

EFIKASI DIRI DAN KECEMASAN TERHADAP KEJADIAN DISMENORE SISWI SMP NEGERI 5 SAMARINDA

Julia Rika Pratiwi¹, Ns. Andi Parellangi², Evi Renita Br Lingga³, Faridah Hariyani⁴

¹⁾³⁾⁴⁾Jurusan Kebidanan, Poltekkes Kemenkes Kaltim, Jl. Wolter Monginsidi No.38,
75123

²⁾ Jurusan Keperawatan, Poltekkes Kemenkes Kaltim, Jl. Wolter Monginsidi No.38,
75123

email: julia.rika27@gmail.com

Abstract

Many women who experience dysmenorrhea do not report or visit a doctor or health worker and tend to underestimate it. This research aim to Analyzing correlation of self-efficacy and anxiety with the occurrence of dysmenorrhea. This research is quantitative research with crosssectional approach. The sample of this research was 106 respondents taken with random sampling. Data collection uses questionnaires analyzed using ordinal logistic regression tests. It was found that almost all respondents had high classification self-efficacy as many as 94 people (88.7%) and almost half of respondents 44 people (46.8%) who had high self-efficacy experienced moderate menstrual pain. While the anxious variable found that almost half of the respondents were 30 (28.3%) who experienced mild anxiety and a small number of respondents as many as 15 people who experienced severe anxiety also experienced moderate menstrual pain. The results of statistical data processing tests that use Ordinal Logistic Regression Test of Pvalue = 0.205 which means P value > α (0.05). It can be concluded that H_0 is accepted, which means that there is no significant relationship between self-efficacy and anxiety with the incidence of dysmenorrhea in students in Junior High School 5.

Keywords : Self Efficacy, Anxiety, Dysmenorrhea

Abstrak

Wanita yang mengalami *dismenore* tidak melaporkan atau berkunjung ke dokter atau tenaga kesehatan dan cenderung meremehkannya. Tujuan Penelitian adalah menganalisa hubungan efikasi diri dan cemas dengan kejadian *dismenore*. Jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan *crosssectional*. Sampel yang digunakan sebanyak 106 responden diambil dengan tehnik *stratifikasi random sampling*. Pengumpulan data menggunakan kuisioner yang dianalisis dengan menggunakan uji *regresi logistik ordinal*. Hasil penelitian menunjukkan bahwa hampir seluruh responden memiliki efikasi diri klasifikasi tinggi yaitu sebanyak 94 orang (88,7%) dan hampir sebagian responden yaitu sebanyak 44 orang (46,8%) yang memiliki efikasi diri tinggi mengalami nyeri haid sedang. Sedangkan variabel cemas didapatkan hampir sebagian responden yaitu sebanyak 30 orang (28,3%) mengalami cemas ringan dan sebagian kecil responden yaitu sebanyak 15 orang yang mengalami cemas berat juga mengalami nyeri haid sedang. Hasil uji statistik pengolahan data yang menggunakan perhitungan *Uji Regresi Logistik Ordinal* diperoleh nilai *P value* = 0,205 yang berarti *P value* > α (0,05). Dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yang artinya tidak terdapat hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan cemas dengan kejadian *dismenore* pada siswi di SMP Negeri 5.

Kata kunci : *Dismenore*, Efikasi Diri, Kecemasan

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan suatu fase perkembangan yang ditandai dengan percepatan perkembangan fisik,

kognitif, sosial, dan emosional. Perkembangan pada fisik paling awal terjadi yaitu muncul tandatanda seks

sekunder baik pada remaja putri atau remaja putra, dan mulai berfungsinya alat reproduksi. Munculnya tanda-tanda seks sekunder pada remaja menunjukkan bahwa alat reproduksi akan segera aktif (Fieldman, 2009).

Pada remaja putri, *menarche* merupakan tanda awal bahwa alat reproduksi telah aktif. *Menarche* merupakan peristiwa menstruasi pertama kali terjadi pada wanita (Papalia dkk., 2009). Pada umumnya, menstruasi dimulai antara usia 12-15 tahun. Usia tersebut bergantung pada berbagai faktor seperti kesehatan wanita, status nutrisi dan berat tubuh relatif terhadap tinggi tubuh, dan biasanya menstruasi berlangsung sampai usia sekitar 45-50 tahun (Progestian, 2010).

Menstruasi pada remaja putri dapat menimbulkan masalah, salah satunya adalah *dismenore* (Hendrik, 2006). *Dismenore* adalah kekakuan atau kejang di bagian bawah perut dan terjadi pada waktu menjelang atau selama menstruasi (Marlina, 2013). *Dismenore* dibagi dua yaitu, *dismenore* primer dan *dismenore* sekunder. Klasifikasi *dismenore* berdasarkan penyebab munculnya terbagi dua yaitu, *dismenore* primer dan *dismenore* sekunder.

