



Hubungan Pengetahuan Dismenore terhadap Sikap Mengatasi Dismenore pada Mahasiswi Pendidikan Biologi Universitas Siliwangi

Erni Septiana^{1*}, Suharsono¹, Rinaldi Rizal Putra¹

¹Pendidikan Biologi, FKIP, Universitas Siliwangi, Tasikmalaya

*Corresponding author: erniseptiana28@gmail.com

Info Artikel: Diterima 26 Agustus 2020 ; Disetujui 18 Oktober 2020 ; Publikasi 1 Desember 2020

ABSTRAK

Latar belakang: Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan pengetahuan dismenore terhadap sikap mengatasi dismenore pada mahasiswi Pendidikan Biologi Universitas Siliwangi. Penelitian ini dilaksanakan pada bulan September 2018 sampai dengan bulan Agustus 2020 di Universitas Siliwangi. Dismenore merupakan salah satu gangguan menstruasi yang sering terjadi pada wanita. Mahasiswi Pendidikan Biologi memiliki pengetahuan dasar mengenai materi reproduksi khususnya menstruasi dan gangguannya, sehingga memiliki bekal pengetahuan tentang dismenore. Pengetahuan mahasiswi tentang dismenore dapat berpengaruh terhadap sikap mengatasi dismenore.

Metode: Penelitian ini merupakan penelitian kuantitatif yang bersifat noneksperimental dengan metode korelasional. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi Pendidikan Biologi dari angkatan 2016 hingga 2018 sebanyak 299 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswi Pendidikan Biologi angkatan 2016 yang sudah mengontrak mata kuliah Anatomi dan Fisiologi Tubuh Manusia, sampel diambil menggunakan teknik purposive sampling. Data pengetahuan dismenore diperoleh melalui tes tertutup berupa tes pilihan majemuk 5 opsi sebanyak 16 soal, sedangkan data sikap mengatasi dismenore diperoleh melalui kuesioner. Pengujian hipotesis menggunakan analisis regresi linear sederhana.

Hasil: Berdasarkan penelitian yang telah dilakukan, terdapat hubungan antara pengetahuan dismenore terhadap sikap mengatasi dismenore pada mahasiswi Pendidikan Biologi Universitas Siliwangi dengan nilai R sebesar 0,365 dan nilai R Square sebesar 0,133 yang berarti bahwa kontribusi yang diberikan dari aspek pengetahuan dismenore terhadap sikap mengatasi dismenore sebesar 13,3%.

Kata Kunci: Dismenore, pengetahuan, sikap

ABSTRACT

Title: *The Relationship between Knowledge of Dysmenorrhea and Attitudes to Overcome Dysmenorrhea in Biology Education Students at the University of Siliwangi.*

Backgroud: *This study aims to determine the relationship between knowledge of dysmenorrhea and attitudes to overcome dysmenorrhea in Biology Education students at the University of Siliwangi. This research was conducted from September 2018 to August 2020 at Siliwangi University. Dysmenorrhea is a menstrual disorder that often occurs in women. Biology Education students have*

basic knowledge of reproductive material, especially menstruation and its disorders, so they have knowledge of dysmenorrhea. Students' knowledge about dysmenorrhea can influence their attitude to overcome dysmenorrhea.

Method: *This research is a quantitative research which is non-experimental in nature with a correlational method. The population in this study were all Biology Education students from class 2016 to 2018 as many as 299 people. The sample in this study were students of Biology Education class 2016 who had contracted the Human Body Anatomy and Physiology course, the sample was taken using purposive sampling technique. Dysmenorrhea knowledge data obtained through a closed test in the form of a compound 5 option test as many as 16 questions, while the attitude to overcome dysmenorrhea data obtained through a questionnaire. Hypothesis testing uses simple linear regression analysis.*

Result: *Based on the research that has been done, there is a relationship between knowledge of dysmenorrhea on attitudes to overcome dysmenorrhea in Biology Education students at the University of Siliwangi with an R value of 0.365 and an R Square value of 0.133 which means that the contribution given from the knowledge aspect of dysmenorrhea to attitudes to overcome dysmenorrhea is 13.3%.*

Keywords: *Dysmenorrhea, knowledge, attitude*

PENDAHULUAN

Jumlah penduduk Indonesia pada tahun 2016 berdasarkan data yang diperoleh dari Badan Pusat Statistik (BPS) sebanyak 258,71 juta jiwa, terdiri dari 128,72 juta jiwa perempuan dan 129,99 juta jiwa laki-laki. Sekitar 25,1% hingga 25,9% yaitu sebanyak 32,31 juta jiwa hingga 33,34 juta jiwa diantaranya berada di usia remaja (10 - 24 tahun). Remaja merupakan masa peralihan dari kanak-kanak ke dewasa, yang melibatkan perubahan-perubahan baik secara fisiologis maupun psikologis. Salah satu perubahan fisiologis yang terjadi pada remaja putri adalah perkembangan organ reproduksi yang ditandai dengan timbulnya haid atau menstruasi, yang terjadi pertama kali pada usia 9 - 14 tahun (Proverawati dan Misaroh, 2009).

