

HUBUNGAN TINGKAT KECEMASAN DAN DISMENORE TERHADAP KONSENTRASI BELAJAR PADA REMAJA SISWI DI SMKN X KOTA BEKASI

Niken Dwi Wulandari
201805028

ABSTRAK

Remaja adalah suatu proses tumbuh kembang menuju sebuah kematangan. Remaja didefinisikan juga sebagai perubahan dari masa anak menuju ke dewasa. Konsentrasi belajar adalah pemfokusan dalam proses pembelajaran, Salah satu hambatan yang membuat pemusatan perhatian rendah yaitu dismenore pada remaja dan biasanya remaja yang mengalami dismenore dapat menyebabkan aktivitas sehari-hari terganggu seperti kurang minat belajar, konsentrasi belajar yang menurun sehingga tidak bisa menangkap materi yang disampaikan. Rasa cemas dapat menyebabkan nyeri dan mempengaruhi terjadinya dismenore sehingga membuat emosi seseorang tidak stabil dan aktivitas menjadi terhambat. Tujuannya untuk mengetahui hubungan antara tingkat kecemasan dan dismenore terhadap konsentrasi belajar pada remaja siswi di SMKN X Kota Bekasi. Metode menggunakan kuantitatif dengan desain korelasional dengan pendekatan cross sectional. Teknik yang digunakan yaitu dengan Teknik simple random sampling didapatkan sampel 100 responden analisis dilakukan menggunakan uji *chi-square*. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden memiliki tingkat kecemasan dengan kategori sedang yaitu sebanyak 36%. Sebagian besar responden memiliki tingkat nyeri dengan kategori sedang yaitu sebanyak 39%. Sebagian besar responden memiliki konsentrasi belajar dengan kategori terganggu yaitu sebanyak 48%. Berdasarkan hasil bivariat menunjukkan bahwa terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat kecemasan terhadap konsentrasi belajar ($p\text{-value} = 0,019$) dan terdapat hubungan yang signifikan antara dismenore terhadap konsentrasi belajar ($p\text{-value} = 0,007$) pada remaja siswi di SMKN X Kota Bekasi. Dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara tingkat kecemasan dan dismenore terhadap konsentrasi belajar pada remaja siswi di SMKN X Kota Bekasi

Kata Kunci : Kecemasan, Dismenore, Konsentrasi belajar, Remaja

ABSTRACT

Adolescence is a process of growth and development of a person towards maturity. Adolescence is also defined as a transition from being a child to an adult. Concentration of learning is focusing in the learning process. One of the obstacles that makes students lack of attention is dysmenorrhea in adolescents and usually teenagers who experience dysmenorrhea can cause daily activities to be disrupted such as lack of interest in learning, decreased concentration in learning so they cannot understand any material presented for them. Anxiety can cause pain and affect the occurrence of dysmenorrhea so that it makes a person's emotions unstable and likely make the same avoiding to carry out many activities. The objective of this study is to determine the relationship between the level of anxiety and dysmenorrhea on the concentration of learning in adolescent students at the State of Vocational High School X of Bekasi City. The method uses in this study is a quantitative with a correlational design with a cross sectional approach. The technique used is the simple random sampling technique obtained a sample of 100 respondents, while the analysis was carried out using the chi-square test. The results indicated that most of the respondents had a moderate level of anxiety as much as 36%. Most of the respondents had a moderate level of pain, which was 39%. Most of the respondents have a learning concentration in the disturbed category as much as 48%. Based on bivariate results, it shows that there is a significant relationship between anxiety levels and concentration level of the students during their learning ($p\text{-value} = 0.019$) and there is a significant relationship between dysmenorrhea and concentration level of the students during their learning process ($p\text{-value} = 0.007$) in adolescent female students at the State Vocational High School X of Bekasi City. It can be concluded that there is a relationship between the level of anxiety and dysmenorrhea on the concentration level of the female students during their learning process at the State Vocational High School X of Bekasi City.

Keywords: Anxiety, Dysmenorrhea, Concentration Level in Learning, Adolescent