

Hubungan Tingkat Kecemasan dan Intensitas Nyeri Haid dengan Konsentrasi Belajar Remaja Putri

Putri Rismawati ^{1*}, Nutrisia Nu'im Haiya ², Iwan Ardian ³, Intan Rismatul Azizah ⁴

¹⁻⁴ Universitas Islam Sultan Agung Semarang, Indonesia

Email: putri.rismawatis16@gmail.com ^{1*}, haiya@unissula.ac.id ², iwanardian@unissula.ac.id ³, intanrisma278@gmail.com ⁴

Abstrac, The intensity of menstrual pain in adolescent girls can decrease study concentration due to discomfort and anxiety affected by hormonal changes during menstruation. This study aims to determine the relationship between the level of anxiety and intensity of menstrual pain with adolescent girls' study concentration. This study uses a quantitative method with a cross sectional analytical approach, with a total of 133 respondents determined by the solvin formula. Data collection used three instruments: Anxiety level, intensity of menstrual pain, and study concentration. The data analysis was carried out using the Spearman Rank test with valid and rebable questionnaires. The study showed that there was a significant relationship between anxiety level and learning concentration P-Value = 0.000 and rho = 0.426 while menstrual pain and learning concentration P-Value = 0.000 and rho = 0.515. so it can be concluded that there is a relationship between the level of anxiety and intensity of menstrual pain and the concentration of adolescent girls' learning. This research can increase the role of community nurses in counseling, reproductive education and relaxation training for female students with menstrual pain, anxiety and learning concentration disorders.

Keywords: Anxiety, Menstrual pain, study concentration..

Abstrak, Intensitas nyeri haid pada remaja putri dapat menurunkan konsentrasi belajar akibat ketidaknyamanan dan kecemasan yang dipengaruhi oleh perubahan hormonal selama menstruasi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara Tingkat kecemasan dan inttensitas nyeri haid dengan konsentrasi belajar remaja putri. Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan analitik cross sectional, dengan jumlah responden 133 yang ditentukan dengan rumus solvin. Pengumpulan data menggunakan tiga instrument: Tingkat kecemasan, intensitas nyeri haid, dan konsentrasi belajar. Analisa data yang dilakukan menggunakan uji Spearman Rank dengan kusioner yang telah valid dan rebel. Penelitian menunjukkan adanya hubungan signifikan antara Tingkat kecemasan dan konsentrasi belajar P-Value = 0.000 dan rho = 0.426 sedangkan nyeri haid dan konsentrasi belajar P-Value = 0.000 dan rho = 0.515. sehingga dapat disimpulkan bahwa terdapat hubungan antara Tingkat kecemasan dan intensitas nyeri haid dengan konsentrasi belajar remaja putri. Penelitian ini dapat meningkatkan peran perawat komunitas dalam konseling, edukasi reproduksi dan pelatihan relaksasi bagi siswi dengan nyeri haid, kecemasan dan gangguan konsentrasi belajar.

Kata kunci: Kecemasan, konsentrasi belajar, Nyeri haid

1. PENDAHULUAN

Belajar merupakan suatu proses mengubah kepribadian seseorang menjadi lebih baik dari sebelumnya dengan memperoleh pengetahuan, keterampilan, perilaku dan kemampuan lainnya. Konsentasi berperan utama dalam pembelajaran, namun dapat dipengaruhi oleh faktor internal, seperti kondisi fisik dan mental. Salah satu faktor yang mengganggu konsentrasi belajar remaja putri adalah nyeri haid, yang sering disertai dengan kecemasan akibat perubahan hormonal (Arifudin, 2022).

Gangguan mental emosional adalah suatu kondisi yang menunjukkan bahwa seseorang mengalami perubahan emosional yang bisa berkembang menjadi kondisi yang berbahaya apabila terus berlanjut, maka perluantisipasi untuk menjaga kesehatan jiwa masyarakat

terbangun (Safitri, 2020). Menstruasi dapat mengganggu aktivitas pembelajaran pada remaja putri, menyebabkan penurunan semangat dan konsentrasi, sehingga materi Pelajaran sulit diterima dengan baik. Nyeri haid yang dirasakan seperti nyeri yang menusuk hingga nyeri hebat dibagian bawah perut, bahkan dapat menyebabkan kesulitan dalam beraktivitas. Proses pembelajaran yang optimal memerlukan konsentrasi yang baik agar siswi dapat mencapai hasil belajar yang maksimal. Kurangnya konsentrasi dapat menghambat efektivitas pembelajaran, salah satu faktornya adalah nyeri haid. Nyeri haid primer dapat mengganggu aktivitas belajar, menyebabkan ketidaknyamanan, dan dalam beberapa kasus, mengakibatkan siswi izin atau tidak masuk sekolah (Saputra et al., 2021).

