

# HUBUNGAN PENGETAHUAN TENTANG DYSMENORRHOEA TERHADAP CARA MENGATASI DYSMENORRHOEA PADA SISWI SMA NEGERI 1 KECAMATAN SAMALANGA KABUPATEN BIREUEN

Zulfa Hanum<sup>1\*</sup>

<sup>1\*</sup> Prodi Diploma III Kebidanan, Universitas Almuslim, Bireuen

\*Email: zulfahanum89@gmail.com

## ABSTRAK

Berdasarkan data angka nyeri menstruasi didunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya di perkirakan 55% perempuan usia reproduktif yang menderita karena nyeri saat menstruasi. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui hubungan pengetahuan tentang dysmenorrhoea dan cara mengatasi dysmenorrhoea pada siswi SMA Negeri 1 Samalanga Kecamatan Samalanga Kabupaten Bireuen. Jenis penelitian yang digunakan adalah analitik dengan pendekatan cross sectional yang bertujuan untuk mengetahui dinamika hubungan antara variabel bebas dengan variabel terikat. Populasi berjumlah 120 siswi, sedangkan jumlah sampel 40 siswi dengan pengambilan sampel menggunakan Total Sampling. Hasil penelitian didapatkan bahwa tingkat pengetahuan tentang dysmenorrhoea mayoritas masing-masing cukup dan kurang 15 responden (38%), cara mengatasi dysmenorrhoea mayoritas tidak variasi 24 responden (60%). Berdasarkan hasil penelitian didapatkan kesimpulan bahwa tidak ada hubungan pengetahuan terhadap cara mengatasi dysmenorrhoea. Dari hasil penelitian ini diharapkan kepada remaja putri untuk lebih aktif dalam mencari sumber informasi ataupun berita baik dari media masa, media cetak, maupun mengikuti penyuluhan-penyuluhan yang diberikan oleh tenaga kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan dysmenorrhoea.

**Kata Kunci:** Pengetahuan, Cara Mengatasi Dysmenorrhoea

## 1. Pendahuluan

Berdasarkan data angka nyeri menstruasi didunia sangat besar, rata-rata lebih dari 50% perempuan disetiap negara mengalami nyeri menstruasi. Di Amerika angka persentasenya sekitar 60% dan di Swedia sekitar 72%. Sementara di Indonesia angkanya di perkirakan 55% perempuan usia reproduktif yang menderita karena nyeri saat menstruasi. Angka kejadian *dysmenorrhoea* di Indonesia pada tahun 2010 sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *Dysmenorrhoea* primer dan 9,36% *Dysmenorrhoea* sekunder (Info Sehat, 2011).

Aceh pada tahun 2012 terdapat kasus *dysmenorrhoea* terdiri dari 93.100 jiwa (31,2%), serta perpanjangan urasi menstruasi yaitu 3.200 jiwa (5,3%), pada penelitian lain didapatkan prevalensi *dysmenorrhoea* antara 15,8-89,5%, dengan prevalensi tertinggi pada remaja, mengenai gangguan lainnya, bieniasz mendapatkan prevalensi amenorhea sekunder 18,4%, oligomenorhea 50%, polimenorhea 10,5% dan

gangguan lainnya sebanyak 15,8%. Selain itu didapatkan juga bahwa *dysmenorrhoea* merupakan alasan utama yang menyebabkan absen dari sekolah (Dinkes Kota Banda Aceh, 2013).

Berdasarkan data yang diperoleh dan laporan Pelayanan Kesehatan Peduli Remaja (PKPR) jumlah remaja di Kabupaten Bireuen pada tahun 2011 yang umur 10-14 tahun berjumlah 18 orang sedangkan yang umumnya 15-19 tahun berjumlah 118 orang jumlah remaja putri yang berkunjung ke pelayanan kesehatan. Pada tahun 2012 sebanyak 108 orang dan yang mengalami gangguan haid sebanyak 50 orang diantaranya *dysmenorrhoea*, sedangkan pada tahun 2013 dari umur 15-19 tahun sebanyak 88 orang seluruh Puskesmas di Kabupaten Bireuen (Dinkes Kabupaten Bireuen, 2013).

Masa remaja merupakan proses perkembangan dalam kehidupan seseorang. Seseorang yang sedang dalam masa peralihan dari masa anak-anak menuju masa dewasa yang ditandai dengan perkembangan atau perubahan fisik, mental, sosial

dan emosional. Salah satu perubahan paling awal muncul pada remaja putri yaitu perkembangan secara biologis, tanda keremajaan secara biologis yaitu pada saat mulainya remaja mengalami menstruasi (Suparto, 2011).