Kejadian nyeri haid cukup tinggi. Data dari *World Health Organization* (WHO) menunjukkan bahwa rata-rata insidensi terjadinya *dismenore* pada wanita muda antara 16,8-81%. Rata-rata di negara-negara Eropa kejadian nyeri haid terjadi pada 45-97% wanita dengan prevalensi terendah di Bulgaria (8,8%) dan tertinggi mencapai 94% di negara Finlandia. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Indonesia terdapat 90% wanita pernah mengalami *dismenore*. Di Surabaya terdapat 1,07% - 1,31% dari jumlah wanita yang mengalami *dismenore* datang ke bagian kebidanan (Riyanto, 2008). Tetapi banyak wanita yang mengalami *dismenore* tidak melaporkan atau berkunjung ke dokter atau tenaga kesehatan dan cenderung meremehkannya (Anurogo & Wulandari, 2011).

Berdasarkan survei awal yang dilakukan oleh peneliti pada Mahasiswi Fakultas Keperawatan, Psikologi, dan Farmasi Universitas Katolik Widya Mandala Surabaya, dari 313 mahasiswi terdapat 264 (84,35%) diantaranya mengalami *dismenore* dan sisanya tidak mengalami *dismenore*. Di Fakultas Keperawatan terdapat 76 (84,44%) dari

90 mahasiswi, di Fakultas Psikologi terdapat 92 (84,40%) dari 109 mahasiswi, dan di Fakultas Farmasi terdapat 96 (84,21%) dari 114 mahasiswi yang mengalami *dismenore*. Berdasarkan survei awal yang sudah dilakukan, prevalensi tertinggi mahasiswi yang mengalami *dismenore* adalah Fakultas Keperawatan. Mereka mengatakan bahwa *dismenore* dianggap sebagai suatu masalah yang dapat mengganggu aktivitas. Dampak yang terjadi jika *dismenore* tidak ditangani dapat menimbulkan konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan yang dialami dapat memainkan peranan serta menimbulkan perasaan yang tidak nyaman dan asing bagi penderita *dismenore*. Ketegangan biasanya menambah parahnya keadaan yang buruk setiap saat. Sedikit tidak merasa nyaman dapat dengan cepat berkembang menjadi suatu masalah besar dengan segala kekesalan yang menyertainya, dengan demikian kegelisahan, perasaan tidak gembira, atau juga perasaan tertekan semua itu bukanlah hal yang tidak biasa. Oleh karena itu pada usia remaja *dismenore* harus ditangani agar tidak terjadi

dampak seperti hal-hal yang diatas (Knight, 2006).

Saat individu mengalami nyeri, individu membutuhkan kemampuan kognitif untuk mengontrol dampak negatif yang muncul akibat nyeri (Ninawati, 2006). Kemampuan kognitif yang digunakan berfungsi untuk mengenali respon emosional, dipengaruhi oleh pikiran dan untuk melatih mengendalikan gangguan yang berasal dari nyeri yang mereka alami (Gallagher, 2005). Salah satu kemampuan kognitif yang dapat digunakan untuk mengontrol rasa nyeri adalah efikasi diri. Efikasi diri adalah keyakinan individu terhadap kemampuan yang dimiliki dalam melaksanakan dan menyelesaikan tugas atau tuntutan situasi yang dihadapi, sehingga mampu mengatasi hambatan dan mencapai tujuan yang diharapkan (Velayati, 2013). Efikasi diri dinilai sebagai mediator yang potensial terhadap toleransi nyeri atau *pain tolerance*. Peran efikasi diri sebagai toleransi terhadap rasa nyeri berfungsi untuk mengurangi perasaan tidak nyaman akibat nyeri, motivasi diri untuk sehat, dan mencari pengobatan (Bandura, 1987). Efikasi diri telah banyak diteliti secara luas pada

penderita nyeri kronis seperti bagaimana peran efikasi diri pada penderita nyeri terhadap munculnya stress, depresi, serta dampaknya pada fungsi sehari-hari. Tetapi belum ada yang spesifik membahas bagaimana pengaruh efikasi diri dan cemas pada remaja yang mengalami dismenore karena itu peneliti tertarik melakukan penelitian. Berdasarkan hasil studi pendahuluan didapatkan data dari dinas pendidikan Kota Samarinda populasi siswi kelas VII dan VIII terbesar adalah di SMP Negeri 5 Samarinda karena itu peneliti akan melakukan penelitian yang berjudul “Hubungan efikasi diri dan cemas dengan kejadian *dismenore* pada siswi kelas VII dan VIII di SMP Negeri 5 Samarinda tahun 2019”.

