

HUBUNGAN PENGETAHUAN DAN SIKAP REMAJA DENGAN PENCEGAHAN DISMENORE DI SMK EMPAT LIMA SURAKARTA

Siti Nur Solikah, Tatik Trisnowati
Akademi Keperawatan Insan Husada Surakarta
Jl. Lenjen Sutoyo Gang Jodipati No. 10 Surakarta
noercolikah85@gmail.com

Abstrak

Setiap insan yang dilahirkan akan melalui tahap tumbuh kembang yang berbeda-beda. Tahap pertumbuhan dan perkembangan usia remaja pada seorang wanita ditunjukkan dengan munculnya tanda-tanda seksual sekundernya sampai saat ia mencapai kematangan seksual. Semua wanita normal akan mengalami haid sebagai tanda kematangan organ reproduksi. Dismenore merupakan rasa sakit di perut bagian bawah selama menstruasi dan juga dapat dirasakan di pinggul, punggung bawah, atau paha. Rasa sakit bersifat spasmodik (kram) yang dapat mengganggu aktivitas. Pengetahuan dan sikap remaja tentang dismenore mempengaruhi cara pencegahan dismenore yang dialaminya. Berdasarkan hasil studi pendahuluan di SMK Empat Lima yang mayoritas anak didik perempuan mengalami dismenore dan mengalami gangguan aktivitas belajar saat haid.

Tujuan: untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan dan sikap siswa dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta.

Metode: Jenis penelitian *deskriptif korelatif* dengan pendekatan *cross sectional*, terhadap 70 responden siswi SMK Empat Lima Surakarta dengan teknik *purposive sampling*. Analisis data menggunakan uji statistik *Korelasi Kendal Tau*.

Hasil: penelitian ini menunjukkan bahwa (1) Pengetahuan siswi SMK Empat Lima Surakarta tentang dismenore yang termasuk dalam kategori kurang sebanyak 8,2%, kategori cukup 34,28%, kategori baik 57,15%. (2) Sikap siswa SMK Empat Lima Surakarta terhadap dismenore yang termasuk kategori kurang sebanyak 14,20%, kategori cukup 35,7%, kategori baik 50%. (3) Perilaku pencegahan siswa SMK Empat Lima Surakarta terhadap dismenore yang termasuk kategori kurang sebanyak 38,0%, kategori cukup 4,28%, kategori baik 57,15%. (4) Hasil analisis menunjukkan ada hubungan kuat antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan dismenore ($r ; 0,712 p = 0,000$) dan ada hubungan kuat antara sikap dengan perilaku remaja dalam pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta ($r ; 0,745 p = 0,000$).

Simpulan: Ada hubungan yang kuat antara pengetahuan dan sikap remaja dengan perilaku pencegahan dismenore di siswa SMK Empat Lima Surakarta

Kata kunci: Pengetahuan, Sikap, Penatalaksanaan Kesehatan, Dismenore

PENDAHULUAN

Setiap insan yang dilahirkan akan melalui tahap tumbuh kembang yang berbeda-beda. Pertumbuhan adalah bertambahnya jumlah dan besarnya sel di seluruh bagian tubuh yang secara kuantitatif dapat diukur. Sedangkan perkembangan adalah bertambah sempurnanya fungsi alat tubuh yang dapat dicapai melalui tumbuh, kematangan dan belajar. Pertumbuhan dan perkembangan berjalan menurut norma-norma tertentu. Tahap pertumbuhan dan perkembangan usia remaja pada seorang wanita ditunjukkan dengan munculnya tanda-tanda seksual sekunder sampai saat ia mencapai kematangan seksual (Soejiningsih, 2015).

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).

Semua wanita normal akan mengalami haid sebagai tanda kematangan organ reproduksi. Setiap wanita memiliki masalah berbeda ketika menghadapi siklus menstruasi setiap bulannya. Masalah yang timbul mulai dengan adanya gejala PMS (premenstrual syndrome) hingga masalah tidak mengalami menstruasi atau sampai mengalami menstruasi yang berkepanjangan. Menstruasi pada umumnya akan dialami oleh wanita ketika sudah memasuki usia reproduksi dan berakhir pada saat menopause (Soedjiningsih, 2015).

