

BAB I

PENDAHULUAN

1.1 Latar Belakang Masalah Penelitian

Remaja putri mengalami perubahan setelah memasuki masa pubertas. Masa pubertas merupakan suatu periode saat anak mengalami perubahan fisik, hormonal dan seksual. Salah satu yang menjadi ciri masa pubertas pada remaja putri yaitu mengalami menstruasi. Menstruasi adalah pengeluaran darah akibat peluruhan lapisan endometrium.

Endometrium merupakan lapisan yang dibentuk dalam siklus menstruasi, yang sangat dipengaruhi oleh perubahan hormonal khususnya hormon estrogen dan progesteron. Turunnya kadar hormon estrogen dan progesteron menyebabkan perdarahan dan pelepasan dari endometrium yang sering disebut dengan menstruasi (Verrawaty, 2012; Prawirohardjo, 2011).

Masalah yang ditemui oleh sebagian besar remaja putri saat sedang menstruasi adalah nyeri haid (*dysmenorrhea*). Nyeri haid (*dysmenorrhea*) merupakan gangguan fisik berupa gangguan nyeri pada bagian perut. *Dysmenorrhea* timbul karena adanya kontradiksi hormon prostaglandin yang menyebabkan kuatnya kontraksi otot uterus dan lebih sering terjadi pada fase awal menstruasi. *Dysmenorrhea* dapat dikelompokkan berdasarkan penyebabnya, yakni *dysmenorrhea* primer dan *dysmenorrhea* sekunder. Sebanyak 50% dari 90% remaja putri di seluruh dunia yang mengalami masalah saat haid mengalami

dysmenorrhea primer dengan gejala yang cukup parah. (Iswari *et al.*, 2014; Larasati dan Alatas, 2016).

Dysmenorrhea yang sering terjadi pada remaja putri adalah *dysmenorrhea* primer biasanya muncul sekitar 2 s.d. 3 tahun setelah menstruasi pertama. Gejala sistemik *dysmenorrhea* seperti kelelahan, sembelit, mual, pingsan, dan sakit kepala. Selain itu, gejala seperti perut kembung dan emosi meningkat bisa terjadi selama periode menstruasi. Lamanya seseorang mengalami menstruasi biasanya antara 3 s.d. 5 hari dan ada yang sampai 7 s.d. 8 hari. Lama menstruasi yang dialami remaja putri biasanya tetap dan mengalami kehilangan darah lebih kurang 30 ml namun kehilangan darah bisa lebih dari 80 ml yang kronik berhubungan dengan anemia. Jumlah darah menstruasinya lebih banyak terjadi pada remaja putri dengan anemia defisiensi zat besi (Nugroho dan Utama, 2014; Wiknjastro, 2005).

Nyeri haid dapat mengganggu remaja putri dalam menjalankan aktivitas yang dilakukannya sehari-hari. Mereka akan merasa terbatas dalam melakukan aktivitas belajar yang menyebabkan siswi akan merasa kurang bersemangat dan sulit berkonsentrasi saat sedang mengikuti kegiatan pembelajaran (Putri *et al.*, 2017; Nurwana *et al.*, 2017). Nyeri haid yang dialami remaja putri dapat mengganggu aktivitas belajarnya. Nyeri haid yang dirasakan dapat berdampak pada fisik (cepat letih dan tidak bersemangat) dan psikologis (sulit berkonsentrasi). Kebanyakan remaja putri merasa tidak berminat dalam mengikuti pembelajaran, mengalami penurunan konsentrasi dan tidak jarang juga ada siswi yang sampai meminta izin untuk beristirahat di ruangan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) ketika sedang mengalami nyeri haid sehingga terdapat korelasi antara nyeri

haid dan aktivitas belajar pada remaja putri (Putri *et al.*, 2017; Sanday *et al.*, 2019; Saguni *et al.*, 2013).

Motivasi belajar berperan penting dalam mewujudkan *output* yang diinginkan. Motivasi belajar siswi secara khusus dipengaruhi oleh faktor internal dan eksternal (Uno, 2013; Djamarah, 2008). Salah satu faktor internal berupa keadaan jasmani yang memengaruhi motivasi belajar adalah menstruasi. Siswi yang sedang mengalami menstruasi terlihat lebih lemah, lesu dan tampak pucat. Sehatnya kondisi jasmani dan rohani akan memengaruhi minat dan semangat belajar siswi. Kesehatan jasmani berpengaruh besar terhadap motivasi belajar, seseorang yang terganggu kesehatannya maka motivasi belajarnya menurun sehingga dapat berdampak pada kemampuan belajarnya (Rahayu, 2017; Andiarna, 2012).