METODE PENELITIAN

Jenis penelitian yang dipakai dalam penelitian ini adalah kuantitatif dengan pendekatan *crosssectional*. Penelitian ini dilakukan pada tanggal 15 April 2019 adapun tempat penelitian dilaksanakan di SMP Negeri 5 Samarinda. Populasi penelitian ini adalah seluruh siswi kelas VII dan VIII SMPN 5 Samarinda sebanyak 145 orang. Sample penelitian yang digunakan pada penelitian ini

didasarkan pada kriteria inklusi sebagai berikut :

- 1) Siswi kelas VII atau VIII di SMPN 5 Samarinda
- 2) Remaja perempuan usia 12-15 tahun
- 3) Mengalami atau tidak mengalami gangguan nyeri haid (*Dismenore*) pada saat menstruasi.
- 4) Bersedia menjadi responden penelitian

Besarnya sampel dalam penelitian ini ditentukan dengan rumus *slovin* sebagai berikut :

$$n = \frac{N}{1 + Ne^2}$$

Dimana

n= Jumlah elemen/anggota sampel

N= Jumlah elemen/anggota populasi

e = error level (tingkat kesalahan) (catatan: umumnya digunakan 1% atau 0,01, 5% atau 0,05 dan 10% atau 0,1

$$n = \frac{145}{1 + 145 \cdot (0,05)^2}$$

$$n = \frac{145}{1 + 145 \times 0,0025}$$

$$n = \frac{145}{1,3625}$$

$$n = 106$$

Jadi jumlah keseluruhan responden dalam penelitian ini adalah 106 responden. Variabel bebas dalam penelitian ini adalah efikasi diri dan cemas dan variabel terikat dalam penelitian ini adalah *dismenore*.

HASIL PENELITIAN DAN PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

1. Analisis Univariat

a. Karakteristik Responden

Sebelum dijelaskan hasil penelitian, maka akan dijelaskan terlebih dahulu karakteristik responden yang meliputi usia, efikasi diri, cemas dan *dismenore*.

Tabel 4.1
Distribusi Responden Berdasarkan Usia pada siswi di SMP Negeri 5Kota Samarinda Kalimantan Timur Tahun 2019

Usia	Jumlah	Persentase
13 tahun	50	47,1 %
>13 tahun	56	52,8 %
Jumlah	106	100 %

Berdasarkan tabel 4.1 dari 106 responden, untuk usia hampir sebagian responden yaitu 56 orang berusia >13

tahun (52,8%), dan sebagian responden sebanyak 50 orang berusia 13 tahun (47,1%).

b. Identifikasi Efikasi Diri

Tabel 4.2
Distribusi Responden Berdasarkan Efikasi Diri pada Siswi di SMP Negeri 5 Kota Samarinda Kalimantan Timur Tahun 2019

Efikasi Diri	Jumlah	Persentase
Tinggi	94	88,7 %
Rendah	12	11,3 %
Jumlah	106	100 %

Berdasarkan hasil analisis variabel efikasi diri terhadap 106 responden, diketahui hampir seluruh responden yaitu 94 orang (88,7%) dengan efikasi

diri klasifikasi tinggi dan sebagian kecil yaitu sebanyak 12 orang (11,3%) dengan efikasi diri klasifikasi rendah.

C. Identifikasi Cemas

Tabel 4.3
Distribusi Respoden Berdasarkan Cemas pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Samarinda Kalimantan Timur Tahun 2019

Cemas	Jumlah	Persentase
Tidak cemas	21	19,8 %
Cemas ringan	30	28,3 %
Cemas sedang	27	25,5 %
Cemas berat	28	26,4 %
Jumlah	106	100 %

Berdasarkan hasil analisis variabel cemas terhadap 106 responden, diketahui hampir sebagian responden yaitu 30 orang (28,3%) dengan cemas

ringan dan sebagian kecil responden yaitu sebanyak 21 orang (19,8%) tidak mengalami cemas.

d. Identifikasi *Dismenore*

Tabel 4.4
Distribusi Responden Berdasarkan *Dismenore* pada siswi di SMP Negeri 5 Kota Samarinda Kalimantan Timur Tahun 2019

Dismenore	Jumlah	Persentase
Tidak nyeri	17	16 %
Nyeri ringan	30	28,3 %
Nyeri sedang	48	45,3 %
Nyeri berat	10	9,4 %
Nyeri berat sekali	1	0,9 %
Jumlah	106	100 %

Berdasarkan hasil analisis variabel *dismenore* terhadap 106 responden, diketahui hampir sebagian responden yaitu 48 orang (45,3%) dengan nyeri

sedang dan sebagian kecil responden yaitu sebanyak 1 orang (0,9%) dengan nyeri berat sekali.

2. Analisis Bivariat

Analisa bivariat dilakukan untuk mengetahui hubungan efikasi diri

dan cemas dengan kejadian *dismenore* menggunakan *Uji Regresi Logistic*.

