

TINGKAT PENGETAHUAN MAHASISWI TENTANG *DYSMENORRHEA* DI PRODI D3 KEBIDANAN UNIVERSITAS TULUNGAGUNG

Anita Dwi Agustina Sari

Program Studi D3 Kebidanan Universitas Tulungagung
queen271213@gmail.com

ABSTRAK

Ketidakeimbangan hormone progesterone di dalam darah dapat menyebabkan keluhan ginekologis seperti *dysmenorrhea* pada wanita hal ini akibat menimbulkan rasa nyeri, intensitas nyeri dapat berbeda-beda pada setiap wanita. Pada remaja wanita usia sekolah nyeri dapat menyebabkan terganggunya aktivitas dan dapat memberi dampak bagi fisik dan psikologis, sehingga mereka cepat merasa letih dan emosional. Hal ini diperlukan identifikasi tingkat pengetahuan mahasiswi tentang *Dysmenorrhea* di Prodi D3 Kebidanan Universitas Tulungagung. Rancangan berupa penelitian deskriptif, dengan teknik *total sampling* didapatkan sampel sebanyak 70 mahasiswi. Variabel tunggal yaitu tingkat pengetahuan mahasiswi tentang *dysmenorrhea*. Hasil analisa data Sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang *dysmenorrhea* pada tingkat tahu hal ini termasuk dalam kriteria baik yaitu sebanyak 48 responden (69%). Pada tingkat paham sebesar 36 responden (52%) termasuk dalam kriteria baik sedangkan pada tingkat aplikasi hampir setengah reponden 36 (43%) dari 70 responden memiliki kriteria baik juga. Hampir semua wanita yang mengalami menstruasi merasakan nyeri haid, pengetahuan sangat penting dalam hal ini untuk mengurangi gejala yang dapat memperberat rasa nyeri sehingga dalam pelaksanaannya tidak akan mengganggu proses belajar. Tingkat pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh beberapa faktor yang dapat mendukung pengetahuan itu sendiri menjadi lebih aplikatif

Kata kunci : Tingkat pengetahuan, *Dysmenorrhea*

ABSTRACT

An imbalance of the hormone progesterone in the blood can cause gynecological complaints such as dysmenorrhea in women, this is due to pain, pain intensity can vary for each woman. In adolescent girls of school age, pain can cause disruption of activities and can have physical and psychological impacts, so that they quickly feel tired and emotional. It is necessary to identify the level of knowledge of female students about dysmenorrhea in D3 Midwifery Study Program, University of Tulungagung. The design was a descriptive study, with a total sampling technique that obtained a sample of 70 female students. The single variable is the student's level of knowledge about dysmenorrhea. The single variable is the level of knowledge of students about dysmenorrhea. Results of data analysis. Most of the respondents had knowledge about dysmenorrhea at the level of knowledge, this was included in the good criteria, namely as many as 48 respondents (69%). At the understanding level, 36 respondents (52%) were included in the good criteria, while at the application level almost half of the respondents (43%) of the 70 respondents had good criteria as well. Almost all women who experience menstruation experience menstrual pain, knowledge is very important in this case to reduce symptoms that can aggravate pain so that in practice it will not interfere with the learning process. A person's level of knowledge is influenced by several factors that can support the knowledge itself to be more applicable.

Key Words : Knowledge Level, *Dysmenorrhea*

Pendahuluan

Salah satu masalah dalam menstruasi yang dialami wanita setiap bulannya adalah rasa nyeri saat haid. Nyeri saat haid atau yang biasa disebut dengan dysmenorrhea dialami lebih dari 50% wanita. Nyeri yang dirasakan bisa disertai dengan rasa mual, lemas dan diare, jika rasa nyeri yang dirasakan berlebih maka dapat mengganggu aktivitas sehari-hari dan ini menyebabkan banyaknya ketidakhadiran pada jam kerja maupun sekolah pada wanita (Laila, 2011; Hartati T dan Mujiatai K, 2012).

Begitu juga Menurut Ningsih (2011), dismenore yang terjadi pada mahasiswa dapat menyebabkan terganggunya aktivitas belajar hingga meningkatkan frekuensi ketidakhadiran kuliah. Beberapa penelitian menyebutkan bahwa factor yang berhubungan dengan kejadian dismenore seperti usia menarche, kebiasaan aktivitas fisik, pereda nyeri, kelebihan berat badan dan pola makan, pernikahan dan riwayat keluarga dimana hampir 30% wanita yang mengalami dismenore adalah anak perempuan dari ibu yang mengalami dismenore juga, stres juga berhubungan dengan dismenore. (Widjanarko, 2006; Yatim, 2001 dalam Mulyani, 2012; Novia, 2012; Ningsih, 2011; Lakhsmi et al, 2011).

