

**HUBUNGAN PREMENSTRUASI SINDROM DENGAN AKTIVITAS
BELAJAR PADA SISWI JURUSAN BUSANA KELAS XI
DI SMK N 1 SEWON BANTUL
YOGYAKARTA 2012**

NASKAH PUBLIKASI

Diajukan Untuk Menyusun Karya Tulis Ilmiah
Program Studi Kebidanan Jenjang Diploma III
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah

Yogyakarta



Disusun oleh :

HANIFAH HARMANDA

NIM : 090105037

**PROGRAM STUDI KEBIDANAN D III
SEKOLAH TINGGI ILMU KESEHATAN 'AISYIAH
YOGYAKARTA
2012**

**THE RELATIONSHIP OF PREMENSTRUAL SYNDROME WITH
LEARNING ACTIVITY STUDENT IN CLASS XI FASHION
DEPARTEMENT AT SMK N 1 SEWON BANTUL YOGYAKARTA 2012¹**

Hanifah Harmanda², Syaifudin³

ABSTRACT

The results showed that most respondents were respondents with medium premenstrual syndrome with medium learning activity is 52 students (54.7%). Based on the test results obtained Spearman's rank correlation coefficient $r = -0.377$ with a significance level of 0.00 ($P < 0.05$). The conclusion of this research is there is a relationship between premenstrual syndrome with learning activities in class XI student in departement fashion at SMK N 1 Sewon Bantul Yogyakarta 2012. Thus, students are expected to know about premenstrual syndrome and the prevention and treatment of symptoms of premenstrual syndrome due to interfere with the activity of students and these symptoms can be more severe if neglected.

Keyword : premenstrual syndrome, learning activities

Literature : 21 books (2001-2011), 6 website

Page : i-xii, 62 pages, 8 tables, 2 pictures

PENDAHULUAN

Pendidikan Menurut UU No. 20 tahun 2003 adalah usaha sadar dan terencana untuk mewujudkan suasana belajar dan proses pembelajaran agar peserta didik secara aktif mengembangkan potensi dirinya untuk memiliki kekuatan spiritual keagamaan, pengendalian diri, kepribadian, kecerdasan, akhlak mulia, serta ketrampilan yang

diperlukan dirinya, masyarakat, bangsa, dan Negara. Menurut Depkes RI tahun 2001, orang tua dan masyarakat perlu meningkatkan pengetahuannya tentang masalah kesehatan remaja agar dapat meningkatkan lingkungan yang kondusif untuk perkembangan jiwa remaja.

Peningkatan mutu pendidikan di sekolah berkaitan langsung dengan siswa yang dalam hal ini adalah belajar. Belajar merupakan aktivitas manusia yang sangat vital dan sangat penting, karena tidak ada makhluk hidup di dunia ini pada saat bayi paling tidak berdaya selain manusia, dan tidak ada makhluk lain ketika menjadi dewasa mampu melakukan apa saja kecuali manusia. Tingkat kemajuan yang diraih oleh seseorang sangat ditentukan oleh kemampuan belajarnya (Dede,2009).

Kesehatan jasmani, kesehatan rohani sangat besar pengaruhnya terhadap kemampuan belajar, apabila seseorang tidak sehat atau mengalami gangguan pikiran dapat mengakibatkan tidak bergairah dalam belajar. Salah satu gangguan kesehatan yang dapat mengganggu aktivitas belajar adalah adanya gejala premenstruasi sindrom.

Sindroma pra menstruasi (Pre Menstrual Syndrome) adalah sekumpulan gejala atau keluhan baik fisik maupun psikologis yang dirasakan wanita pada hari ke 1 hingga hari ke 14 sebelum menstruasi dimulai, dan diikuti

dengan tahap bebas dari gejala jika menstruasi sudah terjadi (Health Media Nutrition, 2006). Sekitar 40% wanita berusia 14 - 50 tahun mengalami sindrom pra-menstruasi atau yang lebih dikenal dengan premenstruasi sindrom (id.wikipedia.org/wiki).

Menstruasi merupakan siklus bulanan yang normal terjadi pada wanita subur, namun jika disertai dengan berbagai keluhan yang berat dan periodik setiap menjelang menstruasi maka kondisi patologislah yang mungkin terjadi. Keluhan dalam sindrom premenstruasi akan hilang ketika menstruasi terjadi dan akan muncul kembali ketika menjelang menstruasi. Keluhan yang terjadi dirasakan sangat mengganggu aktivitas sehari-hari (Saryono,2009).