Tabel 4.5
Analisa Efikasi diri dengan Kejadian *Dismenore* Pada Siswi Kelas VII dan VIII di SMP Negeri 5 Kota Samarinda Tahun 201

Variabel	<i>Dismenore</i>										Pvalue	
	Tidak Nyeri		Nyeri Ringan		Nyeri Sedang		Nyeri Berat		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Efikasi diri												
Tinggi	15	15,95	27	28,7	44	46,8	8	8,5	94	100	0,205	
Rendah	2	16,6	3	25	4	33,3	3	25	12	100		
Jumlah									100	100	0,205	

Berdasarkan tabel 4.5 didapatkan bahwa hampir seluruh responden memiliki efikasi diri klasifikasi tinggi yaitu sebanyak 94 orang (88,7%) dan

hampir sebagian responden yaitu sebanyak 44 orang (46,8%) yang memiliki efikasi diri tinggi mengalami nyeri haid sedang.

Tabel 4.6
Analisa Hubungan Cemas dengan Kejadian *Dismenore* Pada Siswi Kelas VII dan VIII di SMP Negeri 5 Kota Samarinda Tahun 2019

Variabel	<i>Dismenore</i>										pvalue	
	Tidak Nyeri		Nyeri Ringan		Nyeri Sedang		Nyeri Berat		Total			
	N	%	N	%	N	%	N	%	N	%		
Cemas												
Tidak Cemas	7	33,3	4	19,04	10	47,6	0	0	21	100	0,205	
Cemas ringan	4	14,2	10	35,71	14	50	2	7,14	30	100		
Cemas sedang	4	14,8	9	33,33	10	37,3	4	14,8	27	100		
Cemas berat	2	7,14	6	21,42	15	53,5	5	17,8	28	100		
Jumlah									106	100		

Berdasarkan tabel 4.6 didapatkan bahwa variabel cemas didapatkan hampir sebagian responden yaitu sebanyak 30 orang (28,3%) mengalami

cemas ringan dan sebagian kecil responden yaitu sebanyak 15 orang yang mengalami cemas berat juga mengalami nyeri haid sedang.

Hasil uji statistik pengolahan data yang menggunakan perhitungan Uji Regresi Logistik diperoleh nilai P value = 0,205 yang berarti P value $> \alpha$ (0,05) maka dapat disimpulkan bahwa H_0 diterima yang artinya tidak terdapat

B. Pembahasan

a. Karakteristik Responden

Peneliti mengambil usia 12-15 tahun karena kejadian *dismenore* akan meningkat selama masa remaja awal sesuai pertambahan usianya dan diluar masa remaja kejadian *dismenore* akan menurun seiring dengan pertambahan usianya pula (Cakir, 2007). Menurut Nathan (2005) puncak kejadian *dismenore* yaitu pada rentang usia 14-25 tahun dan akan menurun diluar usia tersebut.

Menurut asumsi peneliti usia normal bagi seorang wanita mendapat menstruasi untuk pertama kalinya yaitu pada usia 12-15 tahun dan pada sebagian remaja yang mengalami menstruasi akan timbul nyeri saat menstruasi yang biasa disebut *dismenore*. Nyeri haid (*dismenore*) memiliki dampak yang cukup besar bagi remaja putri karena menyebabkan terganggunya

hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan cemas dengan kejadian *dismenore* pada siswi kelas VII dan VIII di SMP Negeri 5 Samarinda Tahun 2019.

aktivitas sehari-hari. Remaja putri yang mengalami *dismenore* pada saat menstruasi akan merasa terbatas dalam melakukan aktivitas belajar disekolah.

b. Analisis Univariat

1. Mengidentifikasi efikasi diri pada siswi yang mengalami *dismenore*

Berdasarkan tabel 4.2 efikasi diri terhadap 106 responden, diketahui hampir seluruh responden yaitu 94 orang (88,7%) dengan efikasi diri klasifikasi tinggi mengalami nyeri haid sedang sebanyak 44 orang (46,8%). Efikasi diri (*Self Efficacy*) adalah keyakinan khusus yang berkaitan dengan pelaksanaan suatu tugas dan melibatkan kepercayaan individu bahwa ia mampu melakukan suatu tindakan tertentu pada situasi tertentu termasuk pengendalian rasa nyeri. Menurut Bandura

(Ormrod, 2008) efikasi diri atau *Self Efficacy* adalah penilaian seseorang tentang kemampuannya sendiri untuk menjalankan perilaku tertentu atau mencapai tujuan tertentu. Efikasi diri seseorang dipengaruhi oleh empat faktor yaitu : sifat tugas yang dihadapi, insentif eksternal, status dalam lingkungan dan informasi tentang kemampuan diri (Hawadi, 2005). Menurut asumsi peneliti individu yang memiliki tingkat efikasi diri tinggi mampu mengontrol stres yang muncul akibat nyeri. Sebaliknya individu yang memiliki tingkat efikasi diri rendah membuat individu kurang dapat mengatasi rasa nyeri sehingga mengalami kesulitan dalam beraktivitas.

