

STUDI KORELASI KNOWLEDGE DAN ATTITUDE GEN Z TERHADAP PERILAKU PENANGANAN DISMENOIRE

Nyna Puspita Ningrum¹,*Solichatin²,

Prodi Sarjana Kebidanan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya ¹

Prodi Profesi Bidan, Fakultas Ilmu Kesehatan, Universitas PGRI Adi Buana Surabaya ²

*Email: solichatin@unipasby.ac.id

Abstrak

Dismenorhoe adalah nyeri pada perut bagian bawah yang bisa menjalar ke punggung bagian bawah. Dismenorhoe sekunder berarti nyeri panggul yang disebabkan oleh gangguan atau penyakit. Pada umumnya wanita merasakan keluhan berupa nyeri atau kram perut menjelang haid yang dapat berlangsung hingga 2-3 hari, dimulai sehari sebelum mulai haid. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui apakah ada hubungan antara pengetahuan dan sikap Gen Z dengan perilaku. Penelitian menggunakan survey dengan pendekatan kuantitatif dengan desain cross sectional, jumlah sampel sebanyak 46 responden. Responden yang berpengetahuan baik sebanyak 30 orang (65,2%) dan yang berpengetahuan buruk sebanyak 16 orang (34,8%). Responden yang mempunyai sikap yang baik sebanyak 32 orang (69 %) dan yang bersikap buruk sebanyak 14 orang (30,4%). yang berperilaku baik sebanyak 35 orang (76%) dan yang berperilaku buruk sebanyak 11 orang (24%). Berdasarkan analisa data didapatkan hasil bahwa variabel yang tidak berhubungan dengan Perilaku Gen Z terhadap penanganan dismenore adalah Pengetahuan ($P=0,057$), sedangkan variabel yang berhubungan adalah variabel Sikap ($P=0,013$). Oleh karena itu disarankan untuk meningkatkan kesadaran terhadap kesehatan reproduksi wanita khususnya yang berhubungan dengan penanganan Dismenorhoe. Pengadaan penyuluhan individu maupun kelompok yang bekerja sama dengan tenaga instansi kesehatan setempat sangatlah disarankan.

Kata Kunci : Dismenorhoe, Pengetahuan, Sikap, Perilaku

Abstract

Dysmenorrhea is pain in the lower abdomen that can spread to the lower back. Secondary dysmenorrhea means pelvic pain caused by a disorder or disease. In general, women experience complaints in the form of abdominal pain or cramps before menstruation which can last up to 2-3 days, starting the day before menstruation starts. This research aims to find out whether there is a relationship between Gen Z's knowledge and attitudes and behavior. The research used a survey with a quantitative approach with a cross sectional design, the sample size was 46 respondents. There were 30 respondents with good knowledge (65.2%) and 16 people with poor knowledge (34.8%). Respondents who had a good attitude were 32 people (69%) and those who had a bad attitude were 14 people (30.4%). Those who had a good attitude were 35 people (76%) and those who had a bad attitude were 11 people (24%). Based on data analysis, the results showed that the variable that was not related to Gen Z's behavior towards treating dysmenorrhea was Knowledge

(P=0.057), while the variable that was related was the Attitude variable (P=0.013). Therefore, it is recommended to increase awareness of women's reproductive health, especially in relation to the treatment of dysmenorrhea. Providing individual and group counseling in collaboration with local health agency personnel is highly recommended.