Di dunia lebih dari 50% wanita mengalami dismenore ini merupakan nilai yang sangat besar dimana rata – rata wanita di setiap Negara mengalami dismenore. Sedangkan 55% wanita pada masa reproduktif terganggu oleh dismenore di Indonesia, angka tersebut dalam kategori tinggi mengingat efek yang ditimbulkan. Hal ini lebih spesifik lagi apabila dilihat dari tipe dismenore, dimana tipe dismenore primer sebesar 54% dan tipe sekunder sebanyak 45,11% (Anurogo, 2008 dalam Yuniarti, Rejo, & Handayani, 2012; Puspitasari dan Novia 2018).

Dilihat dari kunjungan poli kandungan yang ada di Surabaya didapatkan sebesar 1,07-1,31% adalah penderita dismenore. dari 30-60% remaja wanita yang mengalami dismenore 7-15% tidak pergi ke sekolah atau bekerja. (Ningsih, 2012)

Adanya peningkatan prostaglandin F_{2α} (PGF_{2α}) menyebabkan kontraksi pada otot uterus (miometrium) dan menyebabkan sensasi nyeri pada saat menstruasi, hal ini merupakan penyebab selain dari factor penyakit

kandungan di sekitar panggul (Noor dkk, 2010, Latthe P dkk, 2012; Ningsih, 2012)

Gejala yang dirasakan berupa nyeri menstruasi yang datang secara tidak teratur, terkadang disertai ketegangan otot di bagian belakang pinggang, nyeri yang dirasakan bisa menjalar sampai ke kaki, dan vulva. Nyeri juga bisa dirasakan hanya sedikit atau samar saja pada sebagian wanita (Laila, 2011).

Pengetahuan tentang bagaimana menangani nyeri haid sangat perlu untuk mengurangi rasa nyeri yang dirasakan sehingga tidak begitu mengganggu aktivitas meskipun dimana secara umum penanganan dysmenorrhea dapat dilakukan secara pendekatan farmakologis dan non farmakologis. (Potter & Perry, 2005; Priscilla, 2012).

Pemilihan tempat di Prodi D3 Kebidanan Universitas Tulungagung dikarenakan tingkat stressor pada mahasiswi lebih tinggi dan semua mahasiswi adalah wanita sehingga potensi terjadi dysmenorrhea sangat tinggi selain itu berdasarkan Hasil survey pendahuluan dari 20 mahasiswi semua pernah mengalami dysmenorrhea yang berat sehingga mengganggu aktivitas mereka dan juga mengakibatkan mereka harus tidak masuk kuliah.

Tujuan Penelitian

Mengidentifikasi Tingkat Pengetahuan Mahasiswi Tentang Dysmenorrhea Di Prodi D3 Kebidanan Universitas Tulungagung

Tinjauan Pustaka

1. Pengetahuan

Pengetahuan yang didapat dari pancaindera, dipengaruhi oleh beberapa factor, 2 aspek yaitu aspek positif dan negative yang terbagi dalam beberapa domain dapat menentukan sikap seseorang (Wawan 2010; Notoadmojo 2012).

2. Konsep *Dysmenorrhea*

Dysmenorrhea terdiri dari 2 yaitu primer dan sekunder. pada saat menstruasi sel endometrium mengeluarkan hormone protaglandin sehingga terjadi vasokonstriksi yang dapat menstimulasi neuron nyeri tipe C/ serabut-serabut nyeri system saraf otonom uterus. Terapi yang dapat dipergunakan untuk mengurangi rasa nyeri bisa secara

farmakologis maupun non farmakologis (Potter dan perry, 2010; Prasetyo, 2010; Anugroho & wulandari 2011; Prawirohardjo, 2011)

Metode Penelitian

Jenis penelitian ini adalah deskriptif. Variabel mandiri atau variabel tunggal yaitu tingkat pengetahuan mahasiswi tentang disminore.pada tanggal 17 Oktober 2018 dengan jumlah populasi sebanyak 70 responden di Prodi D3 Kebidanan Universitas Tulungagung. Tehnik pengambilan sampel dengan *Total sampling* sesuai dengan kriteria inklusi. Pengumpulan data dengan membagikan kuesioner tertutup kepada responden dan dikembalikan pada saat itu juga. Data diolah menggunakan teknik deskriptif yaitu menggambarkan hasil penelitian dengan prosentase

