

## Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Dalam Mengatasi Dismenorea

Trisna Yuni Handayani<sup>1</sup>, Desi Pramita Sari<sup>2</sup>

<sup>1</sup>Prodi Diploma Tiga Kebidanan Institut Kesehatan Mitra Bunda

<sup>2</sup>Prodi Pendidikan Profesi Bidan Institut Kesehatan Mitra Bunda

Email: trisnahandayani337@gmail.com

### Abstract

*Dysmenorrhea is pain during menstruation caused by an imbalance of the hormone progesterone in the blood, prostaglandins and stress/psychology. The incidence rate in Indonesia is estimated that 55% of women of reproductive age experience pain during menstruation. The incidence (prevalence) of menstrual pain ranges from 45-95% among women of reproductive age which results in the absence of repeat lectures for female students. Dysmenorrhea's treatment is not only pharmacological but there are non-pharmacological ways. The purpose of this study was to determine the relationship between knowledge and attitudes of teenagers to solved dysmenorrhoea. The research was conducted in Desember 2020 at Midwiferies Students. **This research use** Quantitative research methods. This type of descriptive analytic research with cross sectional design, sampling technique use purposive sampling and data analysis using the chi square test. The sample size is 33 teenagers. **Results** There is a significant relationship between knowledge and attitudes of teenagers to solved dysmenorrhoea Sig. (2-sided) is 0.000 which means that the value is ( $p < 0.05$ ). It is recommended that teenagers should increase their knowledge about the management of dysmenorrhoea.*

**Keywords:** Knowledge, attitude, Teenagers, dysmenorrhoea

### Abstrak

**Pendahuluan** Dismenore merupakan nyeri ketika menstruasi yang disebabkan ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah, prostaglandin serta stress. Angka kejadian di Indonesia diperkirakan 55 % perempuan usia produktif mengalami nyeri selama menstruasi angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% dikalangan wanita usia produktif yang berdampak pada ketidakhadiran perkuliahan berulang pada mahasiswi. Penanganan dismenorea tidak hanya penanganan secara farmakologis tapi ada cara non farmakologis. **Tujuan** penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan dengan sikap remaja dalam mengatasi dismenorea. Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2020

dikirim: 10 Desember 2020  
diterbitkan: 28 Februari 2021

kepada mahasiswi Prodi Diploma Tiga Kebidanan Institut Kesehatan Mitra Bunda. **Metode** penelitian kuantitatif. Jenis penelitian deskriptif analitik, menggunakan instrumen kuesioner, rancangan Cross Sectional, teknik pengambilan sampel Purposive Sampling dan analisis data uji chi square. Jumlah sampel 33 orang remaja. **Hasil** Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap remaja dalam mengatasi Dismenorea Sig. (2-sided) adalah 0,000 yang berarti bahwa nilai ( $p < 0,05$ ). Disarankan remaja sebaiknya meningkatkan pengetahuan tentang penatalaksanaan dismenorea.

**Kata Kunci** : Penethuan, sikap, remaja, dismenorea

## PENDAHULUAN

Dismenorea merupakan keluhan ginekologis yang terjadi akibat ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah sehingga menyebabkan timbul rasa nyeri (Omidvar, 2015). Wanita yang mengalami dismenorea memproduksi prostaglandin 10 kali lebih banyak dari wanita yang tidak dismenorea. Prostaglandin menyebabkan meningkatnya kontraksi uterus (Ernawati et al., 2010)

Sebagian besar wanita, menstruasi menimbulkan ketidaknyamanan secara fisik selama beberapa hari sebelum atau ketika menstruasi berlangsung (Atika, 2010).

Dismenorea yang paling umum pada wanita usia muda yang datang ke klinik atau dokter. Sensasi tidak nyaman selama haid yang membuat wanita tersebut tidak bisa beraktivitas secara normal dan memerlukan obat atau medication (Wiknjosastro H, 2010).

Dismenore akan berdampak pada tingkat absensi, keterlambatan aktifitas dan menurunkan kualitas hidup karena tingkat produktivitas menurun selain itu akan berdampak negatif pada perfoma akademik, aktivitas sosial dan pengeluaran biaya kesehatan (Hong Ju, Mark Jones, 2014). Dismenore juga dapat menyebabkan

infertilitas dan gangguan fungsi seksual jika tidak ditangani (Stoelting – Gettelfinger., 2010).