WHO mencatat bahwa 90% wanita mengalami nyeri haid, dengan 10-15% di antaranya mengalami nyeri haid berat. Di Indonesia prevelensi nyeri haid mencapai 64,25%, terdiri dari nyeri haid primer sebesar 54,89% dan nyeri haid sekunder sebesar 9,36% (Sukei et al., 2023). Nyeri haid yang berat dapat menyebabkan ketidaknyamanan, insomnia dan kecemasan yang berujung pada menurunnya konsentrasi belajar.

Kecemasan merupakan perasaan takut atau khawatir yang muncul sebagai respon terhadapantisipasi bahaya, ditandai dengan ketegangan, peningkatan denyut nadi, nafas yang cepat dan tekanan darah. Faktor hormonal seperti estrogen, progesteron, dan testosterone dapat meningkatkan kecemasan terutama pada wanita saat pre-menstruasi. remaja putri yang mengalami nyeri haid sering mengalami kecemasan yang berdampak pada penurunan konsentrasi belajar sehingga menghambat pemahaman dan penerimaan materi Pelajaran (Setiawan & Lestari, 2018).

Penelitian oleh Putri (2017) menunjukkan bahwa nyeri haid selama pembelajaran mengganggu aktivitas belajar. Ketidaknyamanan ini menyebabkan sulitnya konsentrasi, bahkan beberapa siswi meminta izin pulang atau beristirahat di UKS. Studi pendahuluan terhadap 20 siswi MA Negeri 1 Kota Semarang menunjukkan bahwa mayoritas mengalami nyeri haid dengan berbagai tingkatan, serta gejala kecemasan yang berdampak pada proses belajar. Berdasarkan permasalahan ini, penelitian ini bertujuan untuk menganalisis hubungan antara Tingkat kecemasan dan intensitas nyeri haid terhadap konsentrasi belajar remaja putri.

2. METODE

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan pendekatan analitik *cross sectional* untuk menjelaskan hubungan Tingkat kecemasan dan intensitas nyeri haid pada konsentrasi belajar remaja putri. Data yang dikumpulakn menggunakan 3 instrumen yaitu Tingkat kecemasan, intensitas nyeri haid dan konsentrsi belajar. Jumlah sampel pada penelitian

ini dihitung dengan rumus solvin dan didapatkan sebanyak 133 responden. Data analisis menggunakan uji *Spearman Rank*. Penelitian ini sudah lolos uji etik dengan nomor: 1122/A.1-KEPK/FIK-SA/X/2024 dan telah mendapatkan izin penelitian dari MAN. Pengambilan data dilakukan melalui kuesioner tingkat kecemasan HRS, penilaian nyeri NRS, dan kuesioner konsentrasi belajar yang diisi oleh siswi sesuai kriteria inklusi dan eksklusi. Proses pengolahan data terdiri dari *editing*, *coding*, *tabulasi data*, dan *analiting data* dengan Teknik korelasi uji *spearman rank* memanfaatkan alat SPSS.

3. HASIL

Bab ini menjelaskan hasil penelitian terhadap Tingkat kecemasan dan intensitas nyeri haid terhadap konsentrasi belajar remaja putri di MA Negeri 1 Kota Semarang. Penelitian dilaksanakan pada tanggal 19-21 November 2024 dengan metode pengumpulan data melalui kuesioner. Instrument yang digunakan meliputi *Hamilton Anxiety Rating Scale* untuk kecemasan, Numeric Rating Scale untuk nyeri haid, dan kuesioner konsentrasi belajar, dengan jumlah sampel penelitian 133 responden.