Keywords: *Dysmenorrhea, Knowledge, Attitude, Behavior*

PENDAHULUAN

Pada saat menstruasi, masalah yang dialami oleh hampir sebagian besar wanita adalah rasa tidak nyaman atau rasa nyeri yang hebat. Hal ini biasa disebut dengan nyeri haid (Dismenorhea). Dismenorhea masih menjadi masalah kesehatan wanita, padahal tingkat derajat nyeri seseorang berbeda, sehingga Dismenorhea ini adalah bukan masalah yang serius jika seseorang mengetahui dan dapat menyikapinya dengan baik. Dismenorhea merupakan nyeri ketika menstruasi, dismenore disebabkan oleh ketidakseimbangan hormon progesteron dalam darah, prostaglandin dan faktor stress/psikologi mengakibatkan terjadinya Dismenorhea pada beberapa wanita. Nyeri haid sering dialami oleh sebagian besar wanita. Dari data yang didapat, dismenore ini mengganggu setidaknya 53 % pada Gen Z. Untuk mengatasi hal tersebut sebagian wanita lebih memilih sjud, tidur terlentang, tidak melakukan aktifitas apapun, bahkan sampai dengan menggunakan obat yang berfungsi secara kuratif. Dismenorhe terbagi dua yaitu Primer dan sekunder. Dismenorhea primer adalah nyeri menstruasi yang mulai terasa sejak menarche dan tidak ditemukan kelainan dari alat kandungan atau organ lainnya yang berdampak mengganggu aktivitas. Adapun penyebab dismenorhea sekunder biasanya sakitnya disertai dengan gangguan patologis. Di Indonesia, angka kejadian dismenore sebanyak 55% dikalangan usia produktif dimana 15% diantaranya mengeluhkan aktivitas menjadi terbatas akibat dismenore. Beberapa penelitian tentang Dismenorhea pada remaja menunjukkan prevalensi yang cukup tinggi. Prevalensi Dismenorhea di Asia kurang lebih sekitar (84,2%). Prevalensi di Asia Tenggara menunjukkan angka yang berbeda, Malaysia memperkirakan jumlah perempuan yang mengalami Dismenorhea primer adalah (69,4%), Thailand (84,2%), dan Indonesia sendiri diperkirakan (65%) usia reproduktif mengalami Dismenorhea primer. Di Indonesia Dismenorhea primer menyebabkan remaja perempuan (59,2%) terjadi penurunan aktivitas, (5,6%) bolos sekolah atau kerja, dan sebanyak (35,2%) tidak merasa terganggu. Dari data yang didapat, dismenorhea ini mengganggu setidaknya 53 % pada Gen Z. Untuk mengatasi hal tersebut sebagian wanita lebih memilih sjud, tidur terlentang, tidak melakukan aktifitas apapun, bahkan sampai dengan menggunakan obat yang berfungsi secara kuratif. Dismenore merupakan nyeri yang muncul saat terjadinya mentruasi pada perempuan. yang dapat disarankan sebagai gangguan aktivitas sehari-hari. dapat dipengaruhi dengan adanya aktivitas fisik, kondisi psikologis yang tidak adekuat serta. Adapun faktor yang dapat mempengaruhi

nyeri saat menstruasi diantaranya menarche pada usia dini, siklus haid yang panjang, merokok atau alkohol, aktivitas atau olahraga yang kurang, gizi atau obesitas, dan stress. Gizi atau obesitas merupakan faktor yang mempengaruhi terjadinya nyeri perut atau dismenore. hal ini didukung dengan kebiasaan mengkonsumsi makanan yang tidak sesuai seperti kudapan atau junk food. Mengkonsumsi yang berlemak dapat meningkatkan hormon prostaglandin yang dapat menyebabkan nyeri di bagian perut bawah atau dismenore. Untuk menghilangkan rasa sakit yang disebabkan oleh dismenore dapat dilakukan dengan menggunakan obat-obat golongan analgetik seperti aspirin, asam mefenamat, parasetamol, kofein, dan feminax, obat-obat merek dagang yang beredar di pasaran antara lain novalgin, ponstan, sering juga digunakan untuk mengurangi keluhan. Ada juga yang menggunakan obat tradisional seperti air daun sirih, daun pepaya, rimpang kunyit dan lain-lain. Sebagian besar perempuan yang mengalami Dismenore sering menggunakan obat merek dagang yang berfungsi sebagai analgetik seperti asam mefenamat, ibu profen, aspirin, paracetamol, diklofenak, dan lain-lain. Secara umum efek samping obat analgetik tersebut adalah gangguan pada saluran cerna, seperti mual, muntah, dispepsia, diare, dan gejala iritasi lain terhadap mukosa lambung, serta eritema kulit dan nyeri pada kepala. Penanganan dismenore mendapatkan hasil yang tinggi dilakukan dengan minum obat analgesic dan di ikuti minum minuman yang hangat, mengkompres perut dengan air hangat, berbaringlah miring dengan lutut menekuk, memijat perut dengan lembut secara perlahan, minum yang hangat dan berolahraga dapat mengurangi nyeri. Berdasarkan studi pendahuluan yang telah dilakukan oleh peneliti, dilakukan penyebaran kuesioner tentang dismenore sekunder terhadap 35 orang wanita Gen Z, ternyata pengetahuan mereka tentang dismenore berbeda-beda yaitu sebanyak 25 orang (70%) belum bisa menjawab dengan baik dan sebanyak 10 (30%) orang sudah menjawab dengan baik.