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian studi korelasi yaitu penelitian atau penelaahan hubungan antara dua variabel pada suatu situasi atau sekelompok subjek yang dilakukan untuk melihat hubungan antara gejala satu dengan gejala lain,

atau variabel satu dengan variabel lain. Metode penelitian survey analitik, yaitu penelitian yang bertujuan untuk mengetahui hubungan antara dua variabel. Pendekatan waktu yang digunakan adalah cross sectional dimana data variabel bebas dan variabel terikat dikumpulkan dalam waktu bersamaan (Notoatmojo, 2010).

Metode pengumpulan data untuk kedua variabel yaitu dengan membagikan kuesioner kepada responden, pertanyaan dalam kuesioner dibuat sederhana agar mudah dipahami dan para siswi dapat menjawab secara tepat. Dengan terlebih dahulu memberikan penjelasan tentang maksud dan tujuan kedatangan, kemudian membagikan lembar permohonan pengisian kuesioner dan lembar persetujuan menjadi responden, setelah itu membagikan koesioner meminta responden untuk langsung menulis jawaban pada lembar kuesioner, hal ini untuk menghindari kekeliruan dalam menjawab pertanyaan dan menyebabkan kekeliruan dalam mengambil keputusan. Pembagian kuesioner

dilakukan oleh peneliti, dalam pengisian kusioner peneliti mendampingi responden dan kuesioner dikumpulkan pada hari itu juga.

Pengolahan data ini menggunakan bantuan komputersasi dengan menggunakan *SPSS for Windows*. Editing adalah kegiatan memeriksa data, kelengkapan, dan kebenaran pengisian data, keseragaman ukuran, keterbacaan tulisan dan konsistensi data berdasarkan tujuan penelitian. Pada variabel terikat pertanyaan dibagi menjadi pertanyaan negatif dan positif untuk pertanyaan positif dengan jawaban sangat setuju dengan kode 3, setuju kode 2, tidak setuju kode 1 sedangkan untuk pertanyaan negative kode 1 untuk sangat setuju. Kode 2 untuk setuju dan sangat setuju dengan kode 3. Jawaban tersebut dapat diketahui skor dari responden dan dapat diklasifikasikan dalam kategori ringan, sedang dan berat. Pertanyaan pada variable bebas diberi kode 1 pada jawaban tidak pernah, 2 pada jawaban kadang-kadang, kode 3 pada jawaban sering dan kode 4 untuk

jawaban selalu. Jawaban tersebut dapat diketahui skor dari responden dan dapat diklasifikasikan dalam kategori rendah, sedang dan tinggi. Sebelum peneliti meminta persetujuan dari responden, peneliti terlebih dahulu menjelaskan gambaran dan tujuan penelitian ini. Setelah mendapatkan informasi, responden berhak menolak atau menyetujui menjadi responden. Apabila responden menyetujui, maka responden diminta untuk menandatangani persetujuan menjadi responden.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Gambaran Umum

Penelitian ini dilakukan di SMK Negeri 1 Sewon Bantul dimulai dengan menyerahkan surat ijin penelitian ke bagian tata usaha yang kemudian diproses sehingga mendapatkan ijin dari kepala SMK N 1 Sewon. Kepala SMK N 1 Sewon menyarankan untuk menemui wakil kepala sekolah bagian kurikulum dan kepala jurusan tata busana untuk mengatur jadwal pengambilan data. SMK N 1 Sewon berada di desa

Pulutan Pendowoharjo Sewon Bantul Yogyakarta.

SMK Negeri 1 Sewon memiliki 4 (empat) kompetensi keahlian. Kompetensi keahlian tersebut adalah akomodasi perhotelan, restoran/tataboga, tata busana dan tata kecantikan. Penelitian ini dilakukan pada jurusan tata busana. Jurusan tata busana dibagi menjadi 4 (empat) kelas. Kelas busana 1 memiliki 30 siswa, kelas busana 2 memiliki 32 siswa, kelas busana 3 memiliki 32 siswa dan kelas busana 4 juga memiliki 32 siswa.

