

HUBUNGAN PENGETAHUAN DENGAN TINGKAT KECEMASAN REMAJA PUTERI TENTANG DISMENORHEA

Helmy Apreliasari¹, Nanda Masraini Daulay²

STIKes Aufa Royhan

(helmyaprelia@gmail.com, 082221222291)

(nanda_daulay88@yahoo.com, 0852977737764)

ABSTRAK

Menstruasi merupakan peristiwa yang wajar dan alami, walaupun begitu pada kenyataannya banyak wanita yang mengalami masalah menstruasi di antaranya yang sering terjadi adalah *dismenorhea* (nyeri selama siklus haid). Angka kejadian nyeri haid di dunia sangat besar, hampir 50% dari kaum wanita pernah mengeluh karena sakit waktu haid pada masa remaja. Biasanya gangguan ini mencapai puncaknya pada umur 17-25 tahun. Penelitian ini bertujuan mengidentifikasi hubungan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja puteri tentang *dismenorhea* di SMA Negeri 6 Padangsidimpuan. Desain penelitian ini bersifat *analitik korelasi* dengan pendekatan *cross sectional* dengan besar sampel 219 orang dengan metode pengambilan sampel *stratified random sampling*. Penelitian ini di lakukan pada bulan Oktober Tahun 2018. Instrumen dalam penelitian ini berupa kuesioner yang meliputi data demografi, kuesioner pengetahuan tentang *dismenorhea*, dan kuesioner tentang tingkat kecemasan. Hasil penelitian menunjukkan mayoritas remaja puteri berpengetahuan baik sebanyak 167 orang (76,3%) dan mengalami cemas ringan sebanyak 150 responden (68,5%) tentang *dismenorhea*. Setelah dilakukan uji *chi-square* disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja puteri tentang *dismenorhea* karena nilai *p value* < 0,05 atau (0,002 < 0,05). Dari penelitian ini di harapkan agar remaja untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang *dismenorhea*.

Kata kunci : Pengetahuan, tingkat kecemasan, *dismenorhea*.

ABSTRACT

Menstruation is a natural and natural event, although in reality many women experience menstrual problems including dysmenorrhea (pain during the menstrual cycle). The incidence of menstrual pain in the world is very large, almost 50% of women have complained of illness during menstruation during adolescence. Usually this disorder reaches its peak at the age of 17-25 years. This study aims to identify the relationship between knowledge and anxiety levels of young women about dysmenorrhea in Padangsidimpuan Public High School 6. The design of this research is analytic correlation with cross sectional approach with a sample size of 219 people with stratified random sampling method. This research was conducted in October 2018. The instrument in this study was in the form of a questionnaire that included demographic data, a knowledge questionnaire about dysmenorrhea, and a questionnaire about the level of anxiety. The results showed the majority of well-informed adolescent girls as many as 167 people (76.3%) and experienced mild anxiety of 150 respondents (68.5%) about dysmenorrhea. After doing the chi-square test concluded that there is a significant relationship between knowledge and anxiety levels of young women about dysmenorrhea because the p value is <0.05 or (0.002 <0.05). From this research it is hoped that adolescents will further increase their knowledge of dysmenorrhea.

Keywords : Knowledge, anxiety level, dysmenorrhea

1. PENDAHULUAN

Angka kejadian nyeri haid di dunia sangat besar, hampir 50% dari kaum wanita pernah mengeluh karena sakit waktu haid pada masa remaja. Biasanya gangguan ini mencapai puncaknya pada umur 17-25 tahun, dan berkurang atau sembuh setelah pernah mengandung (Llewellyn, 2005). Di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami *dismenorrhea* dan 10-15% di antaranya mengalami *dismenorrhea* berat, yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun dan ini akan menurunkan kualitas hidup pada individu masing-masing. Bahkan diperkirakan perempuan di Amerika kehilangan 1,7 juta hari kerja setiap bulan akibat *dismenorrhea*. Di Indonesia angka kejadian *dismenorrhea* primer sebesar 54,89% sedangkan sisanya adalah penderita dengan tipe sekunder (Qittun, 2008)

Hasil penelitian yang dilakukan Gunawan (2002) diempat SLTP di Jakarta menunjukkan bahwa pada *dismenorrhea* primer yaitu sebanyak 76,6% siswi tidak masuk sekolah karena nyeri haid yang dialami, 56,5% siswi mengalami nyeri haid tidak menentu, di mana 23,6 % terjadi bersamaan dengan datangnya haid, 13,6% terjadi sebelum datangnya haid dan pada 6,2% terjadi setelah datangnya haid.