Tabel 1 Distribusi frekuensi karakteristik responden (n=133)

Indikator		Frekuensi	Presentase
Umur	16	3	2,3
	17	103	77,4
	18	27	20,3
	Total	133	100,0%
Tingkat Kecemasan	Ringan	17	12,8
	Sedang	44	33,1
	berat	72	54,1
	Total	133	100,0%
Nyeri haid	Nyeri ringan	14	10,5
	Nyeri sedang	40	30,1
	Nyeri berat	79	59,4
	Total	133	100,0%
Konsnetrasi	Rendah	89	66,9
	Sedang	41	30,8
	tinggi	3	2,3
	Total	133	100,0%

Pada tabel menunjukkan hasil bahwa jumlah usia responden terbanyak pada penelitian ini adalah usia 17 tahun yaitu 103 siswi (77,4%), dan paling sedikit usia 16 tahun yaitu 3 siswi (2,3%). Sebagian besar responden mengalami kecemasan

berat yaitu 72 siswi (54,1%) sedangkan 44 siswi mengalami kecemasan sedang (33,1%) dan 17 siswi mengalami kecemasan ringan (12,8%). Sedangkan jumlah responden yang mengalami nyeri berat ada 79 siswi (59,4%) sedangkan 40 siswi mengalami nyeri sedang (30,1%) dan yang mengalami nyeri ringan berjumlah 14 siswi (10,5%). Hasil konsentrasi belajar pada siswi menunjukkan bahwa rata-rata berada pada kategori rendah 89 siswi (66,9%) ah, 41 siswi (30,8%) mengalami konsentrasi sedang dan 3 siswi (2,3%) mengalami konsentrasi tinggi.

Tabel 2 Hubungan Tingkat kecemasan dengan konsentrasi belajar remaja putri (n=133)

		Konsentrasi belajar						total			
		Rendah		Sedang		Tinggi				P	r
		f	%	f	%	f	%	f	%		
Tingkat	Rendah	17	1,8	0	0,0	0	0,	17	12,8	0,00	0,51
kecemasan	Sedang	40	30,1	4	3,0	0	0,	44	33,1		
n	Tinggi										
	Berat	32	24,1	37	27,8	3	2,3	72	54,1		
Total		89	66,9	41	30,8	3	2,3	133	100,0		

Tabel 4.5 Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar responden 40 (30,1%) mengalami kecemasan sedang konsentrasi rendah. Sebanyak 32 (24,1%) mengalami kecemasan berat konsentrasi rendah, dan 17 (12,8%) mengalami kecemasan ringan dengan konsentrasi rendah. Uji spearman menunjukkan hubungan signifikan antara Tingkat kecemasan dan konsentrasi belajar ($P= 0,000$ dengan koefisien 0,515) dengan kekuatan korelasi sedang.

Tabel 3 Hubungan intensitas nyeri haid dengan konsentrasi belajar remaja putri (n=133)

		Konsentrasi belajar						total			
		Rendah		Sedang		Tinggi					
		h		g		i				P	r
		f	%	f	%	f	%	f	%	value	
Nyeri haid	Ringan	14	10,5	0	0,0	0	0,0	14	10,5	0,00	0,42
			5				0				
	Sedang	35	26,3	5	3,8	0	0,0	40	30,1		
	g		3				0				
	Berat	40	30,1	36	27,1	3	2,3	79	59,4		
			1		1		3				
Total		89	66,9	41	30,8	3	2,3	13	10,0		
l			9		8		3	3	0		

Dari tabel 4.6 menunjukkan hasil yang terbanyak mengalami nyeri haid berat dengan konsentrasi rendah yaitu 40 (30,1) responden. Sedangkan yang mengalami nyeri haid sedang dengan konsentrasi belajar rendah ada 35 (26,3) responden, dan yang mengalami nyeri haid ringan dengan konsentrasi belajar rendah hanya 14 (10,5) responden. Hasil uji statistik menggunakan *spearman* dengan nilai $P = 0,000$ yaitu $< 0,05$ yang artinya ada hubungan antara nyeri haid dengan konsentrasi belajar remaja putri MA Negeri 1 Kota Semarang. Didapatkan hasil koefisien (r) yaitu 0,426 yang artinya hubungan nyeri haid dengan konsentrasi belajar remaja putri memiliki korelasi sedang.