Tabel 4.1. premenstruasi sindrom pada siswi di SMK N 1 Sewon Bantul Yogyakarta

Premenstruasi Sindrom	Frekuensi	Persentase
Ringan	43	45,3%
Sedang	52	54,7%
Berat	0	0%
Jumlah	95	100%

Berdasarkan tabel 4.1 diperoleh bahwa gejala premenstruasi sindrom yang banyak dialami oleh siswi adalah gejala premenstruasi sindrom sedang yaitu 52 siswi (54,7%), sedangkan dengan gejala premenstruasi sindrom ringan sebanyak 43 siswi (45,3%). Tidak ada yang mengalami gejala

premenstruasi berat atau 0 siswi (0%).

Tabel 4.2. Aktivitas Belajar Siswi di SMK N 1 Sewon Bantul Yogyakarta

Aktivitas Belajar	Frekuensi	Persentase
Rendah	0	0%
Sedang	85	89,5%
Tinggi	10	10,5%
Jumlah	95	100%

Berdasarkan tabel 4.2. dapat diketahui bahwa aktivitas belajar rendah adalah 0 siswi (0%), aktivitas belajar sedang dilakukan oleh 85 siswi (89,5%), dan aktivitas belajar tinggi sebanyak 10 siswi (10,5%).

Tabel 4.3. Hubungan aktivitas belajar dengan premenstruasi sindrom pada siswi di SMK N 1 Sewon Bantul Yogyakarta

Premenstruasi Sindrom	Aktivitas Belajar			Jumlah
	Rendah	Sedang	Tinggi	
Ringan	0 0%	33 34,2%	10 10,5%	43 45,3%
Sedang	0 0%	52 54,7%	0 0%	52 54,7%
Berat	0 0%	0 0%	0 0%	0 0%
Jumlah	0 0%	85 89,5%	10 10,5%	95 100%

Berdasarkan tabel 4.3. dapat diketahui bahwa sindrom premenstruasi ringan dialami oleh siswi dengan aktivitas belajar sedang yaitu 33 siswi (34,2%), sindrom premenstruasi ringan juga dialami

oleh siswi dengan aktivitas belajar tinggi yaitu 10 siswi (10,5%), dan yang paling banyak dialami siswi adalah sindrom premenstruasi sedang dengan aktivitas belajar sedang yaitu 52 siswi (54,7%).

Tabel 4.4 Matriks Korelasi premenstruasi sindrom dengan aktivitas belajar pada siswi di SMK N 1 Sewon Bantul Yogyakarta

Variable	PMS	Aktivitas Belajar
Premenstruasi Sindrom	Corelation coefficient 1.000	-.377
	Sig. (2 tailed)	.000
Aktivitas Belajar	Corelation coefficient -.377	1.000
	Sig. (2 tailed)	.000

Sumber: analisis data 2012

Dari pengujian data untuk menguji hubungan antara sindrom premenstruasi dengan aktivitas belajar dengan menggunakan *Spearman's rank* yang hasilnya koefisien korelasi $r = -0,377$ dengan tingkat signifikansi $0,00$ ($P < 0,05$) membuktikan bahwa ada hubungan antara sindrom premenstruasi dengan aktivitas belajar dengan korelasi lemah dan arah korelasi adalah negatif.

PEMBAHASAN

Sindrom premenstruasi paling banyak adalah pada tingkat sedang yaitu sebanyak 52 responden (54,7%) sedangkan siswi yang mengalami sindrom premenstruasi ringan adalah sebanyak 43 responden (45,3%) dan tidak ada siswi yang mengalami sindrom premenstruasi berat atau 0 (0%). Dari hasil penelitian didapatkan bahwa gejala fisik, psikis, dan perilaku yang dialami oleh siswi sebagian besar adalah perubahan mood tiba-tiba, mudah marah atau tersinggung, rasa tidak enak atau nyeri di perut, payudara terasa penuh dan nyeri, jerawat, sebentar sedih dan gembira,

kesulitan dalam konsentrasi dan perut kembung. Hal ini sesuai dengan teori menurut Ruben Sani (2010) bahwa gejala-gejala sindrom premenstruasi yang selalu ada adalah gejala sindrom premenstruasi tipe A diantaranya Cemas, tegang, perubahan mood secara tiba-tiba, marah, mudah tersinggung atau sensitif.