Pemahaman usia perkembangan remaja tentang kemungkinan pengaruh kesehatan reproduksi terhadap kesehatan secara luas sering belum dipahami, hal ini dapat terjadi karena kurangnya informasi yang benar mengenai kesehatan reproduksi. Kemungkinan informasi ini tidak saja terjadi pada kaum remaja tetapi juga pada kalangan dewasa dan orang tua (Prawihardjo, 2014).

Pada fase perkembangan remaja akan dijumpai sejumlah masalah fisik, sosial dan psikologis. Walaupun menstruasi datang setiap bulan pada usia produktif banyak wanita yang mengalami ketidaknyamanan fisik saat menstruasi yang disebut dismenore. Dismenore adalah suatu kondisi nyeri selama berlangsungnya menstruasi yang disebabkan oleh kejang otot uterus (Price & Sylvia, 2012).

Dismenore atau nyeri haid merupakan suatu gejala yang paling sering menyebabkan wanita pergi ke dokter untuk konsultasi dan pengobatan. Oleh karena hampir semua wanita mengalami rasa tidak enak di perut bawah sebelum dan selama haid, dan jika nyeri haid demikian hebatnya, sehingga memaksa untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau cara hidupnya sehari - hari, untuk beberapa jam atau beberapa hari. Adapun tanda dan gejala yang dirasakan wanita saat mengalami dismenore adalah nyeri perut yang disertai rasa mual, muntah, diare dan sakit kepala (Prawirohardjo, 2014).

Dismenore primer merupakan jenis nyeri haid yang paling banyak, yang mempengaruhi lebih dari 50% wanita. Dismenore primer lebih mungkin dialami oleh anak perempuan selama masa remaja. (Kartono, 2009).

SMK Empat Lima Surakarta mempunyai siswa berjumlah 150 orang

yang terdiri dari 140 perempuan dan 10 laki-laki secara keseluruhan, sedangkan yang akan dijadikan subyek penelitian adalah siswi kelas X, XI, dan XII yang mengalami dismenore.

Berdasarkan survei pendahuluan berupa observasi dan wawancara yang dilakukan pada awal Januari 2016, di AKPER Insan Husada Surakarta dengan jumlah sampel 50 mahasiswi didapatkan data antara lain: 32 mahasiswi (64%) sering terjadi dismenore, 12 mahasiswi (24%) kadang kadang terjadi dismenore dan sisanya 6 mahasiswi (12%) tidak pernah terjadi dismenore. Gejala yang dirasakan antara lain nyeri, kram perut, mual, muntah, sakit kepala bahkan sampai pingsan. Beberapa siswi sering terpaksa tidak masuk sekolah dan tidak konsentrasi berfikir pada saat nyeri haid sehingga mengganggu aktivitas belajarnya saat disekolahkan. Untuk mengurangi rasa nyeri haid tersebut tindakan yang dilakukan oleh sebagian siswi antara lain istirahat di tempat tidur dengan posisi membungkuk, minum air hangat, kompres air hangat dan memberikan minyak angin.

Berdasarkan latar belakang tersebut, peneliti melakukan penelitian tentang "Hubungan pengetahuan dan sikap remaja dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta".

TINJAUAN PUSTAKA

Pengetahuan dan Sikap

Menurut teori Sigmunt Freud, salah satu aspek perkembangan manusia adalah perkembangan kognitif, kognisi merujuk pada proses-proses internal dari produk pikiran manusia yang mengarah pada konsep "mengetahui" termasuk didalamnya semua aktifitas mental seperti mengingat,

menghubungkan, mengklasifikasikan, memberi simbol, mengimajinasikan, pecahan masalah, penalaran persepsi, berkreasi, belajar kemampuan untuk menyesuaikan dengan situasi baru (Whaley and Wong's, 2012).

Menurut Purwanto (1999) sikap adalah pandangan atau perasaan yang disertai kecenderungan untuk bertindak sesuai dengan sikap dari obyek. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktifitas akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku.

Asmadi (2011), menyatakan bahwa sikap adalah yang dipelajari melalui pengamatan, pendengaran, dan pengalaman. Perilaku kesehatan pada dasarnya adalah suatu respons seseorang (organisme) terhadap *stimulus* yang berkaitan dengan sakit dan penyakit, sistem pelayanan kesehatan, makanan, serta lingkungan (Notoatmodjo, 2015). Menurut Sunaryo (2010) faktor lain yang mempengaruhi perilaku adalah faktor internal dan eksternal.