2. Mengidentifikasi cemas pada siswi yang mengalami *dismenore*

Hasil analisis pada responden diketahui bahwa hampir sebagian responden sebanyak 30 orang (28,3 %) dengan cemas ringan dan mengalami nyeri haid sedang sebanyak 14 orang

(50%). Kecemasan merupakan sebuah keadaan yang dirasakan berupa tekanan yang mengakibatkan munculnya rasa gelisah, bingung, dan panik. Kecemasan dapat menyerang siapa saja setiap saat dengan atau tanpa alasan apapun. Penyebab terjadinya kecemasan sukar untuk diperkirakan dengan tepat. Teori kognitif menyatakan bahwa reaksi kecemasan timbul karena kesalahan mental. Kesalahan mental ini karena kesalahan menginterpretasikan suatu situasi yang bagi individu merupakan suatu yang menancam. Faktor individu yang pertama sangat mempengaruhi tingkat kecemasan seorang siswi adalah kondisi *trait anxiety*-nya. *Trait anxiety* adalah kecenderungan level kecemasan yang merupakan bagian dari kepribadian seorang siswi. Jika siswi tersebut mempunyai *trait anxiety* yang tinggi, maka sangat mungkin siswi tersebut akan lebih mudah merasa cemas daripada siswi yang mempunyai tingkat *trait anxiety* yang rendah. Kecemasan diduga menjadi salah satu faktor penyebab terjadinya

dismenore. Gejala *dismenore* dapat diatasi jika kecemasan dan kekhawatiran terhadap signifikansi gejala dijelaskan secara adekuat. Pada *dismenore*, faktor pendidikan dan psikis sangat berpengaruh, nyeri dapat dibangkitkan atau diperberat oleh keadaan psikis penderita (Heriani, 2009). Menurut penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Indria Ismail dengan jumlah responden yaitu 31 mahasiswi tentang “ Hubungan tingkat stress dan cemas dengan kejadian *dismenore* pada mahasiswi semester VIII program studi keperawatan universitas Samratulangi Manado” , hasil penelitian dengan menggunakan uji *fisher* di peroleh nilai *p value* = 1,000 yang artinya lebih besar dari α (0,05). Kesimpulan dalam penelitian ini yaitu tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat stres dan cemas dengan kejadian *dismenore* pada mahasiswi semester VIII program studi keperawatan universitas Samratulangi Manado. Dalam penelitian ini didapatkan hasil bahwa *dismenore* dapat dialami

mahasiswi dengan tingkat kecemasan yang tinggi maupun rendah. Menurut asumsi peneliti dari hasil kuesioner bahwa kecemasan yang terjadi pada siswi yang mengalami *dismenore* yaitu karena banyaknya yang merasakan kegelisahan dan susah beristirahat dengan tenang dan kendala yang terjadi pada saat penelitian yaitu responden kurang memaknai dalam mengisi lembar kuesioner. Hubungan tingkat kecemasan dalam menghadapi *dismenore* jugaterkait dengan banyak sedikitnya informasi yang dimiliki individu tentang menstruasi. Individu yang memiliki informasi lebih banyak akan memiliki tingkat pengetahuan lebih sehingga mempunyai tingkat kecemasan lebih ringan dalam menghadapi menstruasi.

c. Analisis Bivariat

1. Menganalisa hubungan efikasi diri dengan kejadian *dismenore*

Berdasarkan hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 106 responden sebagian besar mengalami *dismenore* pada skala 4-6 (Nyeri sedang) yaitu sebanyak 48

responden (45,3%). Hasil dari uji parsial didapatkan nilai *p-value* (0,745) $> \alpha$ (0,05) maka diputuskan gagal tolak H_0 yang artinya tidak terdapat pengaruh efikasi diri terhadap *dismenore*. Selama menstruasi, uterus berkontraksi lebih kuat. Kadang-kadang ketika kontraksi seseorang itu akan merasakan nyeri (Perry and Potter, 2006). Kontraksi otot-otot rahim berlaku ketika prostaglandin dihasilkan. Prostaglandin adalah bahan kimia yang dibuat oleh lapisan rahim. Sebelum menstruasi, kadar prostaglandin meningkat. Price (1994) menjelaskan bahwa *dismenore* yang dirasakan oleh wanita disebabkan karena adanya jumlah prostaglandin yang berlebihan pada darah menstruasi sehingga merangsang hiperaktivitas uterus. Berdasarkan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Nurul Gustiyani tahun 2016 tentang “Hubungan Aktivitas Fisik Dengan Nyeri Haid (*Dismenore*) pada santriwati MAS Ulumuddin Kota Lhokseumawe tahun 2016”, hasil penelitian ini menggambarkan bahwa setiap orang memberikan reaksi yang berbeda-beda terhadap