Pembahasan

Dari hasil yang didapatkan dengan ini dapat diartikan bahwa anak-anak remaja banyak yang mengalami nyeri karena adanya peningkatan sekresi hormon prostaglandin. Penelitian ini sependapat dengan (Susaldi et al., 2024) yang terdapat karakteristik usia responden yang mengalami nyeri haid bahwa mean berusia 16-17 tahun. Nyeri haid dipengaruhi oleh usia remaja, Dimana peningkatan sekresi hormon prostaglandin selama menstruasi menyebabkan rasa nyeri beberapa hari sebelum maupun saat menstruasi. pada wanita yang lebih tua, intensitas nyeri cenderung berkurang karena sekresi prostaglandin menurun dan leher rahim

membesar. Selain itu, seiring bertambahnya usia kejadian nyeri haid juga semakin berkurang akibat penurunan fungsi saraf paa rahim (Rudatiningtyas et al., 2022).

Didapatkan hasil sebagian besar responden mengalami kecemasan berat Penelitian yang telah dilakukan oleh Amiman *et al.*, (2019) menunjukkan jumlah responden yang memiliki kecemasan terbanyak yaitu ada pada tingkatan kecepasan berat. Kecemasan merupakan gangguan psikologis yang ditandai dengan perasaan takut, khawatir berlebihan, dan kegugupan terkaid masa yang akan datang. Seseorang yang cemas merasa tidak dapat mengendalikan kejadian yang dianggap menakutkan, sehingga menilainya sebagi sesuatu yang mengerikan (Hanifah, *et al.*, 2020). Kecemasan yang terjadi karena adanya perasaan takut terhadap kemungkinan terjadinya sesuatu akibat antisipasi bahaya. Berbagai faktor seperti pengaruh lingkungan, persaingan, dan peristiwa kehidupan dapat berdampak pada Kesehatan mental seseorang.

Remaja putri yang mengalami nyeri haid dipengaruhi oleh faktor psikologis, seperti stress. Pada usia remaja akhir, terutama di Tingkat SMA terjadi perubahan fisik dan psikologis yang signifikan membuat mereka rentan terhadap stress. Stress dan peningkatan hormon prostaglandin menjadi faktor yang berkontribusi terhadap intensitas nyeri haid yang dirasakan. Telah diperoleh hasil dari karakteristik nyeri haid responden pada penelitian ini yang menunjukkan responden yang mengalami nyeri haid terbanyak berada pada tingkatan nyeri berat.

Penelitian ini sependapat dengan penelitian yang dilakukan oleh Setiawan & Lestari (2018) dilaksanakan di SMPN 3 Pulung dengan penelitian disminore yang dinilai menggunakan skala nyeri NRS telah didapatkan hasil Sebagian besar responden mengalami nyeri berat. Nyeri haid berpengaruh signifikan terhadap penurunan kualitas hidup wanita karena dapat menghambat aktivitas sehari-hari. Salah satu alasan utama ketidakhadiran remaja putri di sekolah adalah nyeri haid yang berdampak pada penurunan kualitas belajar, konsentrasi, dan prestasi akademik (Selvina Widiarti *et al.*, 2024). Aktivitas belajar melibatkan berbagai aspek seperti sikap, pikiran, dan perhatian. Aktivitas belajar dipengaruhi oleh faktor fisik dan psikis. Kesehatan fisik dan mental yang baik mendukung konsentrasi dan semangat belajar, sementara kondisi yang buruk dapat menghambat proses belajar.

Konsentrasi belajar pada penelitian ini ditemukan responden rata-rata berada pada kategori rendah. Penelitian oleh Juliyanti et al. (2023) menunjukkan bahwa rata-rata konsentrasi belajar pada siswi berada dalam kategori rendah, dengan mayoritas responden memiliki tingkat konsentrasi sedang. Aktivitas belajar merupakan faktor penting dalam keberhasilan siswa, yang melibatkan sikap, pemikiran, dan perhatian dalam proses

pembelajaran. Aktivitas ini mencakup mendengar penjelasan guru, mencatat, berdiskusi, bertanya, berpendapat, serta mengerjakan tugas secara individu maupun kelompok (Wardana & Djamaluddin, 2021).