Hasil Dan Pembahasan

A. Hasil Berdasarkan Data Umum

1. Umur

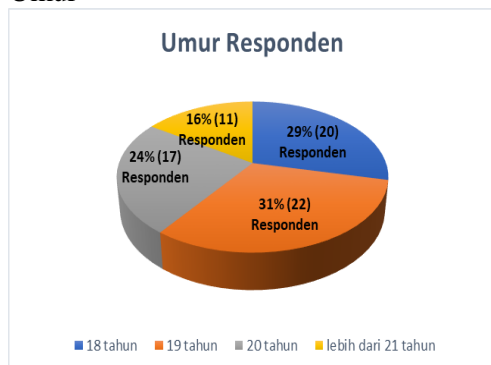


Diagram 1 Distribusi frekuensi berdasarkan umur

2. Usia *menarche*

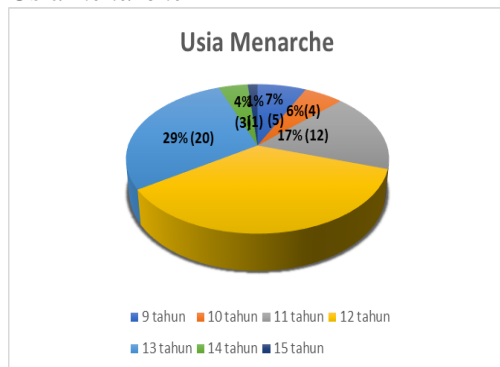


Diagram 2. Distribusi frekuensi berdasarkan usia *menarche*

3. Lamanya haid

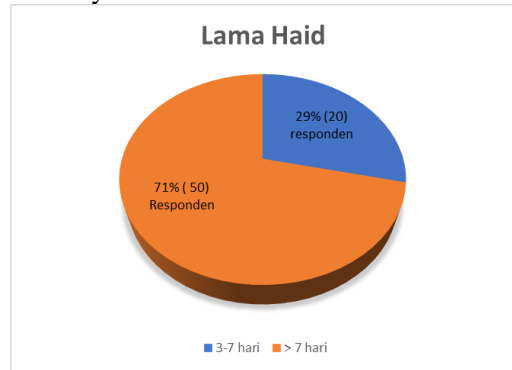


Diagram 3 Distribusi frekuensi berdasarkan lamanya haid

4. Kejadian *Dysmenorrhea*

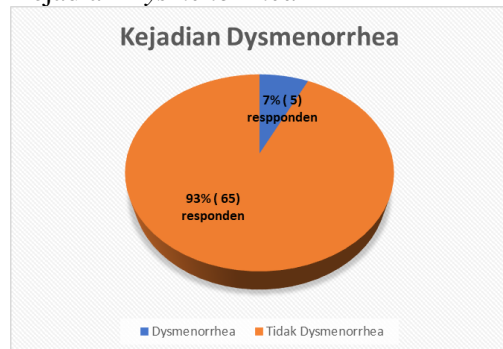


Diagram 4 Distribusi frekuensi berdasarkan kejadian *dysmenorrhea*

5. Informasi mengenai *dysmenorrhea*

Pernah atau Belum pernah mendapat informasi



Diagram 5 Distribusi Informasi yang Pernah atau Tidak Pernah Didapatkan Responden Mengenai mengenai *dysmenorrhea*

6. Sumber informasi

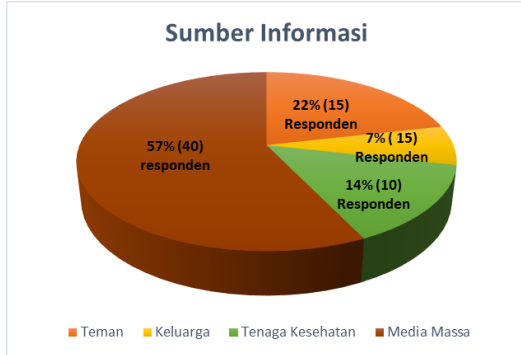


Diagram 6 Distribusi Frekuensi Sumber Informasi mengenai *dysmenorrhea*

B. Hasil Berdasarkan Data Khusus

1. Pengetahuan mahasiswi tentang *Dysmenorrhea* pada tingkat tahu

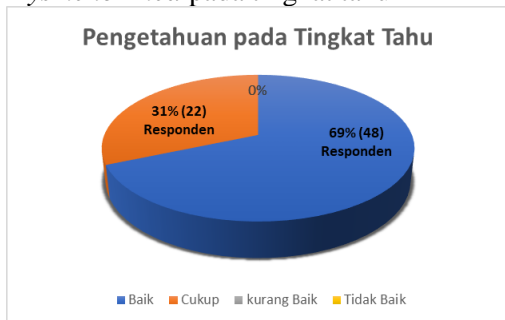


Diagram 7. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang *dysmenorrhea* pada Tingkat Tahu