METODE

Penelitian ini bersifat kuantitatif, dengan metode penelitian survei analitik yang bertujuan untuk survei atau penelitian. Desain penelitian yang digunakan yaitu cross sectional yang bertujuan untuk mempelajari dinamika korelasi antara faktor-faktor resiko dengan efek dengan cara pendekatan atau pengumpulan data sekaligus pada suatu saat. Populasi adalah keseluruhan objek penelitian atau objek yang diteliti. Dalam penelitian ini adalah wanita Gen Z berjumlah 46 orang. Dalam penelitian ini peneliti mengambil dengan teknik *accidental sampling*

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Distribusi Frekuensi berdasarkan Pengetahuan, Sikap dan Perilaku remaja putri terhadap perilaku penanganan dismenore

| Variabel | N | % |
|-------------|----|------|
| Pengetahuan | | |
| Baik | 30 | 65,2 |
| Buruk | 16 | 34,8 |
| Sikap | | |
| Baik | 32 | 69 |
| Buruk | 14 | 30,4 |
| Perilaku | | |
| Baik | 35 | 76,0 |
| Buruk | 11 | 24,0 |

Tabel 2 Hubungan Pengetahuan, Gen Z terhadap Perilaku Penanganan Dismenore

| Variabel | Perilaku | | | | P-Value |
|-------------|----------|------|-------|------|---------|
| | Baik | | Buruk | | |
| | N | % | N | % | |
| Pengetahuan | | | | | |
| Baik | 18 | 32,5 | 12 | 26,0 | 0,057 |
| Buruk | 10 | 21,7 | 6 | 8,6 | |
| Sikap | | | | | |
| Baik | 19 | 29,1 | 13 | 33,4 | 0,013 |
| Buruk | 9 | 19,5 | 5 | 10,8 | |

Pada hasil penelitian ini diketahui bahwa responden dengan pengetahuan baik sebanyak 30 orang (65,2%) meskipun hasil penelitian ini menunjukkan bahwa responden dengan pengetahuan baik namun memiliki perilaku buruk sebanyak 12 orang (26,04%). Setelah dilakukan uji chi square didapatkan nilai P 0,057 artinya tidak ada hubungan signifikan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore. Pengetahuan seseorang tentang suatu objek juga mengandung dua aspek, yaitu aspek positif dan negatif. Kedua aspek inilah yang akhirnya akan menentukan perilaku seseorang terhadap objek tertentu. Semakin banyak aspek positif terhadap objek yang diketahui, maka akan menumbuhkan sikap yang semakin positif terhadap objek tersebut. Pada penelitian ini, Gen Z dianggap sedikit mengetahui tentang dismenore dan penanganannya tanpa menginterpretasikan apa yang telah diketahui dalam hal menangani dismenore yang dialami. Hasil responden yang bersikap baik sebanyak 32 orang (69%) dan yang bersikap buruk sebanyak 14 orang (30,4%). Responden pada penelitian ini memiliki sikap yang baik sebesar 32 orang (69%) dan responden yang memiliki sikap yang baik dengan memiliki perilaku yang buruk 13 orang (33,4%) dan responden yang memiliki sikap yang buruk dengan perilaku buruk sebanyak 5 orang (10,8%). Setelah dilakukan uji chi square didapatkan nilai P 0,013 artinya ada hubungan antara pengetahuan dengan perilaku penanganan dismenore. Hal ini sesuai dengan teori yang mengatakan bahwa Sikap merupakan predisposisi untuk melakukan atau tidak melakukan suatu perilaku tertentu, sikap lebih suatu proses kesadaran yang sifatnya individual. Sikap yang positif akan memicu seseorang untuk

