

Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Penanganan Dismenore Dengan Perilaku Saat Dismenore (Studi Pada Siswi SMP Negeri 1 Sumber)

Defa Rahmatun Nisa'a¹, Destiyana Dirgantari²

¹Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati Cirebon

²Dosen Fakultas Kedokteran Universitas Swadaya Gunung Jati
defanisaa@gmail.com

ABSTRAK

Latar Belakang : Prevalensi dismenore di Indonesia cukup tinggi yaitu 60-70% dan 15 % diantaranya mengalami nyeri yang hebat dengan komplikasi syok dan penurunan kesadaran akibat penanganan yang salah, pada umumnya terjadi pada usia remaja dan dewasa. Pemahaman tentang menstruasi sangat diperlukan untuk dapat mendorong remaja mengambil sikap yang terbaik mengenai permasalahan reproduksi yang mereka alami yang berhubungan dengan menstruasi yaitu dismenore. **Tujuan :** Untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan tentang penanganan dismenore dengan perilaku saat dismenore pada siswi di SMPN 1 Sumber. **Metode :** Jenis penelitian analitik dengan desain cross sectional, populasi adalah siswi SMPN 1 Sumber yang sudah mengalami menstruasi. Jumlah sampel 96 responden dengan teknik pengambilan sampel menggunakan total sampling Data diperoleh menggunakan kuesioner. **Hasil :** hubungan tingkat pengetahuan tentang penanganan dismenore dengan perilaku saat dismenore yang diuji menggunakan korelasi pearson diperoleh nilai p value = 0,000, dengan besar korelasi 0,681 **Simpulan :** Karena p value < 0,05 artinya ada hubungan antara pengetahuan tentang penanganan dismenore dengan perilaku saat dismenore, sedangkan besar korelasinya termasuk ke dalam korelasi yang kuat antara pengetahuan tentang penanganan dismenore dengan perilaku saat dismenore di SMPN 1 Sumber Kabupaten Cirebon Tahun 2016. Semakin baik tingkat pengetahuan tentang dismenore, maka semakin baik pula perilaku saat dismenore.

Kata Kunci : Dismenore, Pengetahuan, Penanganan

ABSTRACT

Background: The prevalence of dysmenorrhea in Indonesia is quite high, 60-70% and 15% of them experienced severe pain with complications of shock and loss of consciousness due to incorrect handling, generally occurs in adolescence and adulthood. An understanding of menstruation is necessary so that teenagers could handle their respective problems which associated with dysmenorrheal in the right way. **Objective:** To analyze the relationship of knowledge about the handling of dysmenorrhea treatment dysmenorrhea in adolescent girls in SMP N 1 Sumber. **Method:** it was an analytical research with cross-sectional design, using sample of 96 respondents using total sampling techniques sampling, Data were obtained using a questionnaire . **Results:** the relation between the knowledge of dysmenorrhea with the behavior when dysmenorrhea was analyze using the pearson test with p value = 0,000, and the correlation 0,681 **Conclusion:** There was a positive correlation between knowledge about the handling of dysmenorrhea with the behavior when dysmenorrhea in SMP Negeri 1 Sumber Cirebon 2016.

Keywords: Awareness, Dysmenorrhea, Treatment

Latar Belakang

Angka kejadian nyeri dismenore di dunia sangat besar. Rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenore. Di Amerika angka presentasinya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. dan di Indonesia angkanya diperkirakan 65% perempuan produktif yang tersiksa oleh dismenore. Angka kejadian (prevalensi) dismenore berkisar 45-95% di kalangan wanita usia produktif.^{1,2} Prevalensi dismenore di Indonesia cukup tinggi

yaitu 60-70% dan 15 % diantaranya mengalami nyeri yang hebat dengan komplikasi syok dan penurunan kesadaran akibat penanganan yang salah, pada umumnya terjadi pada usia remaja dan dewasa. Keadaan tersebut menyebabkan menurunnya kualitas hidup wanita sebagai contoh siswi atau mahasiswi yang mengalami dismenore primer mereka tidak dapat melakukan kegiatan olahraga atau berkonsentrasi dalam belajar karena rasa nyeri yang mereka rasakan begitu hebat,

penurunan kualitas hidup ini juga dapat dirasakan oleh wanita yang sudah bekerja karena nyeri haid yang hebat aktifitas kerja mereka jadi terganggu sehingga mereka tidak dapat melakukan tugas mereka dengan maksimal. Masalah ini biasanya tidak terdiagnosa dan tidak diberikan perawatan.^{3,4} Mengingat tingginya prevalensi dismenore di Indonesia dan di antaranya menyebabkan menurunnya kualitas hidup seorang siswi dalam berkonsentrasi saat kegiatan belajar mengajar berlangsung, maka pentingnya pengetahuan terhadap penanganan dismenore itu harus diketahui lebih dini oleh para wanita Indonesia, maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan antara pengetahuan terhadap penanganan dismenore.