2. Pengetahuan mahasiswi tentang *Dysmenorrhea* pada tingkat paham

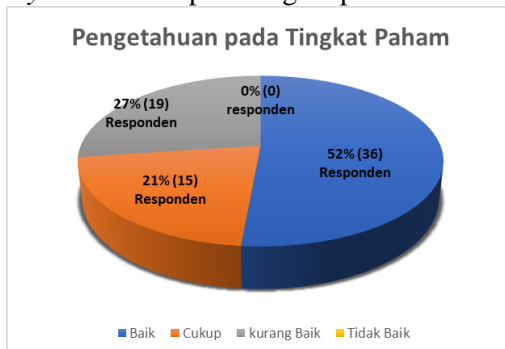


Diagram 8. Distribusi Frekuensi Pengetahuan Tentang *dysmenorrhea* pada Tingkat Paham.

3. Pengetahuan mahasiswi tentang *Dysmenorrhea* pada tingkat aplikasi

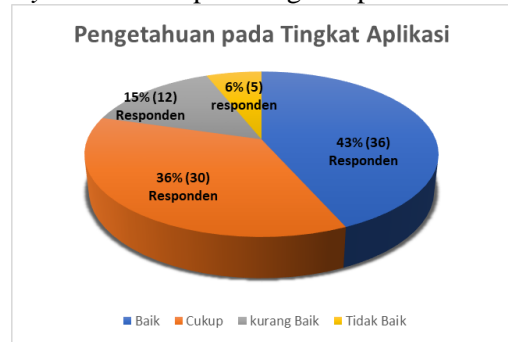


Diagram 9. Distribusi Frekuensi Pengetahuan tentang *Dysmenorrhea* pada Tingkat Aplikasi.

C. Pembahasan

Dalam diagram 7. sebagian besar pengetahuan responden pada tingkat tahu dalam kriteria baik yaitu 48 responden (69%), pada tingkat paham berdasarkan (diagram. 8) sebagian besar responden termasuk dalam kriteria baik yaitu 36 responden (52%) sedangkan hampir setengah atau 30 responden (43%) (diagram 9) pada tingkat aplikasi termasuk dalam kriteria baik. Hal ini ditunjang oleh data umum yaitu Hampir setengah responden berusia 19 tahun yaitu sebanyak 22 responden (31%), usia *menarche* sebanyak 36% responden pada usia 12 tahun, 93% responden pernah mengalami *dysmenorrhea*.

Banyak cara dapat dilakukan seseorang untuk mendapat pengetahuan, pengetahuan yang akurat dan dipercaya menunjang sikap yg positif juga. Berbagai faktor yang mempengaruhi terbentuknya pengetahuan seperti usia yang dapat mempengaruhi daya tangkap seseorang. Selain itu puncak insiden nyeri haid pada akhir masa remaja dan diawal usia 20 tahun (Ernawati dkk, 2008; Wawan, 2010; Kurniawati dan kusumawati, 2011; Notoatmodjo, 2012; Budiman, 2013).

Hasil penelitian yang dilakukan oleh Misaroh (2009) menyatakan 12-14 tahun merupakan usia ideal bagi seorang wanita mengalami *menarche*. Apabila usia *menarche* < 12 tahun memiliki kemungkinan 1,6 kali lebih besar mengalami *dysmenore*. Hal ini tergantung juga dari status kesehatan

wanita tersebut, status nutrisi dan pola hidup sehat yang dilakukan (Anurogo, 2008). tingkat stress pada mahasiswi lebih tinggi dibandingkan pada level dibawahnya sehingga bisa memperberat nyeri yang dirasakan, hal ini sejalan dengan stres juga berhubungan dengan dismenore. (Widjanarko, 2006)

Dilihat dari lamanya menstruasi sebagian besar responden mengalami haid selama lebih dari 7 hari dengan presentase 71%. Hal ini menunjukkan bahwa responden umumnya memiliki siklus haid yang normal meskipun lebih pjg sekitar 8-9 hari lamanya.

Seluruh responden pernah mendapatkan informasi hal ini didukung dengan hasil pengetahuan dalam kategori baik meskipun terjadi penurunan jumlah mahasiswi yg paham dan mengaplikasikan informasi yang didapat. Sumber informasi sangat mempengaruhi pemahaman seseorang dimana sumber informasi yang diperoleh sebagian besar melalui media massa. Pada zaman era digital informasi dapat dengan mudah didapat dari media massa akan tetapi akurat atau tidaknya informasi juga bisa menjadi Sumber informasi dapat mempengaruhi jangka pendek maupun panjang perubahan atau peningkatan pengetahuan seseorang. Adanya informasi baru mengenai sesuatu hal memberikan landasan kognitif baru bagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut. Tetapi meskipun begitu cara memperoleh pengetahuan juga merupakan merupakan salah satu indicator penting untuk seseorang dapat menerapkan pengetahuannya tersebut.

