

**HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG DISMENORE DENGAN PERILAKU
PENCEGAHANNYA PADA REMAJA PUTRI KELAS X DAN XI
DI SMA GAJAH MADA BANDAR LAMPUNG
TAHUN 2014**

Vida Wira Utami⁽¹⁾, Meta Prastika⁽²⁾,

ABSTRAK

Dismenore adalah nyeri pada saat menstruasi pada perut bagian bawah dan pinggang yang banyak dialami oleh wanita. Berdasarkan hasil pra survey terhadap 15 orang siswi di SMA Gajah Mada Bandar Lampung 8 orang diantaranya mengalami dismenore saat haid dan hanya 4 orang yang mengetahui tentang nyeri haid dengan pengetahuan yang minim serta cara mengatasinya hanya dengan mengoleskan minyak kayu putih pada bagian perut, istirahat di KKS ataupun langsung meminum obat penghilang nyeri yang diberikan oleh petugas KKS. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang dismenore dengan perilaku pencegahannya pada remaja putri kelas X dan XI di SMA Gajah Mada Bandar Lampung tahun 2014.

Jenis penelitian ini adalah kuantitatif dengan rancangan penelitian *cross sectional* menggunakan data primer. Populasi penelitian adalah seluruh siswi kelas X dan XI yang berjumlah 173 siswi dan sampel yang di ambil 120 responden dengan teknik simple random sampling. Pengumpulan data dengan kuesioner dengan analisa data menggunakan uji *Chi Square*.

Hasil analisis univariat didapatkan pengetahuan tentang dismenore dalam kategori baik 68 (56,7%) responden, dan perilaku pencegahan dismenore dalam kategori positif 64 (53,3%). Hasil analisa bivariat diperoleh P value lebih 0,00 lebih kecil dari nilai $\alpha = 0,05$, berarti ada hubungan antara pengetahuan tentang dismenore dan perilaku pencegahan dismenore. Dan OR (95%CI) didapatkan 5,400. Saran penelitian ini adalah bagi remaja putri yang mengalami dismenore diharapkan dapat mengatasi dismenore dengan teknik relaksasi, hipnoterapi ataupun alternatif pengobatan.

Kata Kunci : Pengetahuan, Dismenore, Perilaku

PENDAHULUAN

Di Indonesia angka kejadian dismenore sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenore primer dan 9,36% dismenore sekunder ⁽¹⁾. Suatu studi menyatakan akibat dismenore tersebut sekitar 10% hingga 18%, dismenore adalah penyebab utama absen sekolah dan terganggu aktivitas lain. Hal ini diperkuat oleh penelitian terdahulu bahwa akibat keluhan dismenore pada remaja putri di Purworejo berdampak pada gangguan aktivitas sehari-hari sehingga menyebabkan absen sekolah ≤ 3 hari ⁽²⁾.

Hasil studi terbaru menunjukkan bahwa hampir 10% remaja yang dismenore mengalami *absence rate* 1-3 hari per bulan atau ketidakmampuan remaja dalam melakukan tugasnya sehari-hari akibat nyeri hebat ⁽²⁾. Hal ini diperkuat oleh Jarret, dkk

dalam⁽²⁾ tingkatan rasa sakit saat menstruasi adalah sakit ringan 47,7% dan sakit berat sebanyak 47%. Selanjutnya untuk menghilangkan rasa sakit, remaja tersebut menggunakan obat sendiri tanpa konsultasi dengan dokter, minum obat analgesik 32,5%, melakukan kompres dengan air panas 34% dan yang tersering melakukan istirahat sekitar 92%. Angka kejadian dismenore pada remaja di provinsi Lampung tahun 2007 diperkirakan 1,12% sampai 1,35% jumlah penderita yang memeriksakan diri ke petugas kesehatan ⁽³⁾.