Haid atau menstruasi merupakan proses peluruhan sel ovum matang yang tidak dibuahi dan endometrium uterus yang disertai dengan pendarahan (Proverawati dan Misaroh, 2009). Haid terjadi setiap bulan dan beberapa kasus di antaranya dapat menyebabkan timbulnya rasa sakit atau nyeri di daerah abdomen bawah yang disebut dismenore (dysmenorrhea) (Anurogo dan Wulandari, 2011). Dismenore dapat diartikan kekakuan atau kejang di bagian bawah perut yang terjadi pada waktu menjelang atau selama menstruasi, yang memaksa wanita untuk beristirahat atau berakibat pada menurunnya kinerja dan berkurangnya aktivitas sehari-hari (Kusmiyati et al., 2016).

Angka kejadian dismenore di dunia sangat besar. Anurogo dan Wulandari (2011: 36) mengemukakan “di Amerika Serikat, prevalensi dismenorea diperkirakan 45-90%”. Di Indonesia kejadian dismenore diperkirakan sekitar 55% di kalangan wanita usia produktif (Kusmiyati et al., 2016). Prevalensi dismenore dapat mengganggu produktivitas, sehingga berpengaruh terhadap ketidakhadiran saat bekerja dan sekolah, sebanyak 13-51% wanita telah absen sedikitnya satu kali, dan 5-14% berulang kali absen. Kerugian ekonomi di AS tiap tahun dari kasus dismenore diperkirakan sekitar 600 juta jam kerja dan 2 miliar dolar (Anurogo dan Wulandari, 2011).

Berdasarkan hasil observasi awal, mahasiswi di Jurusan Pendidikan Biologi FKIP Universitas Siliwangi juga memiliki prevalensi yang cukup tinggi dengan kejadian dismenore. Keadaan tersebut dapat mengganggu aktivitas perkuliahan karena mahasiswi Pendidikan Biologi memiliki kegiatan yang padat, salah satunya kegiatan praktikum. Kehadiran dari praktikum adalah 100%, sehingga mahasiswi tidak boleh absen ketika kegiatan praktikum. Dibuktikan dengan jumlah mata kuliah praktikum sebanyak 14 mata kuliah dari 52 mata kuliah jurusan.

Gangguan menstruasi memerlukan evaluasi yang seksama, karena jika tidak tertangani dengan tepat dapat mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari bagi

penderitanya. Beberapa cara dapat dilakukan untuk mengurangi atau bahkan menghilangkan nyeri pada saat dismenore yaitu dengan cara farmakologis maupun dengan cara nonfarmakologis (Lusianah et al., 2012). Ada pun cara farmakologis meliputi, penggunaan obat-obat antiinflamasi non steroid (NSAIDs), terapi hormonal, obat analgesik, pembedahan, terapi TENS, sedangkan cara non farmakologis meliputi, kompres perut, aktif bergerak, perhatikan asupan makanan, pengobatan herbal, tidur dan istirahat, aroma terapi, dan pijatan.

Beberapa cara dapat dilakukan untuk mengurangi atau bahkan menghilangkan nyeri pada saat dismenore yaitu dengan cara farmakologis maupun dengan cara nonfarmakologis, itu bergantung pada aspek kognitif atau pengetahuannya. Wawan dan Dewi (2011: 12) mengemukakan “Pengetahuan atau kognitif merupakan domain yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang (overt behavior)”. Seseorang akan melakukan suatu tindakan apabila telah mengetahui apa yang akan ia kerjakan. Pengetahuan merupakan hasil dari tahu. Tanpa pengetahuan, seseorang tidak mempunyai dasar untuk mengambil keputusan dan menentukan tindakan terhadap masalah yang dihadapi (Achmadi, 2014: 117). Pengetahuan tentang dismenore diduga dapat berpengaruh terhadap sikap dalam mengatasi dismenore Mahasiswa Pendidikan Biologi.

MATERI DAN METODE

Penelitian yang dilakukan merupakan penelitian kuantitatif bersifat noneksperimen.