Dismenore adalah salah satu dari keluhan utama ginekologis yang menyebabkan seseorang datang ke dokter. Istilah dismenore (*dysmenorrhoea*) berasal dari bahasa "Greek" yang artinya *dys* (gangguan/nyeri hebat/abnormalitas), *meno* yang berarti bulan; dan *rrhea*, yang berarti 'flow' atau aliran. Sehingga *dismenore* didefinisikan sebagai gangguan aliran darah haid atau nyeri haid. Dismenore adalah nyeri siklik pada panggul atau abdomen bagian bawah, rasa nyeri dapat menjalar ke arah punggung dan paha bagian depan, terjadi sebelum dan atau selama periode haid (Widjarnako, 2010). Menurut Alvin (2013) beberapa tindakan untuk mengurangi rasa nyeri akibat dismenore, selain dengan obat-obatan antara lain :

- a. Rutin olahraga, seperti jalan kaki karena hal ini akan melancarkan peredaran darah, dan mengurangi intensitas nyeri.
- b. Konsumsi makanan yang bergizi, termasuk buah-buahan dan sayuran. Dapat dicoba mengkonsumsi apel, pir, pepaya, jeruk, nanas, dan melon. Sedangkan sayuran seperti wortel, kembang kol, bawang dan tomat.
- c. Hindari alkohol, kopi, dan rokok karena mampu mencetuskan dismenore.

Remaja adalah individu baik perempuan maupun laki-laki yang berada pada masa/usia antara anak-anak dan dewasa. Batasan remaja dalam hal ini adalah usia 10 tahun s/d 19 tahun menurut klasifikasi World Health Organization (WHO). Sementara United Nations (UN) menyebutnya sebagai anak muda (youth) untuk usia 15-24 tahun. Ini kemudian disatukan dalam batasan kaum muda (young people) yang mencakup usia 10-24 tahun (Soedjiningsih, 2015).

METODE

Jenis penelitian ini adalah penelitian *deskriptif korelatif*. Metode ini menggunakan pendekatan *cross sectional* yaitu jenis penelitian yang menekankan pada waktu pengukuran/observasi data variabel independent (bebas) dan variabel dependen (terikat) hanya satu kali, pada satu saat. Empat penelitian dilakukan di SMK Empat Lima Surakarta. Populasi dalam penelitian ini adalah siswi SMK Empat Lima Surakarta yang beresiko mengalami dismenore sejumlah 140 orang. Sampel pada penelitian ini terdiri dari 70 responden siswi kelas X, XI,

XII di SMK Empat Lima Surakarta yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi yang telah ditetapkan. Penelitian ini menggunakan teknik *purposive sampling* yaitu suatu teknik penetapan sampel dengan cara memilih sampel diantara populasi yang sesuai dengan yang dikehendaki peneliti (tujuan atau masalah dalam penelitian), sehingga sampel tersebut dapat mewakili karakteristik populasi yang telah dikenal sebelumnya (Nursalam, 2015).

Variabel penelitian adalah sesuatu yang digunakan sebagai ciri, sifat, atau ukuran yang dimiliki atau didapatkan oleh satuan penelitian tentang sesuatu konsep pengertian tertentu (Nursalam, 2015).

Variabel dalam penelitian ini ada 2 yaitu:

1. Variabel bebas pada penelitian ini adalah pengetahuan dan sikap siswi tentang dismenore.
2. Variabel terikat pada penelitian ini adalah perilaku pencegahan dismenore.

Instrumen yang digunakan untuk pengumpulan data adalah kuesioner yang berisi serangkaian pertanyaan yang mengacu pada variabel bebas dan variabel terikat. Pertanyaan dalam kuesioner bersifat tertutup karena sudah disediakan jawaban sehingga responden tinggal memilih. Metode pengumpulan data dalam penelitian ini yaitu lembar pertanyaan kuesioner dibagikan untuk diisi lalu dikembalikan pada hari yang sama. Uji validitas pada penelitian ini diuji dengan menggunakan rumus *Korelasi Product Moment* untuk mengetahui korelasi antara dua variabel. Reliabilitas alat ukur

No	Umur	Jumlah	Persentase
1.	16 – 17 Th	32	45%
2.	18– 19 Th	38	55%
Jumlah		70	100,00%

dalam penelitian ini diuji dengan alat uji *reliabilitas alpha*.