SMA Gajah Mada merupakan salah satu Sekolah Menengah Atas Swasta yang ada di Bandar Lampung dengan akreditasi A. Di SMA Gajah Mada terdapat suatu pusat pelayanan kesehatan bagi siswa, guru, maupun orang-orang yang bekerja di SMA Gajah Mada

1.) Dosen Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati B. Lampung

2.) Program Studi Kebidanan Universitas Malahayati B. Lampung

yang dinamakan Klinis Kesehatan Sekolah (KKS). Berdasarkan data dari Klinis Kesehatan Sekolah SMA Gajah Mada pada bulan Januari-Februari terdapat 20 (15,7%) orang siswi yang masuk ke KKS dikarenakan mengalami nyeri haid (dismenore) dari 127 orang yang masuk ke KKS. Siswi tersebut meminta obat penghilang rasa nyeri ke petugas KKS ataupun istirahat di KKS untuk sementara waktu. Melihat hal tersebut perlunya digalakkan informasi mengenai kesehatan reproduksi khususnya menstruasi dan permasalahannya yaitu dismenore. Maka itulah peneliti tertarik mengadakan penelitian di SMA Gajah Mada.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian kuantitatif dengan rancangan penelitian analitik dan menggunakan pendekatan *cross sectional*, yakni rancangan studi analitik dimana pengamatan dan penilaian sampel dilakukan sekaligus pada saat itu⁽⁴⁾.

Penelitian telah dilakukan pada tanggal 24 Februari s/d 19 Mei tahun 2014. Tempat penelitian ini adalah SMA Gajah Mada Bandar Lampung. Populasi dalam penelitian ini yaitu seluruh siswi kelas X dan XI SMA Gajah Mada Bandar Lampung. Jumlah sampel yang digunakan dalam penelitian ini sebanyak 120 siswi. Cara yang digunakan dalam pengambilan sampel ini adalah dengan menggunakan *simple random sampling*. Variabel *dependent* adalah Perilaku, sedangkan variabel *independent* adalah pengetahuan. Analisis univariat menggunakan distribusi frekuensi, bivariat menggunakan *chi square*.

b. Analisis Bivariat

Tabel 3

Hubungan Pengetahuan Tentang Dismenore Dengan Perilaku Pencegahannya Pada Remaja Putri Kelas X dan Kelas XI SMA Gajah Mada Bandar Lampung Tahun 2014

Pengetahuan Tentang Dismenore	Perilaku Pencegahannya				Total		P Value	OR (95% CI)
	Positif		Negatif		N	%		
Baik	48	40	20	16,7	68	56,7	0,000	5,400 (2,459-11,859)
Kurang	16	13,3	36	30	52	43,3		
Total	64	53,3	56	46,7	120	100		

PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan dismenore hasil yang diperoleh

HASIL DAN PEMBAHASAN

a. Analisis Univariat

Tabel 1

Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang Dismenore Remaja Putri Kelas X dan XI SMA Gajah Mada Bandar Lampung Tahun 2014

No.	Pengetahuan	Frekuensi	Presentase
1.	Baik	68	56,7
2.	Kurang	52	43,3
Total		120	100

Berdasarkan tabel 1 diatas, distribusi frekuensi pengetahuan tentang dismenore remaja putri kelas X dan XI SMA Gajah Mada Bandar Lampung tahun 2014 pada kategori baik 68 (56,7%) responden, dan kategori kurang 52 (43,3%) responden.

Tabel 2

Distribusi Frekuensi Perilaku Pencegahan Dismenore Remaja Putri Kelas X dan XI SMA Gajah Mada Bandar Lampung Tahun 2014

No.	Perilaku	Frekuensi	Presentase
1.	Positif	64	53,3
2.	Negatif	56	46,7
Total		120	100

Berdasarkan tabel 4.3 diketahui bahwa distribusi frekuensi perilaku pencegahan dismenore remaja putri kelas X dan XI di SMA Gajah Mada Bandar Lampung tahun 2014 pada kategori positif 64 (53,3%) responden dan kategori negatif 56 (46,7%) responden.

adalah dari 68 responden yang berpengetahuan baik didapatkan 48 (40%) responden berperilaku positif dan 20 (16,7%) responden berperilaku negatif dalam pencegahan

dismenore, sedangkan dari 52 responden yang berpengetahuan kurang terdapat 16 (13,3%) responden berperilaku positif dan 36 (30%) yang berperilaku negatif dalam pencegahan dismenore. Hasil uji statistik diperoleh *P Value* = 0,000 dimana nilai tersebut lebih rendah dari nilai $\alpha = 0,05$ ($p < 0,05$) maka dapat disimpulkan bahwa H_a diterima atau ada hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan tentang dismenore dengan perilaku pencegahan dismenore. Dari hasil analisis diperoleh nilai *OR* = 5,400 (2,459-11,859) artinya pengetahuan remaja putri yang baik tentang dismenore akan berpeluang 5 kali berperilaku positif dalam hal pencegahan dismenore jika dibandingkan dengan remaja putri dengan pengetahuan yang kurang baik.