Nyeri haid dapat menyebabkan seseorang menjadi lemas, tidak bertenaga sehingga berdampak negatif pada kegiatannya sehari-hari dan secara psikologis akan sangat mengganggu, bahkan menjadi salah satu alasan tersering wanita tidak masuk kerja atau sekolah. Nyeri haid cenderung terjadi lebih sering dan lebih hebat, pada gadis remaja yang mengalami kegelisahan, ketegangan dan kecemasan. Jika tidak diatasi, nyeri menstruasi ini seringkali akan mengganggu aktifitas dari remaja tersebut (Qittun, 2008, <http://qittun.blogspot.com>, diperoleh 5 Desember 2009).

Menurut hasil penelitian Noviani Fitri (2009) Pengetahuan Remaja Puteri Tentang *Dismenorrhea* di Dusun XI Desa Tegal Rejo Kecamatan Padang Tualang Kabupaten Langkat, mayoritas berpengetahuan baik pada kelompok pendidikan SMA yaitu sebanyak 22

responden (44%) dan minoritas berpengetahuan kurang pada kelompok pendidikan SD yaitu sebanyak 3 responden (6 %).

Dari hasil survei pendahuluan yang dilakukan oleh peneliti pada siswi kelas X dan XI di SMUN 3 Medan pada bulan Januari 2010 didapatkan data bahwa sebesar 83,5% siswi mengalami *dismenorrhea*, dan sebanyak 61,3 % dari mereka mengalami kecemasan. Hal ini disebabkan oleh salah satunya adalah kurangnya pengetahuan remaja itu sendiri tentang *dismenorrhea*.

Maka dari itu peneliti tertarik untuk melakukan penelitian tentang hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja puteri tentang *dismenorrhea* di SMUN 3 Medan.

2. METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan desain penelitian *analitik korelasi* dengan pendekatan *cross sectional*. Jumlah sampel dalam penelitian ini 219 siswa di SMA N 6 Padangsidempuan. Penelitian dilakukan pada bulan oktober Tahun 2018. Instrumen pada penelitian ini berupa kuesioner yang dibuat oleh peneliti berdasarkan tinjauan teoritis. Kuesioner yang dibagikan terdiri dari 3 bagian, yaitu : data demografi, kuesioner pengetahuan, dan kuesioner tingkat kecemasan. remaja tentang *dismenorrhea*. Analisa data univariat dan bivariat.

3 HASIL

Pengetahuan Remaja Puteri Tentang *Dismenorrhea*

Tabel 1.1 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Remaja Puteri Tentang *Dismenorrhea*

Pengetahuan	Frekuensi	%
Kurang	52	23,7
Baik	167	76,3
Jumlah	219	100

Dari 219 responden remaja putri yang mengalami *dismenorea* yang diteliti di SMUN 3 Medan Tahun 2010 mayoritas berpengetahuan baik sebanyak 167 responden (76,3%) dan minoritas berpengetahuan kurang sebanyak 52 responden (23,7%).

Tingkat Kecemasan Remaja Putri Tentang *Dismenorea*

Tabel 1.2 Distribusi Frekuensi Tingkat Kecemasan Remaja Putri Tentang *Dismenorea*

Tingkat Kecemasan	Frekuensi	%
Cemas Ringan	150	68,5
Cemas Berat	69	31,5
Jumlah	219	100

Dari 219 responden remaja putri yang mengalami *dismenorea* yang diteliti di SMUN 3 Medan Tahun 2010 mayoritas mengalami cemas ringan sebanyak 150 responden (68,5%) dan minoritas mengalami cemas berat sebanyak 69 responden (31,5%).

Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Tentang *Dismenorea*

Tabel 1.3 Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Putri Tentang *Dismenorea*

No	Pengetahuan	Tingkat Kecemasan				Total		Nilai P
		C. Berat		C. Ringan		N	%	
		N	%	N	%			
1	Kurang	26	50	26	50	52	100	0,002
2	Baik	43	25,7	124	74,3	167	100	

Dari tabel 1.3 dapat dilihat bahwa dari 52 responden yang berpengetahuan kurang mengalami cemas berat yaitu sebanyak 26 orang (50 %) dan mengalami cemas ringan 26 orang (50 %), sedangkan responden dengan pengetahuan baik dari 167 responden mengalami cemas berat sebanyak 43 orang

(25,7 %) dan mengalami cemas ringan sebanyak 124 orang (74,3 %).

Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai $P=0,002$ maka dapat disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja putri tentang *dismenorea*. Dari hasil uji statistik juga di peroleh nilai $OR=2,884$ artinya remaja yang memiliki pengetahuan baik memiliki peluang 2,884 kali tidak merasakan cemas tentang *dismenorea* dibandingkan remaja yang memiliki pengetahuan kurang.

4 PEMBAHASAN

Pengetahuan Remaja Putri Tentang *Dismenorea*

Menurut Maulana (2009) pengetahuan merupakan hasil dari tahu, ini terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap sesuatu objek tertentu. Sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga.

Berdasarkan tabel 1.1 pengetahuan responden tentang *dismenorea* diketahui bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan baik yaitu sebanyak 167 responden (76,3%) dan minoritas berpengetahuan kurang sebanyak 52 responden (23,7%).

Pengetahuan remaja putri baik tentang *dismenorea* disebabkan remaja putri mengetahui lebih jauh tentang *dismenorea* dan kemungkinan informasi yang didapat oleh remaja putri diperoleh dengan baik, baik dari media massa maupun dari pihak-pihak terkait yang berkewajiban memberikan penyuluhan.

Pengetahuan responden yang masih kurang bisa saja karena jarang menerapkan pengetahuan yang mereka miliki khususnya tentang *dismenorea*. Pada dasarnya suatu pengetahuan menjadi sempurna dan akan selalu teringat apabila dipahami.

Tingkat Kecemasan Remaja Putri Tentang *Dismenorea*

Berdasarkan tabel 1.2 remaja putri mayoritas mengalami cemas ringan sebanyak

150 responden (68,5%) dan minoritas mengalami cemas berat sebanyak 69 responden (31,5%).

Hasil penelitian Ayurai (2006) di SMA Negeri 3 Sidoarjo, didapatkan bahwa sebesar 90 % siswi mengalami *dismenorrhea* dan sebanyak 70% siswi tersebut mengalami kecemasan. Hal ini disebabkan oleh salah satu faktornya yaitu kurangnya pengetahuan remaja tersebut tentang *dismenorrhea*.

Menurut Potter (2005) remaja yang memiliki pengetahuan yang baik dapat membantu melakukan penyesuaian diri terhadap perubahan tersebut sehingga diharapkan kecemasan berkurang sedangkan remaja yang tidak memiliki pengetahuan dapat meningkatkan masalah berkepanjangan yang dapat timbul sebagai ketidaktegasan, kebingungan, pemberontakan, depresi atau meningkatkan *ansietas* (kecemasan).

Hubungan Pengetahuan Dengan Tingkat Kecemasan Remaja Puteri Tentang Dismenorrhea

Berdasarkan hasil analisis hubungan pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja puteri disimpulkan ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan di mana ($P = 0,002 < 0,05$).

Dari data yang diperoleh, responden yang berpengetahuan kurang mengalami cemas berat yaitu sebanyak 26 orang (50 %) dan mengalami cemas ringan 26 orang (50 %), sedangkan responden dengan pengetahuan baik mengalami cemas berat sebanyak 43 orang (25,7 %) dan mengalami cemas ringan sebanyak 124 orang (74,3 %).