Penghitungan dan penyusunan data dilakukan dengan bantuan program SPSS for windows versi 15. Adapun analisis data pada penelitian ini menggunakan :

a. Analisis Univariat

Analisis univariat dilakukan untuk mendeskripsikan masing – masing variabel dengan membuat tabel distribusi frekwensi dan prosentase dari tiap variabel yaitu pengetahuan dismenore, sikap terhadap dismenore dan perilaku pencegahan dismenore.

b. Analisis Bivariat

Pada penelitian ini dianalisis bivariat untuk mengetahui hubungan antara pengetahuan mahasiswi dengan perilaku pencegahan dismenore dan hubungan antara sikap siswi dengan perilaku pencegahan dismenore. Uji statistik yang digunakan adalah *Korelasi Kendal Tau*.

HASIL PENELITIAN

Hasil penelitian hubungan pengetahuan dan sikap siswi dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta dengan 70 responden adalah sebagai berikut:

1. Analisis Univariat

Analisis univariat dalam penelitian ini untuk menjelaskan karakteristik responden berdasarkan usia, semester, pengetahuan, sikap, perilaku

pencegahan dismenore. Adapun hasilnya adalah sebagai berikut:

a. Usia Responden:

Tabel 1 Distribusi Frekuensi Usia Responden

Sumber : data primer diolah, 2016

Berdasarkan Tabel 1 di atas dapat diketahui distribusi usia siswi SMK Empat Lima Surakarta yaitu 45% atau 32 orang berusia antara 16 - 17 tahun dan 55% atau 38 orang berusia antara 18-19 Tahun. Sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar siswi SMK Empat Lima Surakarta yang menjadi responden penelitian berusia antara 18 - 19 Tahun.

b. Tingkat pendidikan Responden
Hasil distribusi 70 responden di SMK Empat Lima Surakarta berdasarkan kelas adalah sebagai berikut:

Tabel 2 Distribusi Frekuensi Jenjang Kelas Responden

No	Tingkat	Jumlah	Persentase
1.	Kelas X	26	37,2%
2.	Kelas XI	20	28,6%
3.	Kelas XII	24	34,2%
Jumlah		70	100,00%

Sumber : data primer diolah, 2016.

Berdasarkan Tabel 2 di atas dapat diketahui distribusi kelas siswi SMK Empat Lima Surakarta yaitu 37,2% atau 26 orang merupakan siswa kelas X, 28,6% atau 20 orang merupakan siswa kelas XI dan 34,2% atau 24 orang merupakan siswa kelas XII. Sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar siswi SMK Empat Lima Surakarta yang menjadi responden penelitian berasal dari siswi kelas X.

- c. Pengetahuan SMK Empat Lima Surakarta adalah sebagai berikut:

Tabel 3 Distribusi Frekuensi Pengetahuan Responden

No	Pengetahuan	Jumlah	Persentase
1.	Kurang	6	8,57%
2.	Cukup	24	34,28%
3.	Baik	40	57,15%
Jumlah		70	100,00%

Sumber : data primer diolah, 2016.

Berdasarkan Tabel 3 di atas merupakan distribusi frekuensi tingkat pengetahuan siswi SMK Empat Lima Surakarta. Hasil distribusi diketahui bahwa 8,57% atau 6 orang siswi mempunyai pengetahuan yang termasuk kategori kurang, 34,28% atau 24 orang siswa mempunyai pengetahuan yang termasuk kategori cukup dan 57,15% atau 40 orang siswa mempunyai pengetahuan yang termasuk kategori baik. Sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar siswi SMK Empat Lima Surakarta mempunyai pengetahuan yang baik tentang dismenore.

- d. Sikap terhadap Dismenore

Tabel 4 Distribusi Frekuensi Sikap Responden

No	Sikap	Jumlah	Persentase
1.	Kurang	10	14,20%
2.	Cukup	25	35,70%
3.	Baik	35	50 %
Jumlah		70	100,00%

Sumber : data primer diolah, 2016.

