

Jurnal Penelitian Kebidanan & Kespro	Vol. 4 No. 2	Edition: Oktober 2021 – April 2022
	http://ejournal.delihusada.ac.id/index.php/JPK2R	
Received: 25 Februari 2022	Revised: 19 Februari 2022	Accepted: 27 April 2022

TINGKAT KECEMASAN MASA PANDEMI COVID-19 DENGAN DISMENOREA PADA REMAJA DI PANTI ASUHAN AISYIYAH TUNTANG KABUPATEN SEMARANG

Nining Tunggal Sri Sunarti¹ Winarsih².

¹Prodi Diploma III Kebidanan,
Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan AKBIDYO,
E-mail: niningtunggal25@gmail.com

ABSTRACT

Anxiety levels during the COVID-19 pandemic with dysmenorrhea in adolescents at the AISYIYAH Orphanage, TUNTANG, SEMARANG REGENCY

Adolescence is a period that has many problems and requires adjustment caused by changes in social expectations, roles and behavior. The COVID-19 pandemic is a challenge for adolescents in dealing with menstruation. Teenagers become uncomfortable, causing anxiety when approaching the time of menstruation and during menstruation. The anxiety experienced by adolescents in facing all these challenges cannot be separated from the incidence of dysmenorrhea which is the most common disorder in adolescents. This study used the DASS-42 questionnaire to determine the relationship between anxiety levels and dysmenorrhea. The results show p value = 0.015. This study concludes that there is a significant relationship between the level of anxiety and dysmenoea.

Keywords: Level of anxiety, COVID-19 pandemic, dysmenorrhea, adolescents

1. PENDAHULUAN

Remaja merupakan masa yang memiliki banyak masalah dan memerlukan penyesuaian diri yang disebabkan oleh perubahan harapan sosial, peran dan perilaku (Hurlock, 1997). Masa remaja merupakan awal yang penting dalam perawatan Kesehatan khususnya perawatan menstruasi pada remaja (Trant dkk., 2022). Organisasi Kesehatan Dunia (WHO) memperkirakan bahwa sekitar 260 juta orang hidup dengan gangguan kecemasan (WHO, 2017). Data dari badan kesehatan dunia WHO (2016), ada sekitar 3,6 % dari seluruh manusia di dunia mengalami gangguan

mental kecemasan. Menurut RISKESDAS tahun 2018 prevalensi di Indonesia menunjukkan angka sebesar 9,8% yang terjadi gangguan kecemasan.

Pandemi Covid-19 membuat perempuan dan remaja perempuan di seluruh dunia menghadapi perjuangan akses produk dan fasilitas kebersihan untuk menangani menstruasi secara higienis dan bermartabat (Plan international, 2020). Tantangan yang dihadapi remaja perempuan ini tentu saja memberikan permasalahan bagi mereka. Timbulnya permasalahan ini dapat menyebabkan remaja menjadi tidak

nyaman sehingga menimbulkan rasa cemas saat mendekati waktu menstruasi dan saat menstruasi berlangsung.

Kecemasan merupakan reaksi terhadap stress yang dialami sehari-hari (Ebert, 2000). Remaja putri masih banyak yang berpandangan bahwa menstruasi adalah hal yang menakutkan, karena bisa menyebabkan timbulnya rasa tidak nyaman, sakit perut, pusing, dan lain-lain pada dirinya (Kartono, 2010). Remaja putri yang mengalami kecemasan dalam menghadapi menstruasi ini disebabkan oleh ketidaksiapan mental, kurangnya pengetahuan tentang menstruasi serta kurangnya perilaku yang baik terhadap perubahan fisik dan psikologis (Fajriannor, 2018). Kecemasan yang dialami remaja dalam menghadapi semua tantangan ini tidak lepas dari kejadian dismenorea yang merupakan gangguan paling sering terjadi pada remaja. Prevalensi dismenorea cukup tinggi (French, 2008; Harel, 2002). Dismenorea yang dialami remaja berdampak pada kehidupan sehari-harinya.