Menstruasi merupakan pengeluaran darah secara teratur setiap bulannya yang berasal dari dinding rahim wanita. Menstruasi terjadi karena luruhnya lapisan dinding rahim yang keluar melalui vagina berupa darah yang dikenal dengan istilah darah menstruasi (Fajaryati, 2011). Sedangkan menurut Herlina, (2009) menstruasi yang biasanya disertai rasa nyeri atau kram di daerah perut bagian bawah atau tengah dan menjalar ke pinggul, punggung, hingga paha, dikenal dengan istilah *dysmenorrhoea*.

*Dysmenorrhoea* dalam bahasa Indonesia yaitu nyeri haid; nyeri ini memiliki sifat-sifat, derajat, dan karakteristik yang berbeda-beda pada masing-masing orang. Mulai dari yang ringan sampai yang berat. Keadaan yang hebat dapat mengganggu aktivitas, ketidaknyamanan pada saat sakit dan nyeri yang ditimbulkan membuat para penderita tidak bisa bekerja dengan baik terkadang membuat aktivitasnya terhenti sehingga produktivitas keseharian juga berkurang. Wanita yang mengalami nyeri pada saat haid adalah suatu masalah yang kadang sangat menyiksa. Sehingga memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan untuk beberapa jam atau beberapa hari sampai haid selesai (Fajaryati, 2011).

Hasil survey pendahuluan awal disekolah SMA Negeri 1 Samalanga Kecamatan Samalanga Kabupaten Bireuen peneliti mendapatkan jumlah sisiwi dari kelas 1 sebanyak 120 sisiwi dari 7 ruangan, 40 diantaranya yang mengalami *dysmenorrhoea*.

## 2. Metode Penelitian

Adapun jenis penelitian ini bersifat *analitik* dengan pendekatan *cross sectional* yang bertujuan untuk mengetahui dinamika hubungan antara variabel bebas (pengetahuan tentang *dysmenorrhoea*) dengan variabel terikat (cara mengatasi *dysmenorrhoea*) di SMA Negeri 1 Samalanga Kecamatan Samalanga kabupaten Bireuen melalui variabel bebas dan variabel terikat yang pengumpulan data dilakukan sekaligus pada saat yang sama (Arikunto, 2006).

Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti (Machfoedz, 2009). Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh siswi di SMA Negeri 1 Samalanga Kecamatan Samalanga Kabupaten Bireuen yang berjumlah 120 orang. Sampel adalah sebagian dari populasi yang merupakan wakil dari populasi itu sendiri (Machfoedz, 2009). Teknik pengambilan sampel pada penelitian ini dilakukan secara *Total sampling* dengan jumlah sampel 40 orang siswi yang mengalami *dysmenorrhoea*.

## 3. Hasil Penelitian dan Pembahasan

### 3.1 Hasil Penelitian

#### *Analisa Univariat*

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Cara Mengatasi dan Pengetahuan Responden di SMAN 1 Samalanga Kabupaten Bireuen.

No	Kategori	F	%
1	Pengetahuan:		
	Baik	10	24
	Cukup	15	38
2	Cara mengatasi:		
	Variasi	16	40
	Tidak variasi	24	60

Berdasarkan tabel 1 diatas hasil penelitian analisa univariabel yaitu mayoritas pengetahuan responden berada pada kategori cukup dan kurang masing-masing 15 responden (38%), sedangkan cara untuk mengatasi nyeri haid sebageian besar melakukan dengan cara tidak variasi yaitu 24 responden (60%).

#### *Analisa Bivariat*

Analisa bivariat adalah analisa dengan menghubungkan anatara variabel bebas dengan variable terikat, dalam penelitian ini variable bebas adalah tingkat pengetahuan responden dengan kategori baik, cukup dan kurang, sedangkan variable terikata dalah bervariasi dan tidak bervariasi.

Hasil Analisa bivariat dapat dilihat pada tabel 2, yang menunjukkan bahwa dari 40 responden, hasil uji statistic *Chi-Square* pada  $\alpha = 0,05\%$  didapatkan *p-Value* 0,405, dan didapatkan  $\chi^2$  hitung 5,25 <  $\chi^2$  tabel, sehingga memperlihatkan tidak ada hubungan pengetahuan dengan cara mengatasi *dysmenorrhoea*.