Berdasarkan Tabel 4 di atas merupakan distribusi frekuensi sikap terhadap pencegahan dismenore siswi SMK Empat Lima Surakarta. Hasil distribusi diketahui bahwa 14,20% atau 10 orang

siswi mempunyai sikap yang termasuk kategori kurang, 36,70% atau 25 orang siswi mempunyai sikap yang termasuk kategori cukup dan 50 % atau 35 orang siswi mempunyai sikap yang termasuk kategori baik. Sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar siswi SMK Empat Lima Surakarta mempunyai sikap yang baik terhadap pencegahan dismenore.

- e. Perilaku Pencegahan Dismenore

Tabel 5 Distribusi Frekuensi Perilaku Pencegahan Responden

No	Perilaku Pencegahan	Jumlah	Persentase
1.	Kurang	27	38,57%
2.	Cukup	3	4,28%
3.	Baik	40	57,15%
Jumlah		70	100,00%

Sumber : data primer diolah, 2016.

Berdasarkan Tabel 5 di atas merupakan distribusi frekuensi perilaku pencegahan terhadap dismenore siswi SMK Empat Lima Surakarta. Hasil distribusi diketahui bahwa 38,57% atau 27 orang siswi mempunyai perilaku pencegahan yang termasuk kategori kurang, 4,28% atau 3 orang siswi mempunyai perilaku pencegahan yang termasuk kategori cukup dan 57,15% atau 40 orang siswi mempunyai perilaku pencegahan yang termasuk kategori baik. Sehingga dapat diketahui bahwa sebagian besar siswi SMK Empat Lima Surakarta mempunyai perilaku pencegahan yang baik terhadap dismenore.

Adapun upaya pencegahan yang dilakukan oleh siswi SMK Empat Lima Surakarta adalah sebagai berikut:

Tabel 6 Distribusi Frekuensi Upaya Pencegahan Dismenore oleh Responden

No	Pencegahan	Jumlah	Persentase
1.	Olah Raga	15	21,4
2.	Obat <i>Analgesic</i>	16	22,8
3.	Minum ramuan tradisional dan pijatan	8	11,4
4.	Destraksi	7	10
5.	istirahat	24	34,2
Jumlah		70	100

Sumber : data primer diolah, 2016.

Berdasarkan distribusi upaya pencegahan dismenore pada siswi SMK Empat Lima Surakarta diketahui bahwa paling banyak siswa melakukan pencegahan dismenore dengan cara istirahat sebanyak 34,2%. Sedangkan pencegahan yang lain dilaksanakan dengan cara minum obat penghilang nyeri, destraksi, olah raga dan minum ramuan tradisional serta pijat.

2. Analisis Bivariat

Analisis bivariat dalam penelitian ini menggunakan alat uji nonparametrik korelasi Kendall's Tau_b,

- a. Hubungan antara Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Dismenore di SMK Empat Lima Surakarta.

Hasil perhitungan nilai korelasi Kendall's Tau_b hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta adalah sebagai berikut:

Tabel 6 Tabulasi silang antara Pengetahuan dengan Perilaku Pencegahan Dismenore di SMK Empat Lima Surakarta

Pengetahuan	Perilaku			Kendall's Tau	Signifikan
	Kurang	Cukup	Baik		
Kurang	3 (4,2%)	0 (0,0%)	0 (0,0%)	0,712	0,000
Cukup	23 (32,4%)	1 (1,4%)	0 (0,0%)		
Baik	1 (1,4%)	1 (1,4%)	42 (59,2%)		

Sumber : data primer diolah, 2016.

Hasil uji korelasi dengan menggunakan Kendall's Tau_b di atas diperoleh hasil r_{hitung} sebesar 0,712 dengan $p= 0,000$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta. Adapun dengan nilai koefisien korelasi Kendall's Tau_b sebesar 0,712 yang berada pada interval 0,600 – 0,799; maka menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta.

- b. Hubungan antara Sikap dengan Perilaku Pencegahan Dismenore di SMK Empat Lima Surakarta

Hasil perhitungan nilai korelasi Kendall's Tau_b hubungan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta adalah sebagai berikut:

Tabel 7 Tabulasi silang antara Sikap dengan Perilaku Pencegahan Dismenore di SMK Empat Lima Surakarta

			Sikap Dismenore	Perilaku Pencegahan Dismenore
Kendall's tau _b	Sikap Dismenore	Correlation Coefficient	1.000	.645**
		Sig. (2-tailed)	.70	.70
		N		
	Perilaku Pencegahan Dismenore	Correlation Coefficient	.645**	1.000
Sig. (2-tailed)		.70	.70	
N				

Tabel 8 Hubungan antara Sikap dengan Perilaku Pencegahan Dismenore di SMK Empat Lima Surakarta

Sumber : data primer diolah, 2016.