Dismenore

Dismenore adalah nyeri haid yang bersifat kram dan berpusat pada perut bagian bawah yang sedemikian hebatnya sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidupnya sehari-hari, untuk beberapa jam atau beberapa hari.^{2,4,5} Hal ini disebabkan oleh kontraksi dari miometrium yang diinduksi oleh prostaglandin tanpa adanya kelainan patologi pelvis. Pada remaja dengan dismenore primer akan dijumpai peningkatan produksi prostaglandin oleh endometrium yang merupakan stimulan kontraksi miometrium kuat serta efek vasokonstriksi pembuluh darah.^{5,6,7}

Beberapa faktor risiko yang berhubungan dengan beratnya gejala dismenore adalah usia yang lebih muda saat terjadinya menarche, periode menstruasi yang lebih lama, banyaknya darah yang keluar selama menstruasi, perokok, riwayat keluarga dengan dismenore, depresi atau ansietas dan obesitas.^{5,8,9}

Menstruasi menyebabkan gangguan psikologis atau fisik. Sesungguhnya mereka mungkin menderita berbagai subtype ketegangan sindrom premenstruasi. Perubahan suasana hati yang paling banyak dirasakan oleh wanita pada masa sebelum menstruasi tersebut datang dan mereda saat menstruasi tiba. Gejala fisik yang nampak misalnya kenaikan berat badan, buah dada yang nyeri, sakit kepala, migrain, pegal dan nyeri, gangguan pada kulit serta nafsu makan yang berlebihan. Gejala psikologis yang muncul misalnya ketegangan, rasa cepat marah, depresi, kelesuan, dan berkurangnya daya konsentrasi.^{10,11}

Pengetahuan Remaja Mengenai Dismenore

Berdasarkan kajian teoritis yang ada, salah satu upaya mengurangi nyeri haid sebagai gangguan menstruasi yaitu membiasakan diri dengan perilaku sehat. Perilaku sehat pada saat menstruasi tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait.^{11,12}

Pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi sikapnya sehingga sikap ini selanjutnya akan mendorong individu melakukan perilaku tertentu pada saat dibutuhkan.^{13,14} Kondisi kesehatan saat menstruasi dipengaruhi oleh tingkat pengetahuan bahwa, seseorang yang tidak memiliki pengetahuan yang cukup akan cenderung mengabaikan kesehatan dan pada akhirnya ia akan memiliki tindakan yang membahayakan bagi dirinya sendiri. Maka seseorang yang memiliki pengetahuan tentang dismenorea akan memilih perilaku yang tepat untuk menangani gangguan menstruasi berupa dismenorea tersebut.^{15,16,17} Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang penanganan Dismenore dengan perilaku saat dismenore.

Metode

Penelitian ini merupakan penelitian analitik yang mencakup Ilmu Kesehatan Reproduksi remaja yang dilakukan di lingkungan SMPN 1 Sumber dengan responden siswi SMPN 1 Sumber kelas VII s/d IX yang sudah mengalami menstruasi dengan *total sampling* sebanyak 96 orang dan dianalisis dengan menggunakan uji korelasi *Pearson*.

Hasil

96 responden yang ada di SMPN 1 Sumber Kabupaten Cirebon, sebagian besar berpengetahuan kurang 41,7% (tabel 1) dan sebagian besar memiliki perilaku saat dismenore yang kurang 42,7% (tabel 2)

Tingkat Pengetahuan tentang Penanganan Dismenore	Frekuensi	Persentase (%)
Baik (skor>75)	22	22,9
Cukup (skor 60-75)	34	35,4
Kurang (skor<60)	40	41,7
Total	96	100

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Tingkat Pengetahuan tentang Penanganan Dismenore di SMPN 1 Sumber Kabupaten Cirebon Tahun 2016

Perilaku saat Dismenore	Frekuensi	Persentase (%)
Baik (skor>75)	20	20,8
Cukup (skor 60-75)	35	36,5
Kurang (skor<60)	41	42,7
Total	96	100

**Tabel 2
Distribusi Frekuensi Responden Berdasarkan Perilaku saat Dismenore di SMPN 1 Sumber Kabupaten Cirebon Tahun 2016**

Berdasarkan hasil uji statistik Pearson diperoleh nilai p value = 0,000 dengan besarnya korelasi adalah 0,681, dengan demikian dapat dikatakan bahwa ada hubungan yang kuat antara pengetahuan tentang penanganan dismenore dengan perilaku saat dismenore. Semakin baik tingkat pengetahuan tentang dismenore, maka semakin baik pula perilaku saat dismenore.