Konsentrasi dalam belajar dapat dipengaruhi oleh faktor fisik dan psikis. Kesehatan fisik yang baik mendukung daya tahan tubuh sehingga siswa dapat belajar dengan optimal. Sebaliknya, kondisi fisik yang kurang baik dapat menyebabkan kelelahan, kurang semangat, dan gangguan fokus. Selain itu, faktor psikis juga berperan dalam aktivitas belajar, di mana tekanan emosional dapat menghambat konsentrasi. Oleh karena itu, menjaga kesehatan fisik dan mental menjadi hal penting agar siswa dapat belajar dengan lebih efektif (Hanum, 2020).

Penelitian ini menunjukkan bahwa terdapat hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dan konsentrasi belajar pada remaja putri di MA Negeri 1 Kota Semarang. Hasil uji Spearman mengungkapkan korelasi dengan tingkat keeratan sedang, dimana semakin tinggi Tingkat kecemasan yang dirasakan maka semakin rendah konsentrasi belajar remaja putri. Kecemasan mengaktifkan system saraf otonom, memicu pelepasan hormon stress seperti adrenalin dan norepinefrin. Hal ini meningkatkan detak jantung, tekanan darah, dan pernafasan. Kecemasan berlebihan dapat mengganggu fokus dan perhatian, sehingga menurunkan kualitas belajar.

Sesependapat dengan hasil penelitian ini yang dilakukan oleh Sukendra (2018) membahas adanya hubungan antara Tingkat kecemasan, kemampuan berfikir logis dan hasil belajar matematika menunjukkan bahwa kecemasan memiliki dampak negative terhadap kemampuan berfikir logis dan konsentrasi belajar siswa. Penelitian oleh Juliyanti et al. (2023) menemukan bahwa tingkat kecemasan berpengaruh terhadap konsentrasi belajar remaja putri di Universitas Widya Husada Semarang. Responden dengan kecemasan sedang dan berat mengalami kesulitan dalam berkonsentrasi saat belajar. Gejala yang muncul meliputi rasa cemas, gelisah, lemas, ketidaktenangan, dan kesulitan fokus. Hasil penelitian ini menunjukkan bahwa semakin tinggi tingkat kecemasan, semakin besar hambatan dalam proses belajar.

Penelitian ini juga menemukan adanya hubungan antara nyeri haid dengan konsentrasi belajar dengan tingkat keeratan sedang, yang berarti nyeri haid mempengaruhi konsentrasi belajar, namun tidak sepenuhnya menghambat. Sebagian besar siswi yang mengalami nyeri haid berat memiliki tingkat konsentrasi yang rendah. Nyeri haid primer disebabkan oleh peningkatan kadar prostaglandin, yang dapat menimbulkan iskemia miometrium serta gejala sistemik seperti sakit kepala, mual, muntah, dan gangguan tidur sehingga berdampak pada aktivitas belajar. Penelitian oleh Nofeni et al (2023) menunjukkan bahwa dismenorea mengganggu aktivitas belajar remaja. Analisis menggunakan korelasi rank spearman

menunjukkan hubungan antara dismenoreia dan aktivitas belajar pada remaja di Panti Asuhan Putri Muhammadiyah Purwokerto. Ketidaknyamanan akibat menstruasi berdampak pada kemampuan belajar mereka. Penelitian sebelumnya menyimpulkan bahwa terdapat hubungan antara dismenore dan aktivitas belajar pada siswi di SMP Global Islamic School. Tingkat nyeri yang dirasakan saat dismenore bervariasi, mempengaruhi aktivitas belajar secara berbeda pada setiap individu (Abiwarsa et al., 2024).

Hasil analisis menunjukkan bahwa kecemasan dan nyeri haid berpengaruh terhadap konsentrasi belajar. Aktivasi sistem saraf akibat nyeri haid yang berat dapat meningkatkan pelepasan hormon stres seperti kortisol, yang berdampak pada gangguan kognitif, termasuk kesulitan berkonsentrasi, penurunan daya ingat, serta gangguan pengambilan keputusan. Rasa nyeri yang dialami juga dapat memperburuk kecemasan, yang semakin menurunkan fokus belajar (Suhri, 2022).