Nyeri menstruasi paling tinggi dialami remaja putri, dengan perkiraan antara 20 s.d. 90%. Rasa nyeri saat menstruasi dapat menurunkan motivasi belajar, siswi cenderung kehilangan semangat belajar sehingga sulit memahami pelajaran dan keadaan menjadi tidak kondusif. Motivasi belajar siswi yang menurun ketika nyeri haid juga dapat memengaruhi kemampuan siswi dalam menyelesaikan tugas atau tes, sehingga terdapat hubungan antara nyeri haid dengan motivasi belajar siswi (French, 2005; Ningsih *et al.*, 2013; Agustina, 2015).

SMA Negeri 1 Kuta Utara merupakan salah satu sekolah yang berada di Kabupaten Badung, Bali yang telah masuk dalam kategori SMA favorit di Badung atas sejumlah prestasi akademik maupun non akademik yang diraih siswanya. Dalam proses pembelajaran di SMA Negeri 1 Kuta Utara, ditemukan

permasalahan yang dihadapi oleh siswa antara lain seperti semakin sukar dan kompleksnya materi pelajaran yang diterima sesuai tuntutan kurikulum yang berlaku, keadaan pandemi *Covid-19* mewajibkan siswa menerapkan sistem belajar dari rumah secara daring sehingga pembelajaran lebih banyak dilakukan secara mandiri, dan sulitnya memenuhi keinginan atau tuntutan dari orangtua maupun sekolah untuk dapat terus berprestasi. Beberapa permasalahan tersebut menuntut siswa untuk meningkatkan aktivitas belajarnya agar tetap dapat mempertahankan produktivitas dan hasil belajarnya. Kondisi fisik dan psikis mempengaruhi aktivitas belajar siswa. Salah satu kondisi fisik yang dapat mengganggu aktivitas belajarnya yaitu nyeri haid.

Setelah melaksanakan observasi dan wawancara pada 18 orang perwakilan siswi kelas X MIPA di SMA Negeri 1 Kuta Utara pada tanggal 13 November 2020 terkait permasalahan nyeri haid terhadap aktivitas belajar dan motivasi belajar siswi, didapatkan hasil antara lain yaitu siswi yang mengalami nyeri haid kategori nyeri ringan sebanyak tujuh orang, kategori nyeri sedang sebanyak tujuh orang dan kategori nyeri berat sebanyak empat orang. Dari 18 orang siswi yang diwawancarai dari dua kelas, sebanyak 15 orang mengatakan bahwa aktivitas belajarnya terganggu ketika mengalami nyeri haid, sedangkan tiga orang siswi mengatakan aktivitas belajarnya tidak terganggu ketika mengalami nyeri haid. Kemudian sebanyak 12 orang siswi mengatakan memiliki motivasi belajar rendah ketika mengalami nyeri haid dan enam orang lainnya mengatakan memiliki motivasi belajar tinggi ketika mengalami nyeri haid. Sebanyak 13 siswi sudah dapat mengurangi rasa sakit nyeri haid tersebut dengan upaya penanganan seperti minum air putih, kompres air hangat, minum obat atau jamu dan diurut pada

bagian yang sakit, namun masih ada lima siswi yang membiarkan rasa sakit hingga hilang tanpa penanganan apapun. Dilihat dari rerata hasil belajar siswa yaitu sebesar 67,26 sedangkan kriteria ketuntasan minimum (KKM) yang ditetapkan di SMA Negeri 1 Kuta Utara yaitu sebesar 70 yang artinya hasil belajar siswa dikategorikan rendah.

Berdasarkan permasalahan yang ditemui, perlu adanya penelitian yang mengkaji tentang Nyeri Haid (*Dysmenorrhea*), Aktivitas Belajar, Motivasi Belajar serta Kontribusinya Terhadap Hasil Belajar Siswi SMA Negeri 1 Kuta Utara.

1.2 Identifikasi Masalah Penelitian

Adapun identifikasi masalah yang ada berdasarkan latar belakang di atas adalah sebagai berikut.

1. Dari hasil wawancara 18 siswi, ditemui siswi yang mengalami nyeri haid dalam proses pembelajaran dengan kategori nyeri ringan sebanyak tujuh orang, kategori nyeri sedang sebanyak tujuh orang dan kategori nyeri berat sebanyak empat orang.
2. Sebanyak 15 siswi yang mengalami nyeri haid dalam proses pembelajaran merasa terganggu dalam melaksanakan aktivitas belajarnya.
3. Sebanyak 12 siswi memiliki motivasi belajar rendah ketika mengalami nyeri haid.
4. Rerata hasil belajar siswi sebesar 67,26 atau lebih rendah dari KKM yang ditetapkan sehingga hasil belajar dikategorikan rendah.