Kesimpulan

1. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang disminore pada tingkat tahu termasuk kriteria baik yaitu sebanyak 48 responden (69%) dari total 70 responden.
2. Sebagian besar responden memiliki pengetahuan tentang disminore pada tingkat paham termasuk kriteria paham yaitu sebanyak 36 responden (52%) dari total 70 responden.
3. Hampir setengah responden memiliki pengetahuan tentang disminore pada tingkat aplikasi termasuk kriteria baik yaitu sebanyak 36 responden (43%) dari total 70 responden.

Saran

Mahasiswi hendaknya lebih apikatif dalam menerapkan cara penanganan Dysmenorrhoea sehingga tidak terlalu berdampak pada konsentrasi belajar di kampus.

Daftar Pustaka

- Anugroho D, Wulandari S. Cara jitu menangani nyeri haid. Yogyakarta: ANDI; 2011.
- Anurogo.(2008).Segalasesuatutentangnyerihaid.<http://www.kabarindonesia.com/berita.php?pil=3&dn=2008061916480>. Diakses tanggal 5 Juli 2013.
- Budiman, A.R. 2013. Pengetahuan dan Sikap Dalam Penelitian Kesehatan. Jakarta ; Salemba Medika
- Kumbhar et al Kesehatan Ibu dan Anak. Jakarta: JICA (Japan International Cooperation Agency) ; 2012.
- Hartati T, Mujiyanti K. Mekanisme koping mahasiswa keperawatan dalam menghadapi dismenore. J Ilmu Kesehatan Keperawatan. 2012; 8(1):25–31
- Lakshmi, A. Saraswathi, P. Ramamchandran. 2011. Prevalence of Pre-Menstruation Syndrome and Dysmenorrhoea among Female Medical Students and Its Association International Journal of Biological & Medical Research Vol 2(4): 1011 – 1016
- Laila, N. N. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta: Buku Biru
- Mulyani, S. (2012). Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Disminorea Kelas VIII di SMPN 1 Kedawaung Sragen.

Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Kusuma
Husada

- Ningsih, R. 2011. Efektifitas Pereda Intensitas Nyeri pada Remaja dengan Dismenore di SMAN Kecamatan Curup. Thesis. Fakultas Ilmu Keperawatan, Universitas Indonesia. Depok. (Tidak Dipublikasikan)
- Ningsih R. Efektivitas paket pereda terhadap intensitas nyeri pada remaja dengan dismenore di SMAN kecamatan curup [tesis]. Jakarta: Universitas Indonesia; 2012.
- Noor MS, Yasmina A, Hanggarawati CD. Perbandingan kejadian dismenore pada akseptor pil kb dengan akseptor suntik kb 1 bulan di wilayah kerja Puskesmas Pasayangan. Media Kesehatan Masyarakat Indonesia. 2010; 9(1):14-17. 9.
- Novia, D. 2012. Hubungan Dismenore dengan Olahraga pada Remaja di SMA St. Thomas 1 Medan. Skripsi. Fakultas Kedokteran Universitas Sumatera Utara.(Tidak Dipublikasikan)
- Potter, P.A. & Perry, A.G. (2010). *Buku Ajar Fundamental Keperawatan*. Edisi 7 Jilid. Jakarta: EGC
- Pratiwi, N. 2011. Buku Pintar Kesehatan Wanita. Imperium: Yogyakarta.
- Priscilla. (2012). *Perbedaan Pengaruh Teknik Relaksasi Nafas Dalam dan Kompres Hangat Dalam Menurunkan Dismenore pada Remaja SMA Negeri 3* . Padang: Universitas Andalas
- Puspitasari dan Novia. .Angka kejadian Dismenorea di Indonesia. 4 juni 2018
- Yuniarti, T., Rejo, & Handayani, T. . (2012). Hubungan Tingkat Pengetahuan Mahasiswa Semester 1 dengan Menstruasi dan Penanganan Dismenore di Akper Mamba"ul „ulum Surakarta.
- Widjanarko, B. Tinjauan Terapi pada Dismenore Primer. Majalah Kedokteran Damianus. Vol 5 (16) November 2006: 2011
- Wiknjosastro S. Ilmu Kebidanan. Indonesia: Balai Pustaka; 2012.