melakukan tindakan Karena P value < 0,05 yang berarti adanya hubungan antara pengetahuan dengan perilaku dalam menangani dismenore Pengalaman pribadi yang telah dan sedang kita alami akan ikut membentuk dan mempengaruhi penghayatan kita terhadap stimulus sosial. Tanggapan akan menjadi salah satu dasar terbentuknya sikap. Untuk dapat mempunyai tanggapan dan penghayatan, seseorang harus mempunyai pengalaman yang berkaitan dengan objek psikologis. Karena terbatasnya kapasitas otak manusia dalam memproses informasi, maka orang cenderung untuk bergantung pada pengetahuan yang didapat dari pengalaman dan informasi dari lingkungan.

KESIMPULAN

Tingkat pengetahuan tentang dismenore sekunder pada Gen Z sebagian besar berpengetahuan baik yaitu 30 orang (65,2%). Sikap terhadap dismenore pada Gen Z sebagian besar memiliki sikap baik yaitu 32 orang (69%). Perilaku dismenore pada Gen Z berperilaku baik yaitu 35 orang (76%). Tidak ada hubungan antara pengetahuan Gen Z dengan perilaku penanganan dismenore pada Gen Z. Ada hubungan antara sikap Gen Z dengan perilaku penanganan dismenore pada Gen Z.

DAFTAR PUSTAKA

- Ammar. (2016). Faktor Risiko Dismenore Primer Pada Wanita Usia Subur di Kelurahan Ploso Kecamatan Tambaksari Surabaya. *Jurnal Berkala Epidemiologi*, 4(1).
- Aziato L., Dedey F., Clegg-lampsey JNA. (2014). The Experience of Dysmenorrhoea among Ghanaian Senior High and University Students: Pain Characteristics and Effects, 11(1),1-8.
- Gulzar S., Khan S., Abbas K., Arif S., Husain SS., Sommer J. (2015). Prevalence, Perceptions and Effects of Dysmenorrhea in School Going Female Adolescents of Karachi, Pakistan, 4(2), 36-40.
- Hartati. (2012). Mekanisme Koping Mahasiswi Keperawatan Dalam Menghadapi Dismenore: *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 8(1).
- Lowdermilk, Perry, & Cashion. (2011). *Maternity Nursing*. Universitas Michigan: Mosby.
- Mandang J., Lumi F., Manueke I., M.Tando N. (2016). *Kesehatan Reproduksi dan Pelayanan Keluarga Berencana*. Bogor: In media.
- Prayitno, S. (2014). *Buku Lengkap Kesehatan Organ Reproduksi Wanita*. Yogyakarta: Saufa.
- Reeder, Martin, & Koniak-Griffin. (2013). *Keperawatan Maternitas Kesehatan Wanita, Bayi & Keluarga* (Ed. 8, Vol. 1) Jakarta: EGC.
- Samsulhadi. (2014). *Infertilitas Diagnosis Mudahdan Sistem Rujukan*, Div. Fertilitas Endokronologi Reproduksi Dept. SMF Obstetri dan Ginekologi, Fakultas Kedokteran Universitas Airlangga.
- Sari P., Mustikasari A.D. (2014). Hubungan Tingkat Stres terhadap Dismenore pada Remaja Putri di Madrasah Aliyah Mamba'ulum Awang-awang Mojosari Mojokerto. <http://ejournalp2m.poltekkesmajapahit.ac.id/index.php/HM/article/view/File/13/146.sari>.