Kehidupan remaja di panti asuhan membutuhkan perhatian yang lebih terutama permasalahan dalam menghadapi menstruasi yang dialami secara rutin setiap

bulannya. Lingkungan panti yang tentu saja berbeda dengan rumah, adanya tantangan baru selama pandemi COVID-19. Latar belakang ini membuat peneliti tertarik untuk mengetahui adakah hubungan tingkat kecemasan masa pandemic COVID-19 dengan kejadian dismenorea pada remaja putri di Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang Kabupaten Semarang.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan pendekatan kuantitatif dengan metode survei. Subyek penelitian ini adalah remaja putri yang sudah mengalami menstruasi dan tinggal di Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang Kabupaten Semarang. Data diambil menggunakan kuesioner DASS-42, merupakan alat ukur tingkat stress, kecemasan, dan depresi yang berisi 42 pertanyaan yang terlampir di dalam kuesioner. Kuesioner terdiri dari pertanyaan tentang gejala stress, gejala kecemasan, dan gejala depresi, penelitian ini dilaksanakan pada bulan Agustus 2021. Uji Statistik menggunakan analisis deskriptif untuk mengetahui karakteristik responden, dan analisis bivariat dengan uji Kendall Tau.

3. PEMBAHASAN

Tabel 1. Karakteristik Responden

Karakteristik	Jumlah (n=37)	Persentase (%)
Umur		
Remaja Awal (11-14 tahun)	9	24.3

Remaja Tengah (15-17 tahun)	7	18,9
Remaja Akhir (17-21 tahun)	21	56,8
Dismenorea		
Ya	23	62,2
Tidak	14	37,8
Tingkat Kecemasan		
Sangat Parah	5	13,5
Parah	16	43,2
Sedang	8	21,6
Ringan	3	8,1
Normal	5	13,5

Tabel 1 menunjukkan bahwa Sebagian besar responden masuk dalam kategori remaja akhir dan sebagian besar mengalami dismenorea. Remaja akan mengalami dismenorea selama berlangsungnya siklus menstruasi. Dismenorea dapat mengganggu aktivitas remaja dan secara tidak langsung dapat mengganggu kualitas hidupnya apabila tidak ditangani menurut Rudi dalam (Wagiyo & Rahmawati, 2018). Dismenorea sendiri menurut penyebabnya dibagi menjadi 2 yaitu Dismenorea Primer dan Dismenorea Sekunder. Dismenorea yang biasa dialami oleh sebagian besar wanita khususnya remaja adalah Dismenorea Primer.

Dismenore yang terjadi pada remaja sebagian besar tergolong dismenore primer. Sebagian besar nyeri haid terjadi saat usia remaja dan dapat menimbulkan dampak konflik emosional, ketegangan dan kegelisahan (Lestari dkk., 2014). Nyeri saat haid menyebabkan ketidaknyamanan dalam aktivitas fisik sehari-hari. Dismenore mengganggu kehidupan perempuan jika dibandingkan dengan perempuan yang tidak mengalami dismenore (Unsal dkk., 2010).

Dismenorea dapat diterapi dengan dua cara yaitu terapi farmakologi dan terapi non-farmakologi. Upaya non-farmakologi untuk mengatasi dismenorea yaitu dengan cara olahraga peregangan otot. Peregangan otot yang di sarankan adalah peregangan otot pada bagian perut dan bagian panggul. Peregangan otot diharapkan dapat membuat otot-otot akan melemas dan rileks, sehingga dismenorea akan berkurang (Wagiyo & Rahmawati, 2018). Penelitian (Sahin dkk., 2018) menunjukkan bahwa remaja yang mengalami dismenorea memiliki skor depresi dan kecemasan lebih tinggi dan kualitas hidup terganggu pada remaja dengan dismenore. Remaja dengan dismenorea mengalami peningkatan tingkat depresi dan kecemasan gangguan kesehatan psikososial sehingga menyebabkan penurunan kualitas hidup.

Tabel di atas menunjukkan hasil bahwa tingkat kecemasan terbanyak pada responden adalah kecemasan parah. Responden yang memiliki tingkat kecemasan normal hanya sebanyak 13,5%. Artinya Sebagian besar mengalami kecemasan dengan berbagai tingkat

mulai dari ringan hingga sangat parah. Kecemasan yang terjadi pada remaja walupun berada di bawah ambang diagnostik, memberikan dampak kehidupan sehari-hari remaja. Remaja yang

cemas berbeda secara bermakna dari rekan-rekan mereka dalam domain afektif, perilaku, dan kontekstual (Jamner, n.d.).

