	TIDAK TERGANGGU
11	8	BERAT	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	10	TERGANGGU
12	6	SEDANG	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	5	TERGANGGU
13	8	BERAT	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	0	0	0	1	0	5	TERGANGGU
14	6	SEDANG	0	0	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	8	TERGANGGU
15	3	RINGAN	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	1	0	1	0	7	TERGANGGU
16	6	SEDANG	0	1	1	1	0	0	1	0	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	11	TERGANGGU
17	8	BERAT	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	12	TERGANGGU
18	5	SEDANG	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	0	1	1	16	TIDAK TERGANGGU
19	5	SEDANG	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	1	0	1	1	12	TIDAK TERGANGGU
20	5	SEDANG	1	0	1	1	0	0	0	0	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	11	TERGANGGU
21	6	SEDANG	1	1	1	0	0	0	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	1	0	1	0	10	TERGANGGU
22	8	BERAT	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	1	1	5	TERGANGGU
23	3	RINGAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	TIDAK TERGANGGU
24	7	BERAT	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	1	4	TERGANGGU
25	6	SEDANG	1	0	1	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	0	1	0	11	TERGANGGU
26	7	BERAT	1	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	1	0	0	0	9	TERGANGGU
27	5	SEDANG	1	0	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	1	1	12	TIDAK TERGANGGU
28	8	BERAT	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	6	TERGANGGU
29	7	BERAT	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	4	TERGANGGU
30	7	BERAT	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	5	TERGANGGU
31	9	BERAT	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	0	5	TERGANGGU
32	6	SEDANG	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	1	5	TERGANGGU
33	6	SEDANG	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	9	TERGANGGU
34	4	SEDANG	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	14	TIDAK TERGANGGU
35	8	BERAT	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	1	0	1	0	9	TERGANGGU	
36	2	RINGAN	1	1	0	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	14	TIDAK TERGANGGU
37	6	SEDANG	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	1	7	TERGANGGU
38	4	SEDANG	1	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	0	1	1	1	12	TIDAK TERGANGGU
39	5	SEDANG	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	10	TERGANGGU
40	3	RINGAN	0	1	1	1	1	1	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	1	1	0	15	TIDAK TERGANGGU
41	5	SEDANG	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	0	0	1	1	1	0	1	1	1	13	TIDAK TERGANGGU

42	3	RINGAN	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	1	14	TIDAK TERGANGGU
43	5	SEDANG	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	1	0	4	TERGANGGU
44	7	BERAT	0	0	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	1	9	TERGANGGU
45	7	BERAT	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	9	TERGANGGU
46	3	RINGAN	1	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	17	TIDAK TERGANGGU
47	5	SEDANG	1	0	1	0	0	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	1	14	TIDAK TERGANGGU
48	5	SEDANG	1	0	0	0	1	1	1	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	12	TIDAK TERGANGGU
49	8	BERAT	1	0	0	1	1	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	0	1	9	TERGANGGU	
50	3	RINGAN	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	TIDAK TERGANGGU
51	5	SEDANG	1	0	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	0	0	1	9	TERGANGGU
52	6	SEDANG	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	1	1	1	1	0	1	1	18	TIDAK TERGANGGU
53	4	SEDANG	1	0	1	1	0	1	1	1	1	0	1	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	13	TIDAK TERGANGGU
54	3	RINGAN	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	6	TERGANGGU	
55	3	RINGAN	1	0	0	1	1	1	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	12	TIDAK TERGANGGU
56	8	BERAT	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	2	TERGANGGU
57	7	BERAT	0	0	1	0	0	1	1	0	1	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	1	11	TERGANGGU
58	4	SEDANG	1	0	0	0	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	13	TIDAK TERGANGGU
59	6	SEDANG	1	0	0	0	1	1	0	0	0	0	0	0	0	1	1	0	0	1	0	0	1	7	TERGANGGU
60	7	BERAT	1	0	0	1	0	1	0	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	0	1	0	8	TERGANGGU	
61	4	SEDANG	1	0	0	0	1	0	1	0	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	11	TERGANGGU
62	4	SEDANG	1	0	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	1	20	TIDAK TERGANGGU
63	7	BERAT	0	0	1	0	1	0	1	1	0	0	1	0	1	1	0	0	1	0	0	0	0	8	TERGANGGU
64	6	SEDANG	1	0	0	0	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	0	0	0	0	1	1	10	TERGANGGU
65	3	RINGAN	1	0	1	0	1	0	1	0	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	1	1	1	14	TIDAK TERGANGGU
66	5	SEDANG	1	0	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	1	0	12	TIDAK TERGANGGU
67	8	BERAT	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	2	TERGANGGU
68	4	SEDANG	1	1	1	0	1	0	0	1	1	0	0	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	14	TIDAK TERGANGGU
69	3	RINGAN	1	1	1	1	1	1	0	1	1	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	1	1	17	TIDAK TERGANGGU
70	7	BERAT	0	0	1	0	0	1	0	0	0	1	1	0	1	1	0	1	0	1	0	0	0	8	TERGANGGU
71	8	BERAT	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	8	TERGANGGU
72	6	SEDANG	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	9	TERGANGGU	
73	5	RINGAN	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	0	1	1	0	0	1	0	0	12	TIDAK TERGANGGU
74	7	BERAT	0	0	1	0	0	0	0	0	1	0	1	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	5	TERGANGGU
75	4	SEDANG	1	0	1	1	0	1	0	0	1	0	0	1	1	1	0	1	0	1	0	1	1	12	TIDAK TERGANGGU
76	6	SEDANG	1	0	1	0	1	1	1	1	0	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	0	11	TERGANGGU
77	3	RINGAN	1	1	1	1	1	1	1	1	1	0	0	1	1	1	0	1	1	1	0	1	1	17	TIDAK TERGANGGU
78	5	SEDANG	1	0	1	0	0	0	0	0	1	0	0	1	1	0	0	1	0	1	0	1	1	9	TERGANGGU
79	8	BERAT	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	1	0	0	0	5	TERGANGGU
80	6	SEDANG	1	0	1	1	0	0	1	1	1	0	0	0	1	1	0	1	0	1	0	1	1	12	TIDAK TERGANGGU
81	7	BERAT	0	0	1	0	0	0	0	0	0	0	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	3	TERGANGGU
82	8	BERAT	0	0	1	0	0	0	0	0	0	1	0	0	1	0	0	0	0	1	0	0	0	4	TERGANGGU