HASIL DAN PEMBAHASAN

Tabel 1. Hasil Regresi Korelasi Bivariat

Model	R	R Square	Adjusted R Square	Std. Error of the Estimate	df	F	Sig.
1	0,365	0,133	0,120	7,663	1	10,440	0,002

Metode penelitian yang digunakan adalah metode korelasional. Penelitian dilaksanakan pada bulan Maret 2020. Variabel dalam penelitian ini terdiri dari variabel terikat yaitu sikap mengatasi dismenore dan variabel bebas yaitu pengetahuan dismenore. Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh mahasiswi Pendidikan Biologi dari angkatan 2016 hingga 2018 sebanyak 299 orang. Sampel dalam penelitian ini adalah mahasiswi Pendidikan Biologi angkatan 2016 sebanyak 70 orang, sampel diambil menggunakan teknik *purposive sampling*. Karakteristik sampel yang ditetapkan oleh peneliti diantaranya berjenis kelamin perempuan, angkatan 2016 yang sudah mengontrak mata kuliah Anatomi dan Fisiologi Tubuh Manusia, sudah mengalami menstruasi dan mengalami tanda atau gejala nyeri haid (dismenore).

Instrumen yang digunakan dalam penelitian ini terdiri dari dua instrumen yang tervalidasi. Untuk menilai pengetahuan dismenore digunakan instrumen tes tertulis berupa pilihan majemuk dengan 5 opsi jawaban. Sedangkan untuk sikap mengatasi dismenore menggunakan instrumen berupa kuesioner yang terhimpun dalam 20 pernyataan. Masing-masing pernyataan diisi dengan menggunakan skala likert satu sampai lima dengan rincian sangat setuju, setuju, ragu-ragu, tidak setuju, dan sangat tidak setuju. Teknik analisis data yang digunakan berupa analisis regresi linear sederhana dengan data yang diperoleh akan diuji terlebih dahulu dengan uji normalitas dan linearitas sebagai uji prasyarat.

Tabel 2. Hasil Uji T

Model	Unstandardized Coefficients		Standardized Coefficients	t	Sig.
	B	Std. Error	Beta		
Konstan	53,168	3,097		17,166	0,000
Pengetahuan Dismenore	1,008	0,312	0,365	3,231	0,002

Berdasarkan tabel tersebut diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,002 yang berarti ada hubungan antara pengetahuan dismenore terhadap sikap mengatasi dismenore pada Mahasiswi Pendidikan Biologi di Universitas Siliwangi ($0,002 < 0,05$). Selain itu, diperoleh nilai koefisien korelasi R sebesar 0,365 dan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0.133 atau 13,3%. Hal ini menunjukkan bahwa variabel pengetahuan dismenore memberikan kontribusi sebesar 13,3% sedangkan sisanya sebesar 86,7% merupakan pengaruh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini. Penjelasan lebih lanjut tentang persamaan regresi disajikan pada tabel 2. Dari hasil analisis tersebut, diperoleh nilai konstan (a) sebesar 53,168, nilai pengetahuan dismenore (b) sebesar 1,008. Sehingga persamaan regresi dapat ditulis, sebagai berikut:

$$Y = a + bx$$

$$Y = 53,168 + 1,008x$$

Persamaan regresi tersebut dapat diterjemahkan, sebagai berikut:

- 1) Konstanta sebesar 53,168 mengandung arti bahwa nilai konsisten variabel terikat (sikap mengatasi dismenore) sebesar 53,168.
- 2) Koefisien regresi x sebesar 1,008 menyatakan bahwa setiap penambahan 1% nilai variabel bebas (pengetahuan dismenore) maka nilai variabel terikat (sikap mengatasi dismenore) bertambah sebesar 1,008. Koefisien regresi tersebut bernilai positif (+) sehingga dapat diartikan bahwa arah pengaruh variabel bebas (pengetahuan dismenore) terhadap variabel terikat (sikap mengatasi dismenore) adalah positif (+).

Selain itu, diperoleh nilai signifikansi sebesar 0,002. Dapat disimpulkan H_0 ditolak, yang berarti terdapat hubungan antara pengetahuan dismenore terhadap sikap mengatasi dismenore pada Mahasiswi Pendidikan Biologi di Universitas Siliwangi.