Ketidaknyamanan akibat nyeri haid dapat memperburuk kecemasan remaja putri, meningkatkan emosional selama menstruasi. Penjelasan dari Setiawan & Lestari, (2018) nyeri haid sangat mengganggu aktivitas sehari-hari termasuk terganggunya aktivitas belajar pada remaja putri, tidak jarang pada saat belajar dan muncul rasa nyeri saat haid membuat remaja putri kurang berkonsentrasi, hingga mereka meminta izin ke ruang UKS untuk beristirahat dan meminta obat. Penelitian ini sejalan dengan studi sebelumnya yang menunjukkan adanya hubungan negatif signifikan antara Tingkat kecemasan dan dismenore terhadap konsentrasi belajar mahasiswa fakultas kedokteran universitas malahayati. Hal ini menunjukkan bahwa semakin tinggi Tingkat kecemasan dan dismenore maka semakin rendah Tingkat konsentrasi belajar pada mahasiswa fakultas kedokteran malahayati, sebaliknya semakin rendah Tingkat kecemasan dan dismenore maka semakin tinggi Tingkat konsentrasi belajar pada mahasiswa fakultas kedokteran universitas malahayati (Dewi et al., 2021). Penelitian oleh temuan Juliyanti et al (2023), yang menunjukkan hubungan signifikan antara tingkat kecemasan dan intensitas nyeri pada remaja putri di Prodi Keperawatan Program Sarjana Universitas Widya Husada Semarang. Selain itu, hasil penelitian juga menunjukkan adanya hubungan antara tingkat kecemasan dan konsentrasi belajar remaja putri di universitas tersebut. Oleh karena itu, pengelolaan kecemasan dan penanganan nyeri haid yang tepat sangat diperlukan untuk meningkatkan konsentrasi dan kualitas belajar remaja putri.

4. SIMPULAN

Penelitian yang dilakukan dengan responden 133 siswi, menunjukkan bahwa Sebagian besar siswi di MA Negeri 1 Kota Semarang yang mengalami nyeri haid berusia 17 tahun.

Sebagian besar responden memiliki Tingkat kecemasan berat dan mengalami intensitas nyeri haid yang tinggi, sehingga kebanyakan siswi menunjukkan konsentrasi belajar yang rendah. Uji statistik Spearman Rank menunjukkan adanya hubungan antara Tingkat kecemasan dan intensitas nyeri haid dengan konsentrasi belajar pada remaja putri.

Hasil penelitian ini dapat menjadi tambahan wawasan dalam meningkatkan ilmu pengetahuan mengenai manajemen kecemasan dan penanganan nyeri haid yang berdampak pada konsentrasi belajar. Diharapkan dapat meningkatkan peran perawat komunitas dalam memberikan konseling, edukasi Kesehatan reproduksi, serta pelatihan relaksasi bagi siswi yang mengalami nyeri haid dan kecemasan.

UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan syukur kepada Allah SWT atas rahmat dan karunia-Nya sehingga penulisan jurnal ini dapat diselesaikan dengan baik. Penulis juga menyampaikan apresiasi kepada Universitas Islam Sultan Agung Semarang, khususnya Fakultas Ilmu Keperawatan, beserta seluruh dosen dan staf akademik yang telah memberikan bimbingan dan dukungan selama proses studi ini. Ucapan terima kasih juga disampaikan kepada pihak MAN 1 Kota Semarang yang telah memberikan izin serta mendukung pelaksanaan penelitian ini. Dukungan dari institusi terkait sangat berperan dalam kelancaran pengumpulan data dan keberhasilan penelitian.

Penulis juga mengungkapkan rasa terima kasih kepada keluarga serta rekan-rekan yang telah memberikan motivasi, dukungan, serta masukan berharga selama proses penulisan jurnal ini.

Semoga penelitian ini dapat memberikan kontribusi bagi pengembangan ilmu pengetahuan serta menjadi referensi yang bermanfaat bagi penelitian selanjutnya.