Keterangan :

Dismenore : a. Tidak nyeri = nilai nyeri 0  
 b. Nyeri ringan = nilai nyeri 1-3  
 c. Nyeri sedang = nilai nyeri 4-6  
 d. Nyeri berat = nilai nyeri 7-9

Aktivitas Belajar : a. Terganggu  $\geq 12$   
 b. Tidak Terganggu  $\leq 11$

## Frequencies

## Statistics

		AKTIVITAS_BELAJAR	DISMENOIRE
N	Valid	82	82
	Missing	0	0

## Frequency Table

## DISMENOIRE

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	BERAT	28	34.1	34.1	34.1
	RINGAN	15	18.3	18.3	52.4
	SEDANG	39	47.6	47.6	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

## AKTIVITAS\_BELAJAR

		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	TERGANGGU	52	63.4	63.4	63.4
	TIDAK TERGANGGU	30	36.6	36.6	100.0
	Total	82	100.0	100.0	

### Chi-Square Tests

CROSSTABS

/TABLES=DISMENOIRE BY AKTIVITAS\_BELAJAR

/FORMAT=AVALUE TABLES

/STATISTICS=CHISQ

/CELLS=COUNT ROW

/COUNT ROUND CELL.

### Crosstabs

#### Case Processing Summary

	Cases					
	Valid		Missing		Total	
	N	Percent	N	Percent	N	Percent
DISMENOIRE * AKTIVITAS_BELAJAR	82	100.0%	0	0.0%	82	100.0%

#### DISMENOIRE \* AKTIVITAS\_BELAJAR Crosstabulation

DISMENOIRE	BERAT	Count	28	0	28
		% within DISMENOIRE	100.0%	0.0%	100.0%
	RINGAN	Count	3	12	15
		% within DISMENOIRE	20.0%	80.0%	100.0%
	SEDANG	Count	21	18	39
		% within DISMENOIRE	53.8%	46.2%	100.0%
Total		Count	52	30	82
		% within DISMENOIRE	63.4%	36.6%	100.0%

	Value	df	Asymp. Sig. (2-sided)
Pearson Chi-Square	29.879 <sup>a</sup>	2	.000
Likelihood Ratio	38.854	2	.000
N of Valid Cases	82		

a. 0 cells (.0%) have expected count less than 5. The

minimum expected count is 5,49.

## DOKUMENTASI PENELITIAN