Kejadian nyeri disminore di dunia Rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap Negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka prosentase nya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. di Indonesia angkanya diperkirakan 55 % perempuan usia produktif mengalami nyeri selama menstruasi angka kejadian (prevalensi) nyeri menstruasi berkisar 45-95% dikalangan wanita usia produktif (Atika, 2010).

Studi pendahuluan yang dilakukan di Institut kesehatan mitra bunda dengan cara wawancara didapatkan dari 10 mahasiswi bahwa 7 orang (70%) mengalami dismenorea dan sangat mengganggu aktivitas dan 3 orang (30%) mengalami dismenorea tetapi masih bisa beraktivitas.

Pengetahuan tentang dismenorea sangat berpengaruh terhadap sikap dalam mengatasi dismenorea. Remaja putri yang mendapat informasi yang benar tentang dismenorea maka mereka akan mampu menerima setiap gejala dan keluhan yang dialami dengan positif. Sebaliknya remaja yang kurang pengetahuannya tentang

dismenorea akan merasa cemas dengan stress yang berlebihan dalam menghadapi gejala dan keluhan yang dialami, atau cenderung bersikap negatif (Grandi, Giovanni., Ferrari, Serena dan Xholli, 2012).

Peran petugas kesehatan, khususnya bidan dibutuhkan untuk mengurangi risiko disminore pada remaja. Petugas kesehatan selaku edukator berperan dalam melaksanakan bimbingan atau penyuluhan, pendidikan pada klien, keluarga, masyarakat, dan tenaga kesehatan termasuk mahasiswa bidan tentang penanggulangan masalah kesehatan, khususnya yang berhubungan dengan kesehatan reproduksi khususnya yang terkait dengan mengenai disminore pada remaja.

#### METODE PENELITIAN

Desain penelitian ini adalah *Cross Sectional* yaitu untuk mengetahui hubungan pengetahuan dan sikap remaja dalam mengatasi dismenorea. Penelitian dilakukan mulai bulan Desember 2020 kepada mahasiswi Diploma tiga kebidanan Institut kesehatan mitra bunda yang dipilih sesuai dengan kriteria inklusi dengan besar sampel

yaitu 33 mahasiswi. Peneliti menerapkan beberapa prosedur yang berkaitan dengan etik penelitian dengan memberikan (*informed consent*) kepada responden, untuk menjaga kerahasiaan maka peneliti menggunakan prinsip anonim, segala informasi yang peneliti menjaga kerahasiaannya, informasi hanya akan digunakan berkaitan dengan kepentingan riset. Pengambilan Sampel dengan menggunakan teknik Purposive Sampling. Instrumen penelitian ini menggunakan kuesioner yang telah dilakukan uji validitas dan reliabilitas. Jenis analisa data dalam penelitian ini yaitu uji statistik analisa univariat dan analisa bivariat yang digunakan *chi Square* dengan derajat kepercayaan 95%.

#### HASIL PENELITIAN

Analisis data univariat dalam penelitian ini meliputi usia remaja, sumber informasi, pengetahuan dan sikap remaja dalam mengatasi dismenorea dapat dilihat pada tabel dibawah ini.

**Tabel 1.**  
**Distribusi Responden Berdasarkan Fase Tingkatan Umur Remaja**

Umur	Frekuensi	%
Remaja Tengah (15-18 tahun)	4	12
Remaja Akhir (18-21 tahun)	29	88
Total	33	100

Dari tabel 1 diatas berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 33 responden berdasarkan fase tingkatan umur mayoritas adalah remaja akhir yaitu

18-21 tahun) yang berjumlah 29 orang (88%) dan minoritas adalah remaja akhir yaitu 4 orang (12%)

**Tabel 2**  
**Distribusi Responden Berdasarkan Sumber Informasi**

Sumber Informasi	Frekuensi	%
Media Cetak	6	18,18
Teman	8	24,24
Elektronik	15	45,45
Orangtua	4	12,12
Total	33	100

Dari tabel 2 diatas berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 33 responden mayoritas mendapatkan sumber informasi dari media elektronik 15 orang (45,45%) dan minoritas mendapatkan

informasi dari orang tua yaitu 4 orang (12,12).

**Tabel.3**  
**Pengetahuan Remaja Dalam Mengatasi Disminorea**

Pngetahuan	Frekuensi	%
Baik	9	27,3
Cukup	17	51,5
Kurang	7	21,2
Total	33	

Dari tabel 3 diatas Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 33 responden mayoritas pengetahuan remaja cukup sebanyak 17 orang (51,5%) dan

minoritas pengetahuan remaja kurang yaitu sebanyak 7 orang (21,2%).