Tabel 4.2 Analisis Hubungan Tingkat Kecemasan dengan Dismenorea

Variabel	Dismenore				ρ value
	Ya		Tidak		
	Σ	%	Σ	%	
Tingkat Kecemasan					
Sangat Parah	3	8.1	2	5.4	
Parah	13	35.1	3	8.1	0.015
Sedang	7	18.9	1	2.7	
Ringan	0	0	3	8.1	
Normal	0	0	5	13.5	
	23	62.1	14	37.8	

Hasil penelitian sesuai tabel 2 menunjukkan bahwa responden dengan tingkat kecemasan parah mengalami dismenorea sebanyak 35.1%. Responden yang tingkat kecemasannya normal dan ringan tidak ada yang mengalami dismenorea. Gangguan kecemasan dan depresi adalah salah satu gangguan mental yang paling umum di masa remaja (Polanczyk dkk., 2015). Remaja yang tinggal di panti asuhan lebih banyak berinteraksi dengan para pengasuh dan teman-teman yang sama-sama tinggal di panti asuhan. Remaja yang tinggal di panti asuhan berkembang dengan bimbingan dan perhatian dari pengasuh yang menjadi pengganti orangtua dalam keluarga. Para pengasuh memiliki peran membantu, melatih, dan membimbing remaja panti asuhan supaya dapat mengembangkan

dirinya secara optimal, tetapi kenyataan ini kadang sulit dicapai secara memuaskan. Tidak bisa dipungkiri hal ini membuat remaja mengalami kecemasan ditambah dengan situasi pandemi COVID-19 yang membuat aktivitas remaja menjadi terbatas.

Proses interaksi secara terus menerus dalam kehidupan remaja di panti asuhan sangatlah penting. Interaksi ini bermanfaat supaya remaja dapat melakukan penyesuaian diri dengan perubahan baik di dalam panti maupun perubahan dalam hubungannya dengan interaksi yang dilakukan di dunia luar. Hal ini merupakan penyesuaian diri sebagai proses dalam kehidupan tidak terlepas dari pengalaman yang diperoleh dari orang-orang di sekitarnya, diantaranya dukungan dari orang terdekat (Singstad dkk., 2021).

Bagi remaja panti asuhan, lingkungan panti asuhan merupakan lingkungan sosial utama yang dikenalnya dan merupakan sumber dukungan sosial yang utama. Dukungan sosial ini didapatkan remaja dari pengasuh dan teman-teman sesama penghuni panti asuhan. Thoits dalam (Rutter dkk., 1993) menyebutkan dukungan sosial adalah derajat dimana kebutuhan dasar individu akan afeksi, penerimaan, kepemilikan, dan rasa aman didapatkan melalui interaksi dengan orang lain.

Hasil penelitian pada tabel 2 menunjukkan ada hubungan tingkat kecemasan responden dengan dismenorea, sesuai dengan penelitian (Diana Putri & Nancy, 2021) bahwa ada hubungan tingkat kecemasan dengan dismenorea pada remaja. Penelitian lain yang sejalan dilakukan di Bandung dimana ada hubungan antara tingkat kecemasan remaja putri dengan kejadian dismenorea (Sukmiati dkk., 2017). Penelitian yang dilakukan oleh (Balik dkk., 2014) mendapatkan hasil yang sama yaitu ada hubungan antara kecemasan dengan dismenorea pada remaja putri. Remaja sangat rentan mengalami kecemasan sehingga perlu pendampingan dalam menghadapi dismenorea saat menstruasi.

4. KESIMPULAN

Remaja putri di Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang Kabupaten Semarang yang mengalami dismenorea sebanyak 62,2%, yang

mengalami kecemasan pada tingkat parah sebanyak 43,2%. Ada hubungan tingkat kecemasan masa Pandemi COVID-19 dengan dismenorea pada remaja putri di Panti Asuhan Aisyiyah Tuntang Kabupaten Semarang.