Hasil uji korelasi dengan menggunakan Kendall's Tau_b di atas diperoleh hasil r_{hitung} sebesar 0,745 dengan $p = 0,000$, artinya terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta. Adapun dengan nilai koefisien korelasi Kendall's Tau_b sebesar 0,745 yang berada pada interval 0,600 – 0,799; maka menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara sikap dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta.

PEMBAHASAN

Hasil uji korelasi dengan menggunakan Kendall's Tau_b di atas diperoleh hasil r_{hitung} sebesar 0,712 dengan $p = 0,000$., artinya terdapat hubungan yang signifikan antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta. Adapun dengan nilai koefisien korelasi Kendall's Tau_b sebesar 0,712 yang berada pada interval 0,600 – 0,799; maka menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta Hasil penelitian ini sesuai dengan teori yang disampaikan Notoatmodjo (2014) pengetahuan adalah hasil dari tahu setelah orang melakukan penginderaan terhadap sesuatu objek tertentu. Penginderaan terjadi melalui panca indera manusia, yaitu indera penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa, dan raba. Sebagian

			Pengetahuan Dismenore	Perilaku Pencegahan Dismenore
Kendall's tau _b	Pengetahuan Dismenore	Correlation Coefficient	1.000	.712**
		Sig. (2-tailed)	.70	.000
Perilaku Pencegahan Dismenore	Perilaku Pencegahan Dismenore	Correlation Coefficient	.612**	1.000
		Sig. (2-tailed)	.70	.000
		N		

besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata (penglihatan) dan telinga (pendengaran). Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang. Perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih langgeng daripada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Faktor – faktor yang mempengaruhi pengetahuan adalah pendidikan, pengalaman, sosial ekonomi, kultur (agama, budaya) dan informasi (Notoatmodjo, 2014). Menurut hasil penelitian Santi (2009), ada hubungan antara tingkat pengetahuan seseorang tentang dismenore dengan mekanisme koping saat dismenore. Mekanisme koping yang dilakukan adalah : minum obat pereda rasa sakit (*analgesic*) dan jamu tradisional, relaksasi seperti pemijatan dan napas dalam, dan olah raga yang teratur.

Menurut Green dalam Notoatmojo (2014) perilaku terbentuk dari 3 (tiga) faktor yaitu: faktor predisposisi yang terwujud dalam pengetahuan, sikap, kepercayaan, keyakinan, dan faktor pendukung yang terwujud dalam lingkungan fisik berupa fasilitas dan sarana kesehatan, serta faktor pendorong yang terwujud dalam sikap dan perilaku petugas kesehatan.

1. Hubungan Sikap Siswi dengan Perilaku Pencegahan Dismenore

Hasil uji korelasi dengan menggunakan Kendall's Tau_b di atas diperoleh hasil r_{hitung} sebesar 0,745 dengan $p = 0,000$. artinya terdapat hubungan yang signifikan antara sikap dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta. Adapun dengan nilai koefisien korelasi Kendall's Tau_b sebesar 0,745 yang berada pada interval 0,600 – 0,799; maka menunjukkan adanya hubungan yang kuat antara sikap dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta.

Menurut Notoatmodjo (2014), sikap merupakan reaksi atau respon yang masih tertutup dari seseorang terhadap suatu stimulus atau obyek. Manifestasi sikap tidak dapat langsung dilihat, tetapi hanya dapat ditafsirkan terlebih dahulu dari perilaku yang tertutup. Newcomb seorang ahli psikologi menyatakan bahwa sikap merupakan kesiapan atau kesediaan untuk bertindak, dan bukan merupakan pelaksanaan motif tertentu. Sikap belum merupakan suatu tindakan atau aktivitas, akan tetapi merupakan predisposisi tindakan suatu perilaku. Perilaku pemeliharaan kesehatan terdiri dari beberapa aspek yaitu: perilaku pencegahan penyakit, penyembuhan penyakit, pemulihan kesehatan, dan perilaku peningkatan kesehatan serta perilaku gizi makanan dan minuman. Menurut Bobak *et all* (2012) pencegahan dismenore primer antara lain: kompres panas, *masage*, *distraksi*, latihan fisik, istirahat yang cukup, mengurangi garam dan pemberian *analgesik*.