DAFTAR PUSTAKA

- Abiwarso, S. F., Sari, S. M., Riani, S. N., & Kunci, K. (2024). *Hubungan Dismenore dengan Aktivitas Belajar pada Siswi SMP Global Islamic School Condut The Relationship of Dysmenorrhea and Learning Activities in Junior High Global Islamic School Condut Students*. 2(5), 630–639.
- Amiman, S. P., Katuuk, M., & Malara, R. (2019). Gambaran Tingkat Kecemasan Pasien Di Instalasi Gawat Darurat. *Jurnal Keperawatan*, 7(2). <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i2.24472>
- Dewi, D. P., Sandayanti, V., & Sani, N. (2021). Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Dismenore Dengan Konsentrasi Belajar Mahasiswa. *Jurnal Psikologi Malahayati*, 3(2), 74–82.

<https://doi.org/10.33024/jpm.v3i2.4068>

- Hanifah, M., Yusuf Hasan, B., Nanda Noor, F., Tatang Agus, P., & Muhammad, R. (2020). *Kajian Jenis Kecemasan Masyarakat Cilacap dalam menghadapi Pandemi Covid 19*. https://www.academia.edu/43078503/Riset_Kecemasan_Masyarakat_Cilacap_Menghadapi_Pandemi_Covid_19_1_?utm_source=chatgpt.com
- Juliyanti, V. M., Sukei, N., Keperawatan Bisnis dan Tehnologi, F., & Widya Husada Semarang, U. (2023). Hubungan Tingkat Kecemasan Dan Intensitas Nyeri Haid Dengan Konsentrasi Belajar Remaja Putri the Relationship Between Anxiety Levels and Menstrual Pain Intensity With Learning Concentration for Young Women. *Jurnal Ilmu Keperawatan Komunitas*, 6(1), 32–38.
- Nofeni, R. S., Haniyah, S., & Hikmanti, A. (2023). Hubungan Dismenorea dengan Aktivitas Belajar pada Remaja. *Jurnal EDUNursing*, 7(2), 62–71.
- Rudatiningtyas, U. F., Fitriyani, T., & Rosita, A. T. (2022). Gambaran Kejadian Dismenore Primer Pada Santriwati Di Pondok Pesantren Nurus Syifa Purwokerto Tahun 2021. *Jurnal Bina Cipta Husada*, 18(1), 34–42.
- Saputra, A., Khasanah, U., Hayati, S., Maidartati, M., & Susilawati, S. (2021). Hubungan disminore dengan aktivitas belajar pada Remaja siswi Kelas X dan XI SMA N Rancakalong. *Jurnal Keperawatan BSI*, 9(2), 246–252.
- Selvina Widiyanti, Irma Herliana, & Saiful Gunardi. (2024). Hubungan Dismenore Primer Dengan Aktivitas Belajar Siswi SMK Bina Putra Nugraha Kadupandak Cianjur Jawa Barat Tahun 2023. *Jurnal Riset Rumpun Ilmu Kesehatan*, 3(1), 176–188. <https://doi.org/10.55606/jurrikes.v3i1.2746>
- Setiawan, S. A., & Lestari, L. (2018). Hubungan Nyeri Haid (Dismenore) dengan Aktivitas Belajar Sehari-Hari Pada Remaja Putri Kelas VII Di SMPN 3 Pulung. *Jurnal Delima Harapan*, 5(1), 24–31. <https://doi.org/10.31935/delima.v5i1.5>
- Suhri, A. amaliah. (2022). *HUBUNGAN STRES DENGAN SIKLUS MENSTRUASI PADA MAHASISWI DI FAKULTAS KEDOKTERAN DAN ILMU KESEHATAN UIN ALAUDDIN MAKASSAR*. 9, 356–363.
- Sukendra, I. K. (2018). Hubungan Antara Tingkat Kecemasan dan Kemampuan Berpikir Logis Terhadap Hasil Belajar Matematika. *Emasains: Jurnal Edukasi MAtematika Dan Sains*, VII(1), 91–98.
- Sukei, N., Dakirin, D., & Winarti, R. (2023). Application of web-based nursing documentation systems in nurses. *Community Empowerment*, 8(6), 857–862. <https://doi.org/10.31603/ce.9034>
- Susaldi, S., Camila, Z., & Rozni, L. (2024). Pengaruh Teknik Relaksasi Genggam Jari Terhadap Skala Nyeri Haid Pada Remaja Putri Di SMK Tunas Bangsa (DECES) Jurusan Keperawatan Tahun 2023. *Inovasi Kesehatan Global*, 1(2), 69–81. <https://doi.org/10.62383/ikg.v1i2.156>