DAFTAR PUSTAKA

- Balik, G., Ustuner, I., Kagitci, M., & Sahin, F. . (2014). Is There a Relationship between Mood Disorders and Dysmenorrhea? *The Journal of Pediatrics*, 27(6), 371–374. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jpag.2014.01.108>
- Diana Putri, E., & Nancy, A. (2021). Aktifitas Fisik, Riwayat Dismenore Keluarga dan Kecemasan dengan Dismenore pada Remaja. *SIMFISIS Jurnal Kebidanan Indonesia*, 1(1), 35–43. <https://doi.org/10.53801/sjki.v1i1.4>
- Ebert, M. . (2000). *Current diagnosis & treatment in psychiatry*. Loosen PT and Nurcombe B.
- Fajriannor, M. (2018). Hubungan Persepsi Anak Terhadap Peran Ibu dengan Tingkat Kecemasan Saat Menstruasi Pertama. *Jurnal Dinamika Kesehatan*, 9(1), 566–575.
- French, L. (2008). Dysmenorrhea in adolescents, diagnosis and treatment. *Pediatr Drugs*, 10, 1–7.
- Harel, Z. A. (2002). Contemporary approach to dysmenorrhea in adolescent. *Pediatr Drugs*, 4,

- 787–806.
- Hurlock, E. . (1997). *Psikologi Perkembangan: Suatu Pendekatan Sepanjang Rentang Kehidupan*. Erlangga.
- Jamner, L. D. (n.d.). *Anxiety , Affect , and Activity in Teenagers: Monitoring Daily Life With Electronic Diaries*. Related papers Anxiety , Affect , and Activity in Teenagers : <https://doi.org/10.1097/00004583-200206000-00005>
- Kartono. (2010). *Psikologi Wanita I Mengenal Gadis Remaja dan Wanita Dewasa*. Bandar Maju.
- Lestari, W., Margawati, A., & Rahfiludin, M. Z. (2014). *Faktor risiko stunting pada anak umur 6-24 bulan di kecamatan Penanggalan kota Subulussalam provinsi Aceh*. 3(1), 37–45.
- Plan international. (2020). *Coronavirus is making periods worse for Girls and women*. Plan international organization. <https://plan-international.org/news/2020/05/28/coronavirus-is-making-periods-worse-for-girls-and-women/>
- Polanczyk, G. ., Salum, G. ., Sugaya, L. ., Caye, A., & Rohde, L. A. (2015). Annual research review: A meta-analysis of the worldwide prevalence of mental disorders in children and adolescents. *J. Child Psychol. Psychiatry*, 56, 345–365.
- Rutter, D. R., Chesham, D. J., & Quine, L. (1993). *Social psychological approaches to health*. Harvester Wheatsheaf.
- Sahin, N., Kasap, B., Kirli, U., Yeniceri, N., & Topal, Y. (2018). Assessment of anxiety-depression levels and perceptions of quality of life in adolescents with dysmenorrhea. *Reproductive Health*, 15(1), 1–7. <https://doi.org/10.1186/s12978-018-0453-3>
- Singstad, M. T., Wallander, J. L., Greger, H. K., Lydersen, S., & Kayed, N. S. (2021). Perceived social support and quality of life among adolescents in residential youth care: a cross-sectional study. *Health and Quality of Life Outcomes*, 19(1), 1–12. <https://doi.org/10.1186/s12955-021-01676-1>
- Sukmiati, E., Khoirunnisa, M., & Rahayu, D. (2017). Hubungan Kecemasan Remaja Putri Kelas VII Dengan Kejadian Dysmenorrhea Di SMPN 27 Bandung. *Jurnal Kesehatan Aeromedika*, 3(2), 11–15. <https://jurnal.poltekestniau.ac.id/jka/article/view/4>
- Trant, A. ., Margita, A. ., Camenga, D., Braverman, P., Wagner, D., Espinal, M., Kisanga, E. ., Lundsberg, L., Sheth, S. ., & Fan, L. (2022). Menstrual Health and Hygiene among Adolescents in the United States. *Journal of Pediatric and Adolescent Gynecology*. <https://doi.org/https://doi.org/10.1016/j.jpag.2021.12.014>
- Unsal, A., Ayranci, U., Tozun, M.,

- Arslan, G., & Calik, E. (2010). Prevalence of Dysmenorrhea and Its Effect on Quality of Life Among a Group of Female University Students. *Ups J Med Sci*, 115(2), 138–45. <https://www.ncbi.nlm.nih.gov/pmc/articles/PMC2853792/>
- Wagiyo, & Rahmawati. (2018). Pengaruh Pemberian Abdominal Stretching Exercise Terhadap Tingkat Nyeri Dismenorea Pada Siswi di SMP N 30 Semarang. *Jurnal Ilmiah Keperawatan. Jurnal Ilmiah Keperawatan, Maret*.
- WHO. (2017). *World Mental Health Day 2017*. http://www.who.int/mental_health/world-mental-health-day/2017/en