Hal ini didukung oleh penelitian Nuryaningsih (2012 yang menyatakan

bahwa aktifitas fisik seperti senam *dismenore mampu mengatasi* rasa nyeri haid pada *menarche* remaja putri. Menurut Tjokronegoro (2004), kejadian *dismenore* akan meningkat dengan kurangnya olahraga, sehingga ketika terjadi *dismenore*, oksigen tidak dapat tersalurkan dalam pembuluh darah di organ reproduksi yang saat itu terjadi vasokonstriksi sehingga menyebabkan timbulnya rasa nyeri tetapi bila seseorang teratur melakukan olahraga/ senam, maka dia dapat menyediakan oksigen hampir 2 kali lipat per menit sehingga oksigen tersampaikan ke pembuluh darah yang mengalami vasokonstriksi. Hal ini akan menyebabkan terjadinya penurunan *dismenore*

Menurut hasil penelitian Purba dkk (2014), tentang hubungan pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore di SMA negeri 7 Manado menyatakan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore di SMA Negeri 7 Manado dengan pengetahuan tentang menstruasi yang baik maka seseorang akan melakukan upaya penanganan dismenore. Upaya penanganan yang dimaksud adalah : pemeriksaan hormonal, pemeriksaan organ reproduksi secara rutin, minum obat pereda rasa sakit (*analgesic*), mandi air hangat atau berbaring dengan botol air panas atau kompres hangat, minum ramuan tradisional, olah raga yang teratur dan hidup lebih rileks, serta memperhatikan konsumsi makanan.

Hal ini sesuai dengan teori menurut Fitriani, (2011) yang menyatakan bahwa bahwa perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan lebih berarti dari pada perilaku yang tidak didasari oleh pengetahuan. Kurangnya perilaku remaja putri dalam menangani dismenore ketika menstruasi terjadi

karena kurangnya kesadaran remaja putri mengetahui penyebab, gejala, dan cara penanganannya, sehingga remaja putri tidak pernah memeriksanya ke petugas kesehatan. Selain itu kurangnya ketertarikan untuk mencari berbagai informasi mengenai dismenore sehingga remaja putri kurang mengetahui perilaku penanganan dismenore yang baik.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Berdasarkan hasil penelitian tentang hubungan antara pengetahuan dan sikap remaja dengan perilaku pencegahan dismenore di SMK Empat Lima Surakarta dapat ditarik kesimpulan:

1. Pengetahuan siswi SMK Empat Lima Surakarta tentang dismenore termasuk kategori kurang (8,57%), kategori cukup (34,28%), kategori baik (57,15%).
2. Sikap siswi SMK Empat Lima Surakarta tentang dismenore termasuk kategori kurang (14,20%), kategori cukup (35,7%), kategori baik (50%).
3. Perilaku pencegahan siswi SMK Empat Lima Surakarta terhadap dismenore termasuk kategori kurang (38,0%), kategori cukup (4,28%), kategori baik (57,15%).
4. Ada hubungan yang kuat antara pengetahuan dengan perilaku pencegahan dismenore ($r = 0,712$ $p = 0,000$) dan ada hubungan yang kuat antara sikap mahasiswi dengan perilaku pencegahan dismenore ($r = 0,745$ $p = 0,000$) di SMK Empat Lima Surakarta.