Banyaknya (41.7%) mahasiswa yang kurang memiliki pengetahuan tentang penanganan dismenore menunjukkan bahwa, sebagian besar memiliki pengetahuan yang kurang tentang penanganan dismenore, hal ini dimungkinkan karena sebagian besar responden belum terpapar pengetahuan tentang penanganan dismenore.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian yang dilakukan pada siswi kelas X di SMAN 1 Petanahan dan SMA Negeri 7 Manado bahwa sebagian besar siswi berpengetahuan kurang tentang dismenore. Hal ini dimungkinkan karena lingkungan rumah dan pendidikan yang kurang memberikan penyuluhan tentang kesehatan reproduksi terutama penanganan tentang dismenore serta remaja putri yang kurang memanfaatkan media massa yang ada dan pengalaman mereka yang selalu membiarkan atau tidak peduli.

Kurangnya perilaku remaja putri dalam menangani dismenore ketika menstruasi terjadi

karena kurangnya kesadaran remaja putri mengetahui penyebab, gejala, dan cara penanganannya, sehingga remaja putri tidak pernah memeriksanya ke petugas kesehatan. Selain itu kurangnya ketertarikan untuk mencari berbagai informasi mengenai dismenore sehingga remaja putri kurang mengetahui perilaku penanganan dismenore yang baik.²⁷

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian yang dilakukan di SMPN 1 Sumber Kabupaten Cirebon tentang hubungan pengetahuan tentang penanganan dismenore dengan penanganan dismenore maka dapat disimpulkan sebagian besar responden memiliki tingkat pengetahuan dan perilaku saat dismenore yang kurang. Kedua variabel ini memiliki hubungan dengan korelasi yang kuat

Diharapkan SMP Nedapat memasukkan atau menyisipkan materi pengetahuan tentang dismenore sebagai muatan lokal. Mengikutsertakan siswa dalam kegiatan seminar kesehatan, menambahkan buku-buku kesehatan khususnya tentang dismenore dalam perpustakaan, mencari informasi melalui buku, majalah, Koran, poster dan televisi kaitanya dengan dismenore.

Daftar Pustaka

1. Perserikatan Bangsa-Bangsa. Kesehatan Remaja. World health Organization; 2014.
2. Suprpto A. Penelitian Pengetahuan tentang Dismenore [skripsi]. Sumatra Utara: USU; 2010.
3. Glasier G. Keluarga Berencana dan Kesehatan Reproduksi. Jakarta: EGC; 2012
4. Proverawati, P. Menstruasi dan Menarche. Yogyakarta: Nuha Medika; 2014.
5. Manuaba I. Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana. Jakarta: EGC; 2012
6. Widiastuti. Dismenore. <http://skripsistikes.files.wordpress.com/2009/08/12.pdf>, 2008. Diakses : 05 Mei 2015
7. Astriani D. Dismenore dan Penanganannya. Jakarta: Rhineka Cipta; 2012.
8. Widjarko G. Menarche. Solo: penerbit Erlangga; 2010.
9. Winkjosastro, Hanif. Ilmu Kandungan. Jakarta: YBP-SP. 2007.
10. Anurogo. D. Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid. Yogyakarta: Andi Offset. 2011.
11. Proverawati, P. Menarche, Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika; 2009.
12. Masjoer A. Psikologi Perkembangan dan Pertumbuhan Remaja. Bandung: PT. RefikaAditama; 2008
13. Notoadmojo S. Promosi dan Ilmu Perilaku. Jakarta: Rhineka Cipta; 2010.
14. Soekanto, S. Sosiologi Suatu Pengantar. PT Raja Grafindo Persada. Jakarta. 2008.
15. Pramita. Penelitian tentang hubungan pengetahuan dan perilaku pada dismenore [skripsi]. Yogyakarta: Universitas Gajah Mada; 2013.
17. Yuniarti. Penelitian Tentang Hubungan menarche dengan dismenore [skripsi]. Jakarta: Universitas Indonesia; 2014.
18. Purwani, S. Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dismenore Dengan Sikap Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri Kelas X Di SMAN 1 Petanahan, Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan, Volume 6, No. 1, Februari 2010.
19. Erina, P. Hubungan Pengetahuan Dengan Perilaku Penanganan Dismenore di SMA Negeri 7 Manado Tahun 2014. [www://http.jtptunimus-gdl-Erina-6100-2](http://http.jtptunimus-gdl-Erina-6100-2). 2014.