nyeri haid. Hal ini disebabkan karena nyeri haid tidak hanya dipengaruhi oleh aktivitas fisik tetapi juga dapat disebabkan oleh persepsi setiap individu terhadap nyeri yang bersifat subjektif sehingga dapat mempengaruhi respon nyeri yang bervariasi. Berdasarkan hasil penelitian pada 74 santriwati MAS Ulumuddin Kota Lhokseumawe tahun 2016 menunjukkan sebagian besar memiliki aktivitas fisik berat sebanyak 40,5% karena frekuensi olahraga yang sering dilakukan seperti kegiatan olahraga di madrasah. Hasil uji statistik menggunakan *chi-square* didapatkan nilai *p value* sebesar 0,238. Hal ini menunjukkan bahwa H_0 diterima sehingga tidak ada hubungan aktivitas fisik dengan nyeri haid (*Dismenore*) pada santriwati MAS Ulumuddin Kota Lhokseumawe tahun 2016. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Chafira De Nada pada tahun 2017 tentang “Hubungan Efikasi diri dan kualitas tidur pada remaja yang mengalami *dismenore*” di dapatkan hasil bahwa tidak ada

hubungan yang signifikan antara efikasi diri dan kualitas tidur pada remaja yang mengalami *dismenore*. Efikasi diri merupakan keyakinan dalam diri individu untuk dapat bertahan dan menyelesaikan tugas dengan baik walaupun dalam kondisi yang sulit. Seseorang yang memiliki efikasi diri yang tinggi maka tidak akan cepat menyerah melawan penyakit dan nyeri yang sedang dirasakannya. Individu akan mencari cara untuk mengatasi rasa nyeri dan mencari pengobatan. Individu yang memiliki efikasi diri yang tinggi juga bisa merasakan nyeri termasuk nyeri haid (*dismenore*) tetapi individu memiliki komitmen untuk tetap melakukan aktivitas saat merasakan nyeri serta dapat mengatasi rasanya nyeri sehingga individu dapat lebih menikmati hidup dengan melakukan banyak hal, seperti melakukan aktivitas yang menjadi hobi meskipun sedang merasakan nyeri. Menurut asumsi peneliti tinggi rendahnya efikasi diri pada siswi yang mengalami *dismenore* bisa disebabkan banyak hal berdasarkan hasil pengumpulan data kuesioner didapatkan faktor salah satunya

karena merasa tidak percaya diri dan merasa tidak banyak yang dapat dibanggakan pada dirinya. Selain faktor efikasi diri, aktivitas fisik maupun kualitas tidur remaja terdapat faktor lain yang dapat memperburuk *dismenore* antara lain stress psikis atau stress sosial karena *dismenore* atau nyeri saat menstruasi itu normal, tetapi dapat berlebihan apabila dipengaruhi oleh faktor fisik dan psikis seperti stress.

2. Menganalisa hubungan cemas dengan kejadian *dismenore*

Berdasarkan tabel 4.5 diketahui bahwa hampir sebagian responden yaitu sebanyak 30 orang (28,3%) mengalami cemas ringan dan sebagian kecil responden yaitu sebanyak 15 orang yang mengalami cemas berat juga mengalami *dismenore* dengan skala 4-6 (nyeri haid sedang). Hasil analisis menunjukkan bahwa nilai *p-value* (0,165) $> \alpha$ (0,05) maka diputuskan gagal tolak H_0 yang artinya tidak terdapat hubungan cemas dengan kategori cemas ringan terhadap *dismenore*. *Dismenore* adalah menstruasi yang disertai dengan rasa nyeri. *Dismenore* terjadi

karena pelepasan prostaglandin yang berlebihan mengakibatkan kenaikan kontraksi uterus sehingga terjadi rasa nyeri saat menstruasi. Berdasarkan patofisiologi yang mendasari, ada dua tipe *dismenore* yaitu *dismenore* primer dan sekunder. Kecemasan didefinisikan sebagai status fisiologik dan psikologik yang mencakup karakteristik kognitif, somatik, emosi dan tingkah laku yang membentuk perasaan. Kecemasan terdapat pada setiap individu dan diperlukan untuk pertahanan diri manusia terhadap stres. Faktor-faktor psikologi seperti kecemasan, depresi dan pengalaman buruk lainnya diyakini menjadi salah satu faktor resiko terjadinya *dismenore* selain faktor fisiologi seperti kenaikan hormon prostaglandin yang mempengaruhi kontraksi uterus pada saat menstruasi. Salah satu tujuan dari penelitian ini yaitu untuk mengetahui hubungan kecemasan dengan kejadian *dismenore* pada remaja putri. Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Handayani pada tahun 2013 dengan 90 responden