Saran

A. Saran

Adanya berbagai keterbatasan dan kekurangan dari penelitian ini, maka penulis memberikan saran sebagai berikut:

1. Bagi Institusi
 - a. Hasil penelitian diharapkan dapat dijadikan sebagai tambahan kepustakaan mengenai pendidikan kesehatan reproduksi khususnya pada remaja.
 - b. Menjadi bahan evaluasi dalam peningkatan proses pembelajaran keperawatan anak dan maternitas.
2. Bagi Masyarakat
 - a. Senantiasa aktif dalam mencari informasi tentang pentingnya kesehatan alat reproduksi.
 - b. Memberikan perhatian kepada remaja untuk senantiasa menjaga dan meningkatkan kesehatan reproduksi terutama dalam pencegahan dismenore.
3. Bagi Peneliti
 - a. Lebih meningkatkan penelitian tentang pengaruh pendidikan kesehatan sebelum menstruasi terhadap perilaku pencegahan dismenore.
 - b. Mempublikasikan hasil penelitian ini pada masyarakat luas, sehingga mampu mencegah terjadinya dismenore.
4. Bagi siswi
 - a. Lebih aktif mencari informasi dan belajar tentang reproduksi remaja khususnya tentang pencegahan dismenore .
 - b. Menyalurkan pengetahuan tentang kesehatan reproduksi remaja.

DAFTAR PUSTAKA

- Alvin, 2009. *Dismenore, Nyeri saat Haid*. <http://alvitonang.blogspot.com>. Diakses pada tanggal 3 Mei 2010.
- Anonim, Info Sehat, 2015. *Insiden Dysmenorrhea: Dismenore*. <http://qittun.blogspot.com>. Diakses pada tanggal 2 Mei 2014.
- Jobak, I.M., Lowdermilk, D.L., Jensen, M.D., Perry, S.E., 2012. *Buku Ajar*

- Keperawatan Maternitas*. Jakarta. EGC.
- Fajaryati, N. (2011). *Hubungan Kebiasaan Olahraga Dengan Dismenore Primer Remaja Putri di SMP N 2 Mirit Kebumen. Beranda Vol. 3 No.01.*
- Kasdu, Dini. 2015. *Solusi Problem Wanita Dewasa.* Jakarta. Puspa Swara.
- Hidayat, A Aziz Alimul, 2010. *Metode Penelitian Keperawatan dan Teknik Analisis Data*. Jakarta. Salemba Medika..
- Nursalam, 2015. *Konsep & Penerapan Metodologi Penelitian Ilmu Keperawatan.* Jakarta. Salemba Medika.
- Emilia, 2008. *Promosi Kesehatan Dalam Lingkup Kesehatan Reproduksi.* Yogyakarta. Pustaka Cendekia.
- Price, Sylvia. Anderson., 2012. *Patofisiologi : Konsep Klinis Proses – proses Penyakit.* Jakarta. EGC.
- Purba, dkk.2014. ‘ *Hubungan Pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore di SMA Negeri 7 manado*”.Skripsi. Skripsi diajukan pada Fakultas Kedokteran Sam Ratulangi Manado”.
- Riduwan, 2014. *Metode dan Teknik Menyusun Tesis.* Bandung. Alfabeta.
- Santi, Yuli Astuti, 2009.” *Hubungan tingkat Pengetahuan Tentang Dismenore Dengan Mekanisme Koping Pada Siswi Kelas 11 – 12 SMK Santo Paulus Surakarta.*” Skripsi diajukan pada Program Studi Ilmu Keperawatan Universitas Sahid Surakarta.
- Sarwono, Prawirohardjo, 2014. *Ilmu Kandungan.* Jakarta. Yayasan Bina Pustaka.
- Smeltzer,S.C.,Bare, B.G, 2010. *Buku Ajar Keperawatan Medikal – Bedah Volume 2.*Jakarta. EGC
- Notoatmodjo, 2015. *Pendidikan dan Perilaku Kesehatan.* Jakarta. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, 2015. *Promosi Kesehatan Teori dan Aplikasi.* Jakarta. Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, 2015. *Promosi Kesehatan dan Ilmu Perilaku.* Jakarta. Rineka Cipta.
- Sugiyono, 2010. *Statistik Untuk Penelitian.* Bandung. Alfabeta.
- Suharsini, Arikunto, 2010. *Prosedur Penelitian Pendekatan Suatu Praktik.* Jakarta. Rineka Cipta.
- Sunaryo, 2010. *Psikologi Untuk Keperawatan.* Jakarta. EGC.
- Syaifuddin, 2006. *Anatomi Fisiologi Untuk Mahasiswa Keperawatan.* Jakarta. EGC.
- Widjarnako, Bambang, 2010 *Dismenore Tinjauan Terapi Pada Dismenore Primer.* <http://www.unika.ac.id> Diakses pada tanggal 7 Februari 2016.