5. Aktivitas belajar siswi yang terganggu diyakini berkontribusi terhadap hasil belajar sebagai dampak dari nyeri haid (*dysmenorrhea*) yang dirasakan.
6. Motivasi belajar siswi yang rendah diyakini berkontribusi terhadap hasil belajar sebagai dampak dari nyeri haid (*dysmenorrhea*) yang dirasakan.

1.3 Pembatasan Masalah

Permasalahan yang diteliti pada penelitian ini dibatasi pada masalah yang berhubungan dengan nyeri haid yang dialami siswi dalam proses pembelajaran terkait dengan aktivitas dan motivasi belajar serta kontribusinya terhadap hasil belajar. Keluhan nyeri haid yang dialami siswi mengganggu aktivitas belajar dan mengurangi motivasi belajar sehingga nantinya akan berdampak pada hasil belajarnya. Pembatasan terhadap permasalahan tersebut disebabkan karena terbatasnya kemampuan, variabel yang dapat diteliti, dan subjek yang bisa dilibatkan dalam penelitian. Selain itu periode menstruasi seluruh sampel yang cukup lama menyebabkan keterbatasan dalam waktu penelitian.

1.4 Rumusan Masalah Penelitian

Rumusan masalah dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Apakah terdapat hubungan antara nyeri haid (*dysmenorrhea*) yang dialami dalam proses pembelajaran dengan aktivitas belajar siswi?
2. Apakah terdapat hubungan antara nyeri haid (*dysmenorrhea*) yang dialami dalam proses pembelajaran dengan motivasi belajar siswi?
3. Apakah aktivitas belajar siswi yang mengalami nyeri haid (*dysmenorrhea*) berkontribusi terhadap hasil belajar siswi?

4. Apakah motivasi belajar siswi yang mengalami nyeri haid (*dysmenorrhea*) berkontribusi terhadap hasil belajar siswi?

1.5 Tujuan Penelitian

Tujuan dari penelitian ini adalah sebagai berikut.

1. Mengetahui terdapat hubungan antara nyeri haid (*dysmenorrhea*) yang dialami dalam proses pembelajaran dengan aktivitas belajar siswi.
2. Mengetahui terdapat hubungan antara nyeri haid (*dysmenorrhea*) yang dialami dalam proses pembelajaran dengan motivasi belajar siswi.
3. Mengetahui aktivitas belajar siswi yang mengalami nyeri haid (*dysmenorrhea*) berkontribusi terhadap hasil belajar siswi.
4. Mengetahui motivasi belajar siswi yang mengalami nyeri haid (*dysmenorrhea*) berkontribusi terhadap hasil belajar siswi.

1.6 Manfaat Hasil Penelitian

Hasil penelitian ini diharapkan dapat memberikan manfaat teoritis dan manfaat praktis sebagai berikut.

1. Manfaat Teoritis

Manfaat teoritis yang diharapkan dari hasil penelitian ini adalah sebagai berikut:

- 1) Sebagai acuan dalam proses pembelajaran untuk memerhatikan keadaan jasmani siswi sehingga tidak memengaruhi aktivitas dan motivasi belajar siswi untuk mencapai hasil belajar yang maksimal.
- 2) Sebagai acuan dalam menambah informasi mengenai faktor yang dapat berkontribusi terhadap hasil belajar siswi.

- 3) Digunakan sebagai sumber informasi tambahan penelitian lain jika ingin melaksanakan penelitian yang sejenis.

2. Manfaat Praktis

- 1) Bagi guru dapat diimplementasikan dalam proses pembelajaran untuk memerhatikan keluhan nyeri haid yang terjadi pada siswinya.
- 2) Bagi siswi dapat diimplementasikan dengan mengatur pola hidup sehat, rajin berolah raga, dan terapi hormonal untuk mengurangi nyeri haid dan mencegah nyeri haid tidak bertambah berat
- 3) Bagi siswi dapat diimplementasikan dengan tindakan untuk mengurangi nyeri haid sehingga tidak berdampak terhadap aktivitas dan motivasi belajar serta tidak berkontribusi terhadap hasil belajar siswi.
- 4) Bagi sekolah dapat dijadikan evaluasi terhadap program yang telah dilakukan sebelumnya sekaligus untuk menentukan program tambahan yang akan dilakukan, misalnya melalui ekstrakurikuler Pusat Informasi Konseling Remaja (PIK-R) dan Usaha Kesehatan Sekolah (UKS) agar memberikan sosialisasi dan penyuluhan terkait nyeri haid dan dampaknya terhadap aktivitas belajar dan motivasi belajar siswi.