

ABSTRAK

HUBUNGAN DISMENOREA DENGAN KONSENTRASI BELAJAR PADA SISWI KELAS VII SMPN 2 KESAMBEN KABUPATEN JOMBANG

Oleh : Farida Hapsari Putri

Dismenorea merupakan salah satu permasalahan menstruasi yang umum dialami oleh remaja putri dan dapat memengaruhi konsentrasi belajar. Tingginya kejadian dismenorea pada kelompok remaja menjadikan kondisi ini sebagai masalah kesehatan yang perlu mendapat perhatian karena dapat mengganggu kehadiran di sekolah, partisipasi dalam proses pembelajaran, serta pencapaian akademik. Masa remaja merupakan periode penting dalam perkembangan kognitif, sehingga kemampuan berkonsentrasi perlu dipertahankan agar proses belajar berlangsung secara optimal. Namun, dismenorea yang tidak ditangani dengan baik dapat menurunkan fokus, perhatian, dan kemampuan memproses informasi, sehingga berpotensi menghambat pencapaian hasil belajar. Penelitian ini menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan *cross-sectional*. Populasi penelitian berjumlah 96 siswi, sedangkan sampel sebanyak 30 responden diperoleh menggunakan teknik *accidental sampling* sesuai kriteria penelitian. Tingkat dismenorea diukur menggunakan *Numeric Rating Scale* (NRS) dan konsentrasi belajar diukur menggunakan *Concentration Grid Test* (CGT). Analisis data menggunakan uji korelasi *Spearman Rho* dengan tingkat signifikansi $\alpha < 0,05$. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden mengalami dismenorea tingkat ringan dan memiliki tingkat konsentrasi belajar kategori kurang. Hasil uji *Spearman Rho* menunjukkan $p\text{-value} < 0,05$, sehingga terdapat hubungan yang signifikan antara dismenorea dengan konsentrasi belajar pada siswi kelas VII SMPN 2 Kesamben Kabupaten Jombang. Temuan ini menunjukkan bahwa dismenorea merupakan faktor yang berkaitan dengan penurunan konsentrasi belajar pada siswi. Dismenorea dapat mengganggu fokus, perhatian dan pemrosesan informasi selama pembelajaran sehingga menghambat kemampuan siswi dalam mengikuti kegiatan belajar secara optimal. Hasil penelitian ini menegaskan pentingnya penanganan dismenorea melalui edukasi kesehatan reproduksi serta penerapan manajemen nyeri nonfarmakologis di lingkungan sekolah sebagai upaya mempertahankan konsentrasi belajar selama menstruasi.

Kata Kunci: Dismenorea, Konsentrasi Belajar, Remaja Putri

ABSTRACT

THE RELATIONSHIP BETWEEN DYSMENORRHEA AND LEARNING CONCENTRATION AMONG SEVENTH-GRADE FEMALE STUDENTS AT SMPN 2 KESAMBEN, JOMBANG REGENCY

By : Farida Hapsari Putri

Dysmenorrhea is one of the most common menstrual problems experienced by adolescent girls and may affect their learning concentration. The high prevalence of dysmenorrhea among adolescents makes it an important health issue that requires attention, as it may interfere with school attendance, participation in classroom activities, and academic achievement. Adolescence is a critical period for cognitive development; therefore, maintaining learning concentration is essential to support optimal academic performance. However, inadequately managed dysmenorrhea may reduce focus, attention, and information-processing ability, thereby hindering learning outcomes. This study employed a quantitative research design with a cross-sectional approach. The study population consisted of 96 seventh-grade female students, and a sample of 30 respondents was selected using an accidental sampling technique based on the predetermined inclusion criteria. Dysmenorrhea was assessed using the Numeric Rating Scale (NRS), while learning concentration was measured using the Concentration Grid Test (CGT). Data were analyzed using the Spearman Rho correlation test with a significance level of $\alpha < 0.05$. The results showed that most respondents experienced mild dysmenorrhea and had poor learning concentration. The Spearman Rho test yielded a p -value < 0.05 , indicating a significant relationship between dysmenorrhea and learning concentration among seventh-grade female students at SMPN 2 Kesamben, Jombang Regency. These findings suggest that dysmenorrhea is associated with decreased learning concentration, as menstrual pain may impair focus, attention, and information-processing abilities during classroom learning. Therefore, the findings highlight the importance of dysmenorrhea management through reproductive health education and the implementation of non-pharmacological pain management strategies in schools to help maintain students' learning concentration during menstruation.

Keywords: *Dysmenorrhea, Learning Concentration, Female Adolescent*