Dari hasil penelitian aktivitas belajar dapat disimpulkan bahwa dari 95 responden aktivitas belajar paling banyak adalah aktivitas belajar sedang yaitu sebanyak 85 responden (89,5%) dan yang melakukan aktivitas belajar tinggi yaitu sebanyak 10 responden (10,5%). Sedangkan siswi yang melakukan aktivitas belajar rendah adalah sebanyak 0 responden (0%). Dari hasil penelitian didapatkan bahwa hampir semua siswi melakukan aktivitas belajar diantaranya membaca, bertanya, tidak memperhatikan, mendengarkan penyajian guru, tidak mencatat, menganalisa pertanyaan dari guru, mengerjakan tugas.

Aktivitas belajar dapat dipengaruhi oleh beberapa faktor

antara lain faktor dari dalam diri maupun faktor dari luar. Menurut Dalyono(2001) faktor instrinsik dari aktivitas belajar adalah kesehatan, bakat atau integensi, motivasi dan cara belajar, sedangkan faktor ekstrinsik meliputi keluarga, sekolah, masyarakat dan lingkungan sekitar. Faktor dari dalam diri siswa menurut Suryabrata (2006) juga dibagi meliputi faktor psikis dan faktor fisiologis. Faktor psikis yaitu IQ, kemampuan belajar, motivasi belajar, sikap dan perasaan, minat dan kondisi akibat keadaan sosiokultural. Faktor fisiologis dibedakan menjadi dua yaitu keadaan tonus jasmani pada umumnya, hal tersebut melatarbelakangi aktivitas belajar, keadaan jasmani yang segar akan lain pengaruhnya dengan keadaan jasmani yang kurang segar dan yang kedua adalah keadaan fungsi-fungsi fisiologis tertentu.

Setelah dilakukan uji statistik dengan menggunakan *Spearman's rank* diperoleh hasil koefisien korelasi $r = -0.377$ dengan tingkat signifikansi $0,00$ ($P < 0,05$) membuktikan bahwa terdapat hubungan negatif antara tingkat

sindrom premenstruasi dengan aktivitas belajar. Dari hasil diatas ada kecenderungan semakin berat sindrom premenstruasi maka semakin rendah aktivitas belajar dan semakin ringan sindrom premenstruasi maka semakin tinggi aktivitas belajar. Berdasarkan hasil penelitian diatas dapat dibuktikan bahwa hipotesis diterima yaitu terdapat hubungan antara sindrom premenstruasi dengan aktivitas belajar.

Hasil penelitian yang telah dilakukan sesuai dengan tinjauan teori menurut Suryabrata (2006) bahwa aktivitas belajar dipengaruhi oleh faktor-faktor intrinsik yaitu faktor-faktor yang berasal dari diri pelajar, antara lain tonus – tonus jasmani pada umumnya (penyakit kronis, keadaan fungsi panca indra) dan faktor – faktor psikologis. Keadaan jasmani yang segar akan lain pengaruhnya dengan keadaan jasmani yang kurang segar, dalam hubungan ini beberapa penyakit ringan termasuk keluhan gejala fisik dan psikis sindrom premenstruasi biasanya diabaikan karena dipandang tidak cukup serius untuk mendapat

perhatian dan pengobatan akan tetapi dalam kenyataannya keluhan-keluhan semacam ini sangat mengganggu aktivitas.

KETERBATASAN PENELITIAN

Penelitian ini terdapat beberapa kelemahan yang merupakan keterbatasan penelitian antara lain manajemen waktu yang kurang terorganisir oleh peneliti sehingga penelitian ini tidak sesuai dengan jadwal yang sudah direncanakan.

KESIMPULAN DAN SARAN

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa Sindrom premenstruasi paling banyak adalah sindrom premenstruasi sedang dan Tingkatan aktivitas belajar paling banyak adalah aktivitas belajar sedang. Ada hubungan antara Sindrom Premenstruasi dengan Aktivitas Belajar pada siswi jurusan tata busana kelas XI di SMK N 1 Sewon Yogyakarta 2012.