**Tabel 4**  
**Distribusi Frekuensi Sikap Remaja Dalam Mengatasi Disminorea**

Pengetahuan	Frekuensi	%
Negatif	12	36
Positif	21	64
Total	33	21,2

Dari tabel diatas Berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 33 responden mayoritas Sikap remaja positif

yaitu sebanyak 21 orang (64%) dan minoritas sikap remaja negatif yaitu sebanyak 12 orang (36%).

**Tabel 5**  
**Hubungan Antara Pengetahuan dengan Sikap Remaja Dalam Mengatasi Disminorea**

Pengetahuan	Sikap				F	Total	p
	Positif		Negatif				
	F	%	F	%			
Baik	9	100	0	0	9	27,3	
Cukup	12	70,6	5	29,4	17	51,5	0,000
Kurang	0	0	7	100	7	21,2	

Dari tabel 5 diatas berdasarkan hasil penelitian dapat dilihat bahwa dari 33 responden yang berpengetahuan baik dengan sikap Positif sebanyak 9 orang (100%), berpengetahuan Cukup. Sikap positif sebanyak 12 orang (70,6%), dan berpengetahuan cukup bersikap negatif 5 orang (29,4%) berpengetahuan Kurang dengan sikap Negatif

sebanyak 7 orang. Berdasarkan hasil Uji chi-Square diatas tentang Hubungan Pengetahuan dengan Sikap Remaja dalam mengatasi dismenorea didapati nilai P nilai  $p < 0,05$ , maka dapat disimpulkan bahwa antara pengetahuan dengan sikap remaja tentang mengatasi dismenorea terdapat hubungan yang signifikan.

## PEMBAHASAN

### Hubungan Pengetahuan Remaja Tentang Dismenorea Dengan Upaya Penanganan Dismenorea.

Berdasarkan hasil analisis hubungan pengetahuan dengan sikap remaja dalam mengatasi dismenorea disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap dimana nilai  $p = < 0,05$ .

Seseorang yang mempunyai pengetahuan baik tentang dismenorea akan membentuk sikap positif terhadap penanganan dismenorea. Sikap positif akan lebih sedikit ditemukan pada responden yang memiliki pengetahuan kurang.

Faktor-faktor yang memengaruhi pengetahuan antara lain pendidikan, pengalaman, usia, sumber informasi,

lingkungan, dan status ekonomi (Notoadmodjo, 2014).

Remaja yang berpengetahuan kurang akan cenderung mengabaikan kesehatan dan akan bertindak yang akan membahayakan bagi dirinya sendiri. Remaja yang memiliki pengetahuan kurang tentang dismenorea akan memilih perilaku yang kurang tepat untuk mengatasi dismenorea (Wijayanti Anggita, Refirman, 2017).

Perilaku seseorang tidak hanya ditentukan oleh pengetahuan, tetapi ditentukan oleh sikap, kepercayaan, serta tradisi. Jadi pengetahuan yang baik belum tentu mempunyai sikap terhadap penanganan dismenorea secara yang benar medis. Umumnya pengetahuan remaja Tingkat

pengetahuan dikategorikan baik apabila remaja yang mengalami dismenorea mampu melakukan tindakan dalam penanganan dismenorea baik secara preventif (pencegahan) maupun secara kuratif (pengobatan) sehingga dismenorea dapat dikurangi dan tidak menurunkan produktivitas remaja selama mengikuti pelajaran di sekolah.

Berdasarkan hasil penelitian bahwa sebagian besar responden mendapatkan informasi tentang penanganan dismenorea dari media elektronik 15 orang (25,45%).

Media massa baik cetak maupun elektronik merupakan sumber informasi yang dapat diterima oleh masyarakat. Media massa dan media elektronik yang menginformasikan masalah kewanitaan seperti menstruasi, nyeri haid, penanganan nyeri haid, tips dan trik dapat menambah wawasan responden sehingga dapat meningkatkan pengetahuan dan sikap responden khususnya tentang penatalaksanaan dismenore primer. Media massa memberikan informasi yang bersifat sugestif yang dapat mengarahkan opini seseorang. Media massa memberikan landasan kognitif dan akan menimbulkan pengaruh yang akan mempengaruhi arahan sikap seseorang (Azwar S, 2013).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Wijayanti Anggita, Refirman (2017) Hubungan Pengetahuan Tentang Menstruasi Dengan Sikap Dalam Penatalaksanaan Dismenore Primer Pada Remaja Putri Di SMAN 58 Jakarta. Dengan hasil terdapat hubungan antara pengetahuan tentang menstruasi dengan sikap dalam penatalaksanaan dismenore primer pada remaja putri kelas XII di SMAN 58 Jakarta.