tentang “Hubungan *dismenore* dengan kecemasan pada remaja di Kota Surakarta Tahun 2013”. Hasil analisis menggunakan uji *chi square* tidak didapatkan hubungan antara *dismenore* dengan kecemasan pada remaja dengan nilai (*pearson chi square* = 0,05 p = 0,82). Selain itu penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khoirun Amalia pada tahun 2016 dengan 30 responden tentang “ Hubungan tingkat kecemasan remaja putri dalam menghadapi nyeri haid”, hasil analisis menunjukkan bahwa tidak ada hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan dengan nyeri haid. Menurut asumsi peneliti cemas bukanlah satu-satunya penyebab *dismenore* selain itu juga terdapat faktor lain yang dapat menimbulkan terjadinya *dismenore* antara lain seperti status gizi, pola makan yang teratur, usia menarche yang kurang dari 12 tahun dan riwayat keluarga yang mengalami *dismenore* dan obesitas. Usia menarche yang kurang dari 12 tahun dapat beresiko terjadinya *dismenore* karena alat-alat reproduksi belum berfungsi secara

optimal dan belum siap untuk mengalami perubahan-perubahan serta akan terjadi penyempitan pada leher rahim sehingga timbul nyeri ketika menstruasi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian yang telah dilakukan dapat disimpulkan tidak terdapat hubungan yang bermakna antara efikasi diri dan cemas dengan kejadian dismenore pada siswi kelas VII dan VIII di SMP Negeri 5 Samarinda, hal ini dapat dilihat dari hasil *uji regresi logistik ordinal* yaitu nilai *p value* = 0,205.

DAFTAR PUSTAKA

Bandura, A. (1988). Perceived self-efficacy: Exercise of control through self-belief. In J. P. Dawwalder, M. Perrez, & V. Hobi (Eds.), *Annual series of European research in behavior therapy*, 2, 27-59

Bandura, A. (1997). *Self-efficacy the exercise of control*. New York, NY: W.H. Freeman.

Bandura, A. O'Leary, A., Taylor, B. C., Gauthier, J., & Gossard, D. (1987). Perceived self efficacy and pain

control: Opioid and nonopioid mechanisms. *Journal Of Personality And Social Psychology*, 53(3), 563-571.

Bavil, Dina Abadi., Dolatian, Mahrokh., Mahmoodi, Zohreh., Baghban, Alireza Akbarzadeh 2016. Comparison of lifestyles of young women with and without primary dysmenorrhea. *Electronic Journal Physician*. 8(3):2107-14.

Corwin, Elizabeth J. 2009. *Buku Saku Patofisiologi*. Edisi 3. Jakarta: EGC. hlmn 3438

Cutler, Howard C. (2004). *Seni Hidup Bahagia*. (Alih Bahasa: Alex Tri Kantjono Widodo). Jakarta: Gramedia Pustaka Utama.

Damanika & Ach. Chusairi (2007). Jakarta: Erlangga

Dawood, M.Y. 2006. Primary dysmenorrhea advances in pathogenesis and management. The American College of Obstetricians and

- Edisi kedua. Jakarta : PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo, hlmn: 103,127,203,229,230.
- Fauziah mjsA. 2012. Teori pengukuran nyeri dan nyeri persalinan. Yogyakarta: Nuha medika
- Fieldment, S. (2012). *The Objective Structured Clinical Exam (OSCE): A Qualitative Study Exploring the Healthcare Students Experience. Student Engagement aand Experience Journal*, 1 (1).
- Friedman, Howard S. dan Miriam W. Schuctack. *Kepribadian Teori Klasik dan Riset Modern*, terj. Fransiska Dian Ikarini, dkk. Jakarta: Erlangga,2006
- Gallagher. (2005). Faktor-faktor Biopsikososial dalam Pengobatan Nyeri.
- Gunarsa, Singgih. 2008.*Psikologi Gynecologists*.108(2): 428-41.
- Hamilton, M. 1959. *Hamilton Anxiety*
- Hendrik. (2006). *Problem haid: Tinjauan syariat Islam dan medis*. Solo: Tiga Serangkai Pustaka Mandiri.
- Hillard PJA. 2006. Dysmenorrhea. *Pediatric in Review*. 27(2):64-71.
- Jeanne Ellis Ormrod, *Psikologi Pendidikan* (Jakarta : ERLANGGA, 2008) hlm. 20 *Keperawatan Jiwa Edisi 4*. Jakarta : Kesehatan. Jakarta: Rineka Cipta.
- Kartini, & Kartono. (2006). *Peran Keluarga Memandu Anak*. Jakarta: CV. Rajawali.
- Knight, john F. 2004.*Wanita ciptaan ajaib*. Indonesia : Publishing house
- Kusmiran, E. 2013. Kesehatan reproduksi remaja dan wanita. Jakarta : Salemba Medika, Hlmn: 19, 112-13.
- Latthe, P., Mignini, L., Gray, R. Hills, R., dan Khan, K. 2006. Factor predisposing women to chronic pelvic pain : systematic review