Berdasarkan hasil penelitian ini, diharapkan siswi dapat mengetahui tentang premenstruasi sindrom dan upaya pencegahan serta penanganan karena gejala premenstruasi sindrom dapat

mengganggu aktivitas siswa dan gejala tersebut dapat lebih berat jika diabaikan dan sekolah dapat memfasilitasi para siswa untuk dapat memperoleh pengetahuan tentang kesehatan reproduksi. Hal ini dapat dilakukan dengan memberikan penyuluhan-penyuluhan yang berkaitan dengan kesehatan reproduksi remaja misalnya PIK KRR, pengembangan UKS maupun puskesmas PKPR

Puskesmas setempat juga dapat meningkatkan pelayanan kesehatan bagi remaja yang disesuaikan dengan kebutuhan remaja dengan peningkatan kualitas konseling tenaga kesehatan dengan materi kesehatan tentang kesehatan reproduksi remaja pada khususnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Ameliyah, Laeli, 2005, *Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Premenstruasi Sindrom dengan Mekanisme Koping pada Santri Mu'alimat Mar'iyah Qibtiyah Suronatan Yogyakarta Tahun 2005*. Karya Tulis Ilmiah: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Andriyani, Asti, 2005, *Hubungan Sindrom Premenstruasi dengan Tingkat Kecemasan pada Siswi*

- SMU Negeri Lendah Kulon Progo. Karya Tulis Ilmiah: Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan 'Aisyiyah Yogyakarta.
- Arikunto, 2010, *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktik*, Jakarta: Rineka Cipta.
- BKKBN, 2009, *Review Program KRR di 10 Wilayah Percepatan & Tukar Pengalaman PIK-KRR di 8 Perguruan Tinggi*, <http://ceria.bkkbn.go.id>, diakses tanggal 20 januari 2012.
- Dalyono, 2001, *Psikologi Pendidikan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Departemen Pendidikan Nasional (Depdiknas), 2002, *Kamus Besar Bahasa Indonesia*, Jakarta: Balai Pustaka.
- Fitri, 2011, *Peringkat Pendidikan Indonesia Turun*, <http://www.kopertis12.or.id>, diakses 12 februari 2012.
- Ganda, Yahya, 2004, *Cara Mahasiswa Belajar di Perguruan Tinggi*, Jakarta: Grasindo.
- Hamalik, 2009, *Proses Belajar Mengajar*, Jakarta: PT Bumi Aksara.
- Muliani, 2005, *Masalah Pendidikan di Indonesia*, <http://www.ubb.ac.id>, diakses 06 Desember 2011.
- Notoatmodjo, 2002, *Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, 2010, *Metode Penelitian Kesehatan*, Jakarta: Rineka Cipta
- Nursalam, 2003, *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu keperawatan: Pedoman Skripsi, Tesis, dan Instrumen Penelitian Keperawatan*, Jakarta: Salemba Medika.
- Purwanto, 2011, *Statistika untuk Penelitian*, Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
- Sani Ruben, 2010, *24 Penyakit yang Harus Diwaspadai Wanita Dilengkapi dengan Cara Penanggulangan dan Pencegahan*, Jakarta: Getar Hati
- Sardiman, 2007, *Interaksi dan Motivasi Belajar Mengajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada.
- Shiddiq, 2006, *Pendidikan di Indonesia: Masalah dan Solusinya*, <http://mii.fmipa.ugm.ac.id>, diakses 07 Desember 2011.
- Slameto, 2003, *Belajar dan Faktor-Faktor yang Mempengaruhinya*, Jakarta: PT Rineka Cipta.
- Sri Hapsari, 2005, *Bimbingan & Konseling SMA*, Jakarta: Grasindo.

Sugiyono, 2008, *Metode Penelitian Kuantitatif Kualitatif dan R&D*, Bandung: Alfabeta

Sulistyaningsih, 2010, *Buku Ajar dan Panduan Praktikum Metodologi Penelitian Kebidanan*, Yogyakarta: STIKES 'Aisyiyah Yogyakarta

Suryabrata, S, 2006, *Psikologi pendidikan*, Jakarta : PT Raja Grafindo Persada.

Syah, 2003, *Psikologi Belajar*, Jakarta: Raja Grafindo Persada

Wahyuni, yuyun, 2009, *Metodologi Penelitian Bisnis Bidang Kesehatan*, Yogyakarta. Fitramaya

_____, 2002, *Bidang Pendidikan dan Kesehatan*, <http://www.bappedajakarta.go.id>, diakses 12 Januari 2012

_____, 2011, *Pelayanan kesehatan peduli remaja*, <http://www.kesehatananak.depkes.go.id>, diakses 13 maret 2012.