Tabel 2. Hubungan Pengetahuan tentang *dysmenorrhoea* terhadap cara mengatasi *dysmenorrhoea* di SMA Negeri 1 Samalanga Kabupaten Bireuen Tahun 2015

No	Pengetahuan Responden	Cara Mengatasi		Total	(% )	$X^2$ hitung	p-Value
		Variasi	Tidak Variasi				
1	Baik	3	7	10	25	1.806	0,405
2	Cukup	5	10	15	37.5		
3	Kurang	8	7	15	37.5		
Total		16	24	40	100		

### 3.2 Pembahasan

#### Pengetahuan tentang *dysmenorrhoea*

Hasil penelitian mengenai pengetahuan responden tentang *dysmenorrhoea* didapatkan pengetahuan responden tentang *dysmenorrhoea* sama-sama berada pada kategori cukup dan kurang yaitu 15 responden (38%).

Dari hasil penelitian mayoritas responden berpengetahuan dengan kategori cukup dan kurang dengan masing-masing 38% dari 15 responden, ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang cukup dan kurang apabila tidak diasah sedini mungkin sangat berdampak bagi kesehatan reproduksi remaja itu sendiri. Hal ini dikarenakan dengan pengetahuan yang cukup dan kurang maka responden tidak mampu mengenali serta menangani permasalahan yang terjadi sehubungan dengan *dysmenorrhoea*, serta dilihat dari usia haid pertama mayoritas responden mengalami haid pertama pada umur 11 tahun yaitu 10 responden (25%). Menurut Bare, dkk (2012), faktor yang mempengaruhi *dysmenorrhoea* berupa *menarche* pada usia lebih awal, belum pernah hamil dan melahirkan, lama menstruasi lebih dari normal (7 hari) dan umur.

Pengetahuan yang cukup dan kurang tentang *dysmenorrhoea* didukung oleh karakteristik responden, yaitu sumber informasi yang diperoleh oleh responden masih sangat kurang tentang *dysmenorrhoea*, responden memiliki pengetahuan yang cukup karena rendahnya akses informasi yang diperoleh remaja putri tentang *dysmenorrhoea*, sehingga berdampak negatif bagi pengetahuan responden.

Remaja putri membutuhkan informasi atau pendidikan tentang proses dan kesehatan selama menstruasi, terutama *dysmenorrhoea* beserta penanganannya. Remaja putri akan mengalami kesulitan menghadapi menstruasi jika sebelumnya mereka belum pernah mengetahui dan membicarakannya baik dengan teman sebaya atau dengan ibu atau keluarga. Namun tidak selamanya ibu dapat memberikan informasi tentang menstruasi karena terhalang tradisi yang menganggap tabu untuk membicarakan tentang menstruasi, sehingga akan mempengaruhi terhadap kualitas kesehatan selama menstruasi pada remaja,

oleh karena itu, pentingnya pemberian informasi melalui pendidikan kesehatan tentang nyeri haid serta penanganannya ini bagi mereka sehingga meningkatkan pengetahuan mereka dalam menangani gejala nyeri haid (Anurogo, 2011).

#### Cara mengatasi *dysmenorrhoea*

Dari hasil penelitian berdasarkan cara mengatasi *dysmenorrhoea* mayoritas responden tidak bervariasi yaitu 24 responden (60%). Ada banyak hal yang dapat dilakukan untuk menangani *dysmenorrhoea* sehingga menurunkan angka kejadian *dysmenorrhoea* dan mencegah keadaan *dysmenorrhoea* tidak bertambah berat, penanganan secara non farmakologi.

Dari hasil penelitian mayoritas responden berpengetahuan dengan kategori cukup dan kurang dengan masing-masing 38% dari 15 responden, ini menunjukkan bahwa pengetahuan yang cukup dan kurang apabila tidak diasah sedini mungkin sangat berdampak bagi kesehatan reproduksi remaja itu sendiri. Hal ini dikarenakan dengan pengetahuan yang cukup dan kurang maka responden tidak mampu mengenali serta menangani permasalahan yang terjadi sehubungan dengan *dysmenorrhoea*

Pengetahuan yang cukup dan kurang tentang *dysmenorrhoea* didukung oleh karakteristik responden, yaitu sumber informasi yang diperoleh oleh responden masih sangat kurang tentang *dysmenorrhoea*, responden memiliki pengetahuan yang cukup karena rendahnya akses informasi yang diperoleh remaja putri tentang *dysmenorrhoea*, sehingga berdampak negatif bagi pengetahuan responden.

#### Hubungan pengetahuan terhadap Cara mengatasi *dysmenorrhoea*

Berdasarkan hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan tentang *dysmenorrhoea* terhadap cara mengatasi *dysmenorrhoea* mayoritas yang mengalami *dysmenorrhoea* yaitu 29 responden (72%), menurut Maulana (2009) faktor yang mempengaruhi *dysmenorrhoea* yaitu terapi hormonal menekan ovulasi, faktor psikologis, obesitas (kegemukan), *dysmenorrhoea* akan

meningkat pada wanita yang mengalami obesitas atau kegemukan.