- Lubis, NL. 2009. *Depresi Tinjauan Psikologis*. Jakarta:Kencana Prenada Media Group
- Madhubala, C dan Jyoti, K. 2012. Relation between dysmenorrhea and body mass index in adolescents with rural versus urban variation. *The Journal of Obstetrics and Gynecology of India*. 62(4):442-445.
- Marlina, E. (2013). *Pengaruh minuman kunyit terhadap tingkat nyeri dismenorea primer pada remaja putri di SMA negeri 1 tanjung mutiara kabupaten Agam* (Skripsi tidak dipublikasikan). Universitas Andalas, Indonesia. Marwendy, Transl.). Jakarta: Salemba Humanika.
- NevidJ., RathusS., GreeneB., 2009. *Psikologi Abnormal*. Jakarta: Erlangga
- Ninawati, J. K. (2006). Hubungan antara sikap terhadap menstruasi dan kecemasan terhadap menarche. *Jurnal Psikologi*, 4(1), 38-54.
- Notoadmojo.S (2010). *Metodologi penelitian kesehatan*, Jakarta : Rineka Cipta
- Novia I dan Puspitasari N. 2008. Faktor risiko yang mempengaruhi kejadian dismenore. *The Indonesian Journal of Public Health*. 4(2):96-104.
- Papalia D. E., Olds, S. W, & Feldman, R. D. (2009). *Human development* (10th ed.) (B. Perawatan. Jakarta: Gunung Mulia
- Pedak, Mustamir. (2009). *Metode Supernol Menaklukkan Stress*. Jakarta: Hikmah
- Perry, S. E., Hockenberry, M. J., Lowdermilk, D. L., & Wislon, D. (2010). *Maternal child nursing care* (4th ed.). Missouri, MO: Elsevier.
- Progestian, P. (2010). *Cara menentukan masa subur*. Jakarta: Swarna Bumi.
- Ramaiah, Savitri. 2003. *Kecemasan, Bagaimana Cara Penyebabnya*. Jakarta: Pustaka Populer Obor.

- Rochman, Kholil Lur. 2010. *Kesehatan Mental*. Purwokerto: Fajar Media Press S N. 2010.
Metodologi Penelitian
- Rufaidah, E. R. (2009). Efektifitas Terapi Kognitif terhadap Penurunan Tingkat Kecemasan pada Penderita Asma di Surakarta (Doctoral dissertation, Tesis).
- Santrock, J. W. (2007). *Perkembangan anak jilid 1 edisi ke-11*. Jakarta: Penerbit Erlangga.
- Santrock, J. W. (2007). *Psikologi Pendidikan*. Edisi Kedua. Jakarta : Prenada Media Group
- Santrock. J. W. (1995) *Perkembangan Masa Hidup jilid 2*.
- Simanjuntak, Pandapotan. 2014. Gangguan Haid dan Siklusnya. Dalam: Prawirohardjo, Sarwono, Wiknjosastro, Hanifa. Ilmu Kandungan. Edisi ketiga. Jakarta: Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo. hlm. 229-232.
- Singh, A., Kiran, D., Singh, H., Nel, B., Singh, P., dan Tiwari, P. 2008. Prevalence and severity of dysmenorrhea: a problem related to menstruation, among first and second year female medical student. *Indian J Physiol Pharmacol*.52(4): 389-397.
- Siti S,dkk. 2004. *Perkembangan Anak dan Remaja*. Jakarta: RinekaCipta
- Stuart, dkk. 2011. *Buku Saku*
- Unsal, A., Ayranci, U., Tozun, M., Arslan, G., dan Calik, E. 2010. Prevalence of dysmenorrhea and its effect on quality of life among a group of female university students. *Upsala Journal of Medical Science*.115: 138-45.
- Velayati, K. (2013). *Perbedaan efikasi diri untuk berhenti merokok pada laki-laki dan perempuan dewasa awal serta tinjauannya menurut agama Islam* (Skripsitidak dipublikasikan). Universitas YARSI, Indonesia.
- Widuri, E. L. (2012). Regulasi Emosi dan Resiliensi pada Mahasiswa

Tahun Pertama. *Humanitas Vol. IX No.2.*

Winkjosastro, H., Saifuddin, A.B., dan Rachimdhahi, T. 2009. Ilmu kandungan.

Wiramihardja S.A., 2007. Pengantar Psikologi Abnormal. Bandung: Refik Aditama

Wulandari, A. 2011. *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid.* Yogyakarta: C.V. Andi Offset.