Pengetahuan merupakan hasil dari tahu, dan ini terjadi setelah orang melakukan penginderaan suatu objek tertentu, penginderaan melalui panca indra manusia, yakni indra penglihatan, pendengaran, penciuman, raba dan rasa⁽⁵⁾.

Sedangkan perilaku adalah semua kegiatan atau aktivitas manusia, baik yang dapat diamati langsung, maupun yang tidak dapat diamati oleh pihak luar⁽⁵⁾. Pengetahuan atau *kognitif* merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (*Overt Behavior*), karena tindakan atau perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada tindakan atau perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan⁽⁵⁾. Selain itu dalam teori dijelaskan bahwa salah satu faktor predisposisi terbentuknya suatu perilaku adalah pengetahuan⁽⁶⁾.

Hasil penelitian ini sesuai dengan penelitian Dyah⁽⁷⁾ yang berjudul "Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dismenorea Dengan Penanganan Dismenorea Pada Siswi SMK YPKK I Sleman Yogyakarta didapatkan sebanyak 50 (86,2 %) siswi memiliki pengetahuan yang cukup tentang dismenorea dan 46 (79,3 %) siswi telah berperilaku baik untuk menangani dismenorea. Hasil uji statistik berupa koefisien korelasi (τ) = 0,510 dengan nilai probabilitas (p) = 0,000 yang artinya ada hubungan tingkat pengetahuan tentang dismenorea dengan perilaku penanganan dismenorea pada siswi SMK YPKK I Sleman Yogyakarta.

Semakin baik pengetahuan tentang dismenorea yang dimiliki siswi, maka perilaku yang ditunjukkan untuk menangani dismenorea juga semakin baik. Dengan pengetahuan yang

baik akan mempengaruhi sikap siswi untuk menangani dismenorea dengan tepat. Hal tersebut karena pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi sikapnya. Sikap positif maupun negatif tergantung dari pemahaman individu tentang suatu hal tersebut, sehingga sikap ini selanjutnya akan mendorong individu melakukan perilaku tertentu pada saat dibutuhkan, tetapi kalau sikapnya negatif, justru akan menghindari untuk melakukan perilaku tersebut⁽⁸⁾.

Berdasarkan kajian yang ada, siswi SMA Gajah Mada telah melakukan upaya mengurangi nyeri haid sebagai gangguan menstruasi dengan membiasakan diri berperilaku sehat, seperti melakukan relaksasi, kompres hangat maupun hipnoterapi serta mengkonsumsi makanan bergizi. Menurut Indriastuti (2009) perilaku sehat tersebut tidak akan terjadi begitu saja, tetapi merupakan sebuah proses yang dipelajari karena individu mengerti dampak positif atau negatif suatu perilaku yang terkait dengan pengetahuan yang dimiliki siswi tentang dismenorea menjadi landasan terbentuknya perilaku untuk menangani dismenorea. Perilaku yang baik terlihat dilakukan oleh siswi yang memiliki pengetahuan baik, sedangkan tingkat pengetahuan yang kurang menjadikan siswi memiliki perilaku yang berpotensi mengakibatkan resiko gangguan kesehatan.