Dengan demikian, seseorang yang memiliki pengetahuan baik akan lebih memahami tentang *dismenorrhea* maka kecemasan yang dirasakan hanya cemas ringan. Dengan kata lain cemas berat akan lebih banyak ditemukan pada responden yang memiliki pengetahuan kurang.

Hasil penelitian ini sesuai dengan pendapat Potter (2005) remaja yang memiliki pengetahuan yang baik dapat membantu melakukan penyesuaian diri terhadap

perubahan tersebut sehingga diharapkan kecemasan berkurang sedangkan remaja yang tidak memiliki pengetahuan dapat meningkatkan masalah berkepanjangan yang dapat timbul sebagai ketidaktegasan, kebingungan, pemberontakan, depresi atau meningkatkan *ansietas* (kecemasan).

5. KESIMPULAN DAN SARAN

Kesimpulan

1. Berdasarkan pengetahuan yang dimiliki remaja puteri menunjukkan bahwa dari 219 responden terdapat 167 responden (76,3%) memiliki pengetahuan baik dan 52 responden (23,7%) memiliki pengetahuan kurang tentang *dismenorrhea*.
2. Berdasarkan tingkat kecemasan remaja puteri menunjukkan bahwa dari 219 responden terdapat 150 responden (68,5%) mengalami cemas ringan dan 69 responden (31,5%) mengalami cemas berat tentang *dismenorrhea*.
3. Ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan tingkat kecemasan remaja puteri tentang *dismenorrhea*

Saran

Diharapkan remaja dapat menggunakan hasil penelitian ini sebagai sumber informasi dan bahan masukan bagi remaja untuk lebih meningkatkan pengetahuan tentang *dismenorrhea*, serta para remaja sewaktu mengalami *dismenorrhea* hendaknya melakukan aktivitas yang dapat mengurangi *dismenorrhea* itu sendiri seperti berolahraga.

6. REFERENSI

Ayurai. (2006). *Hubungan Pengetahuan dan Tingkat Kecemasan Remaja Tentang Dismenorrhea di SMAN 3 Sidoarjo Tahun 2006*, <http://ayurai.wordpress.com>, diperoleh tanggal 15 November 2009.

Dalami, dkk. (2009). *Asuhan Keperawatan Jiwa Dengan Masalah Psikososial*. Jakarta : Trans Info Media.

Hacker dan Moore. (2001). *Essensial Obstetri dan Ginekologi*. Edisi Dua. Jakarta : Hipokrates.

_____. (2009). *Psikometri Alat Ukur (Skala) Kesehatan Jiwa*. Jakarta : FKUI.

Hestiantoro, A. Dkk. (2008). *Masalah Gangguan Haid dan Infertilitas*. Jakarta : FKUI.

Ll ewellyn, D. Dkk. (2001). *Dasar-dasar Obstetri Dan Ginekologi*. Jakarta : Hipokrates.

Mansjoer, A. Dkk. (2002). *Kapita Selekta Kedokteran*. Jakarta : Media Aesculapius FKUI.

Manuaba. (2001). *Kapita Selekta Penatalaksanaan Rutin Obstetri Ginekologi dan KB*. Jakarta : EGC.

Maulana. (2009). *Promosi Kesehatan*. Jakarta : EGC.

Notoatmodjo, S. (2003). *Ilmu Kesehatan Masyarakat Prinsip-Prinsip Dasar*. Jakarta : Rineka Cipta.

Nursalam. (2008). *Konsep dan Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan*. Jakarta : Salemba Medika.

Pinem, S. (2009). *Kesehatan Reproduksi dan Kontrasepsi*. Jakarta : Trans Info Media.

Qitun. (2008).
<http://qittun.blogspot.com/2008/09/menurunkan-intensitas-nyeri-menstruasi.html>
diperoleh tanggal 5 desember 2009.

Soetjiningsih. (2007). *Buku Ajar Tumbuh Kembang Remaja dan Permasalahannya*. Jakarta : Sagung Seto.

Suliswati, dkk. (2005). *Konsep Dasar Keperawatan Kesehatan Jiwa*. Jakarta : EGC.

Widyastuti, dkk. (2009). *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya.

Wiknjosastro, H. (2006). *Ilmu Kandungan*. Jakarta : Yayasan Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.