Hasil penelitian mengenai hubungan pengetahuan tentang *dysmenorrhoea* terhadap cara mengatasi *dysmenorrhoea*, didapatkan tidak ada hubungan mengenai tingkat pengetahuan responden terhadap cara mengatasi *dysmenorrhoea* dengan hasil *p-Value* > dari nilai 0.05, hal ini mungkin disebabkan karena informasi yang didapatkan remaja hanya pada mata pelajaran IPA saja, dengan demikian remaja hanya sekedar tahu dan kurang memahami masalah mengenai kesehatan reproduksi khususnya tentang *dysmenorrhoea*.

## 4 Simpulan dan Saran

### 4.1 Simpulan

Setelah dilakukan penelitian dan uji statistik tentang perbandingan tingkat *dysmenorrhoea* pada siswi SMA Negeri 1 Samalanga Kecamatan Samalanga Kabupaten Bireuen tahun 2015, dapat disimpulkan sebagai berikut :

- Tingkat pengetahuan responden mayoritas berada pada kategori cukup dan kurang dengan masing-masing 15 responden (38%).
- Cara mengatasi *dysmenorrhoea* mayoritas berada pada kategori tidak bervariasi yaitu 24 responden (60%).
- Tidak ada hubungan pengetahuan dengan cara mengatasi *dysmenorrhoea*.

### 4.2 Saran

- Bagi Peneliti  
Diharapkan kepada peneliti selanjutnya hasil penelitian ini dapat digunakan untuk pedoman dalam melakukan penelitian tentang *dysmenorrhoea*, serta menjadi bahan referensi yang baru.
- Bagi Siswi (Responden)  
Diharapkan kepada remaja putri untuk lebih aktif dalam mencari sumber informasi ataupun berita baik dari media masa, media cetak, maupun mengikuti penyuluhan-penyuluhan yang diberikan oleh tenaga kesehatan, khususnya yang berkaitan dengan *dysmenorrhoea*.
- Bagi Tempat Penelitian  
Diharapkan penelitian ini dapat digunakan sebagai masukan bagi tempat penelitian. Dimana kegiatan *ekstrakurikuler* maupun penyuluhan tentang *dysmenorrhoea* pada remaja putri lebih ditingkatkan lagi untuk dapat mencegah terjadinya *dysmenorrhoea*.

## Daftar Pustaka

- Anurogo, D. dan Wulandari, A. (2011) *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: Andi
- Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian Suatu Pendekatan Praktek*, Edisi Revisi, Jakarta: Rineka Cipta.
- Bare & Smeltzer. (2012). *Buku Ajar Keperawatan Medikal*. Jakarta: EGC
- Dinkes Aceh. (2013). *Profil Kesehatan Provinsi Aceh*. Diakses dari [www.dinkes.aceh.co.id](http://www.dinkes.aceh.co.id).
- Dinkes Kab. Bireuen, (2013). *Data bidang pelayanan kesehatan tahun 2013*. Dinkes Bireuen.
- Fajaryati. (2011). *Menstruasi dan Penanganan Dysmenorrhoea*. Cermin Dunia Kedokteran.
- Herlina. (2009). *Pendekatan Praktis Metodologi Riset Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika
- Info Sehat. (2011). Info Sehat 2011 [internet] Tersedia dalam: <http://infosehat.kesehatan.blogspot.com/2011/10/indonesiasehat.2011.html>.
- Kusmiran, E. 2011. *Kesehatan Reproduksi Remaja dan Wanita*. Jakarta: Salemba Medika
- Machfoedz. (2009). *Komunikasi Pemasaran Modern*. Yogyakarta: Cakra Ilmu
- Maulana, M. (2008). *Penyakit Kehamilan dan Pengobatannya*. Jogyakarta: Kata Hati.
- Suparto. (2011). *Pengantar Ilmu komunikasi*. Yogyakarta: CAPS.

## Penulis:

### Zulfa Hanum, SST., M.Keb

Lahir di Meunasah Timu, 09 Desember 1989. Merupakan dosen pada Program Studi Diploma III Kebidanan Fakultas Kesehatan Universitas Almuslim. Bertempat tinggal di Desa Paya Cut Kecamatan Peusangan Kabupaten Bireuen. Penulis merupakan lulusan Magister Kebidanan Universitas Brawijaya, Malang.