Hasil penelitian diketahui masih adanya remaja putri yang berpengetahuan baik tentang dismenorea masih berperilaku negatif dalam hal pencegahan dismenorea. Menurut peneliti hal ini dikarenakan karena tidak ada keinginan dari diri remaja putri tersebut untuk berubah dan menerima perubahan ataupun pengetahuan, selain itu kurangnya dukungan sikap maupun perilaku dari lingkungan baik itu dari teman, kerabat ataupun orang tua akan mempengaruhi perilaku remaja putri tersebut. Dalam teori juga disebutkan salah satu faktor pembentuk perilaku selain pengetahuan adalah kekuatan yang diperoleh dari sikap ataupun perilaku teman, kerabat ataupun orang tua. Bagi remaja putri yang berpengetahuan kurang namun memiliki perilaku yang positif dalam pencegahan dismenorea dikarenakan karena adanya sikap atau perilaku penguat yang berasal dari keluarga, teman ataupun lingkungan untuk melakukan perilaku yang benar dalam hal pencegahan dismenorea, sehingga remaja putri tersebut berpengalaman dalam hal pencegahan dismenorea dengan

teknik relaksasi, alternatif pengobatan ataupun hipnoterapi. Dukungan dan pengaruh lingkungan juga akan mempengaruhi perilaku seseorang untuk melakukan perilaku kesehatan selain faktor pengetahuan⁽⁶⁾

Untuk itu perlunya pemberian informasi lebih dari pihak sekolah maupun orang tua mengenai dismenore yang sering mereka alami supaya terbentuk perilaku remaja putri yang positif untuk pencegahan dismenore tanpa menggunakan langsung obat-obatan karena dismenore adalah hal yang normal dialami wanita yang sedang menstruasi.

SIMPULAN

Berdasarkan hasil penelitian dan pembahasan yang telah dipaparkan, maka simpulan penelitian ini adalah sebagai berikut:

1. Pengetahuan tentang dismenore remaja putri kelas X dan XI di SMA Gajah Mada Bandar Lampung tahun 2014 dalam kategori baik yaitu 68 (56,7%) responden.
2. Perilaku pencegahan dismenore remaja putri kelas X dan XI di SMA Gajah Mada Bandar Lampung tahun 2014 dalam perilaku positif 64 (53,3%) responden.
3. Ada hubungan pengetahuan tentang dismenore dengan perilaku pencegahannya pada remaja putri kelas X dan XI di SMA Gajah Mada Bandar Lampung tahun 2014 dengan P Value = 0,000 dan nilai OR = 5,400.

SARAN

1. Bagi Tempat Penelitian (SMA Gajah Mada Bandar Lampung)

Diharapkan bagi petugas KKS di SMA Gajah Mada Bandar Lampung untuk tidak memberikan langsung obat-obatan analgesik kepada siswi yang masuk ke KKS dengan keluhan dismenore namun harus memberikan arahan terlebih dahulu untuk melakukan teknik relaksasi, hipnoterapi

maupun alternatif pengobatan dan untuk meningkatkan upaya penyuluhan tentang masalah kesehatan reproduksi khususnya menstruasi dan permasalahannya yaitu tentang dismenore.

2. Bagi Peneliti Lain

Diharapkan untuk peneliti selanjutnya agar meneliti lebih dalam terkait tentang dismenore. Hasil penelitian ini diharapkan dapat menjadi bahan referensi tambahan bagi peneliti lain.

DAFTAR PUSTAKA

1. Qittun, *Info Sehat*. <http://qittun.blogspot.com>; di akses tanggal 13 Januari 2014. 2008
2. Sulastri. *Perilaku Pencarian Pengobatan Keluhan Dysmenorrhea pada Remaja Di Kabupaten Purworejo Propinsi Jawa Tengah, Tesis, Universitas Gadjah Mada, Yogyakarta, ONLINE. 2006* <http://www.solpro.net.com>.
3. Dinas Kesehatan provinsi Lampung. *Profil Kesehatan Provinsi Lampung tahun 2007* (pdf). Bandar Lampung. 2008
4. Suyanto. *Metode Penelitian Kesehatan*. 2007.
5. Notoatmodjo, Soekidjo. *Metodologi Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta. 2007
6. Green, Lawrence W and Kreuter. 2005. Fourth Edition. *Health Program Planning: an educational and ecological approach*. New York: The McGraw-Hill Companies.
7. Dyah. *Hubungan Tingkat Pengetahuan Tentang Dismenorea Dengan Penanganan Dismenorea Pada Siswi SMK YPKK I Sleman Yogyakarta*. Yogyakarta, 2010.
8. Azwar S .2013. *Sikap Manusia Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.