Dimana hubungan tersebut adalah hubungan positif yang dinyatakan dengan nilai koefisien korelasi ( $r_{xy}$ ) sebesar 0.762.

Sejalan dengan Penelitian tentang Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Upaya Penanganan Dismenorea Di Sma Negeri 1 Namorambe Kab. Deli Serdang Tahun 2019 dengan hasil penelitiannya adalah Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dan sikap remaja tentang dismenorea dengan upaya penanganan dismenorea di SMA Negeri 1 Namorambe Kab. Deli Serdang Tahun 2019 (Haryati E, 2019).

Berdasarkan hasil penelian sebagian besar remaja putri mengetahui cara penanganan pada saat haid seperti minum obat penghilang rasa sakit. tetapi remaja putri tidak tahu atau tidak melakukan penanganan secara pereventif atau pencegahan seperti senam dismenorea, kompres dengan menggunakan air hangat pada bagian bawah perut serta mengatur pola hidup sehat.

## **KESIMPULAN**

Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan sikap remaja dalam mengatasi Dismenorea Dismenorea Sig. (2-sided) adalah 0,000 yang berarti bahwa nilai ( $p < 0,05$ ).

## **UCAPAN TERIMA KASIH**

1. Rektor Institut Kesehatan Mitra Bunda yang memberikan kesempatan untuk melakukan penelitian
2. Mahasiswi Prodi Diploma III Kebidanan yang telah bersedia menjadi responden

## DAFTAR PUSTAKA

- Atika. (2010). *Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Nuha Medika.
- Azwar S. (2013). *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Pustaka Belajar.
- Ernawati, Hartiti, T., & Hadi, I. (2010). Terapi Relaksasi Terhadap Nyeri Dismenore pada Mahasiswi Universitas Muhammadiyah Semarang. *Prosiding Seminar Nasional*.
- Grandi, Giovanni., Ferrari, Serena dan Xholli, A. (2012). Grandi, Giovanni., Ferrari, Prevalence of Menstrual Pain in Young Women: What is Dysmenorrhea. *Journal of Pain Research*.
- Harel, Zeev. (2006). Dysmenorrhea in Adolescents and Young Adult : etiology and Management. *Pedriatic Adolescents Gynecology Journal*: 363-371.
- Haryati E, S. H. (2019). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri dengan Upaya Penanganan Dismenore di SMA N 01 Namorambe, Kab. Deli Serdang Tahun 2019. *Jurnal Penelitian Kebidanan Dan Kespro, II(1)*.
- Hong Ju, Mark Jones, G. M. (2014). The Prevalence and Risk Factors of Dysmenorrhea. *Epidemiologic Reviews*, 36(1),104–113.  
<https://doi.org/10.1093/epirev/mxt009>. No Title
- Manuaba, I. G. (2012) *Memahami Kesehatan Reproduksi Wanita*, Jakarta : Arcan
- Ningsih. (2011). Buku ajar kesehatan reproduksi wanita. Jakarta : PT Grafindo persada
- Notoadmodjo. (2014). *Ilmu Pendidikan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.
- Omidvar, S. (2015). Primary Dismenorrhoe and Menstruals Syndromes In Indian Females Students : Prevalence, Impact, Management. *Global Journal Of Health Science, VIII*.
- Proverawati, A & Misaroh, S. (2009). Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna. Yogyakarta: Nuha Medika
- Singh , A,, Kiran, D. (2012). Prevalence and severity of dysmenorrhea: a problem related to menstruation, among first and second year female medical students. *Indian Physiology and Pharmacology journal*. 52:389-97
- Stoelting –Gettelfinger. (2010). A case Study and Comprehensive Differential Diagnosis and Care Plan for the Three Ds of Womens Health : Primary Dysmenorrhea, Secondary Dysmenorrhea, and Dyspareunia. *Journal of the American Academy of Nurse Practitioners*, 531–522.
- Wijayanti Anggita , Refirman, R. S. (2017). Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Sikap Dalam Penatalaksanaan Dismenore Primer Pada Remaja Putri di SMAN 58 Jakarta. *Jurnal Pendidikan Biologi IAIN Mataram, X(1)*.
- Wiknjosastro H. (2010). *Ilmu Kandungan*. Bina Pustaka.
- Wiraswita (2014). *Buku Saku Kesehatan Reproduksi*, Jakarta : Gagasan Media