Berdasarkan penelitian, didapatkan hasil pengetahuan Mahasiswi Pendidikan Biologi Universitas Siliwangi mengenai dismenore berada pada kategori cukup, dengan nilai rata-rata 9,49 untuk soal yang dijawab dengan benar atau dipresentasikan menjadi 59,31% atau 59% dari 16 butir soal yang diberikan. Pengetahuan mahasiswi Pendidikan Biologi Universitas Siliwangi mengenai dismenore berada pada kategori cukup ini dapat dipahami karena mahasiswa telah mengambil mata kuliah Anatomi dan Fisiologi Tubuh Manusia, yang salah satu materinya membahas tentang sistem reproduksi. Dimana mata kuliah tersebut menjadi salah satu sumber informasi pengetahuan mahasiswi. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian sumber informasi pengetahuan yang diperoleh mahasiswi diantaranya berasal dari internet sebanyak 32 orang, orang tua sebanyak 29 orang, tenaga kesehatan sebanyak 5 orang, teman sebanyak 4 orang. Hal ini menunjukkan bahwa perolehan informasi atau pengetahuan mahasiswi terbanyak bersumber dari internet dan orang tua, sesuai dengan yang diungkapkan Wawan dan Dewi (2011) beberapa faktor yang mempengaruhi pengetahuan yaitu sosial budaya, lingkungan, dan pendidikan. Dimana keadaan sosial budaya masyarakat masa kini erat kaitannya dengan penggunaan internet, didukung dengan akses dan fasilitas internet yang mudah didapatkan. Faktor lingkungan dan pendidikan juga menjadi salah satu faktor yang mempengaruhi pengetahuan, orang tua merupakan lingkungan pertama seseorang sebelum berada pada lingkungan masyarakat dan berdasarkan hasil penelitian diperoleh latar belakang jenjang pendidikan orang tua terbanyak berada pada jenjang pendidikan Strata 1 (S1). Pada umumnya makin tinggi pendidikan seseorang makin mudah menerima informasi (Wawan dan Dewi, 2011), sehingga memungkinkan mahasiswi

mendapatkan informasi atau pengetahuan mengenai dismenore dari orang tuanya.

Selain itu, diperoleh hasil sikap mengatasi dismenore Mahasiswi Pendidikan Biologi Universitas Siliwangi memperoleh nilai cenderung mendekati nilai maksimum, nilai maksimum terbesar yang diperoleh sebesar 81 yang berarti sikap mahasiswi terhadap dismenore memiliki sikap positif. Hal ini sesuai dengan yang diungkapkan Azwar (2013), jika responden mendapat skor mendekati nilai maksimal dapat dikategorikan mempunyai sikap favorabel atau positif terhadap objek sikap dikarenakan untuk mendapat skor maksimal tersebut ia harus menjawab "sangat setuju" terhadap hampir semua pernyataan favorabel dan menjawab "sangat tidak setuju" terhadap hampir semua pernyataan tak favorabel begitu pun sebaliknya. Ada pun sikap yang dimaksud adalah respon serta tanggapan mahasiswi mengenai dismenore yang dialami serta cara penanganan dismenore. Keadaan tersebut dapat terjadi karena adanya bekal pengetahuan mengenai dismenore, hal ini sejalan dengan yang diungkapkan Azwar (2013) bahwa pengetahuan seseorang tentang sesuatu hal akan mempengaruhi sikapnya. Sikap positif maupun negatif tergantung dari pemahaman individu tentang sesuatu hal tersebut, sehingga sikap ini selanjutnya akan mendorong individu melakukan penanganan tertentu pada saat dibutuhkan. Sikap positif yang dilakukan mahasiswi dalam penelitian ini ditunjukkan dengan cara akan melakukan olahraga ringan secara teratur, menyiapkan kompres hangat, menyiapkan obat nyeri haid, menggunakan aroma terapi, memperbanyak konsumsi makanan yang mengandung serat, menyiapkan suplemen yang mengandung zat besi agar terhindar dari anemia, mengkonsumsi kalsium dalam jumlah yang cukup, menghindari memakai pakaian yang ketat menjelang atau selama haid. Selain itu, berdasarkan hasil penelitian diperoleh cara mengatasi dismenore pada mahasiswi secara farmakologi, non farmakologi, atau pun secara farmakologi dan non farmakologi.

Aspek pengetahuan dismenore yang berkontribusi terhadap sikap mengatasi dismenore pada penelitian ini sebesar 13,3%, terdapat 86,7% aspek lain yang berpengaruh terhadap sikap mengatasi dismenore. Azwar (2013: 30) berpendapat bahwa pengalaman pribadi, orang lain yang dianggap penting,

media massa, dan lembaga pendidikan merupakan faktor-faktor yang dapat memengaruhi sikap. Pengalaman pribadi dapat menjadi dasar pembentukan sikap apabila pengalaman tersebut meninggalkan kesan yang kuat. Pada penelitian ini, usia responden mengalami dismenore lebih banyak pada usia 13 dan 14 tahun. Hal ini menunjukkan usia responden pada saat itu masih belum memiliki banyak input pengetahuan mau pun input pengalaman yang menjadikan responden mampu mengatasi atau belajar dari pengalaman bagaimana mengatasi dismenore. Pengaruh orang lain yang dianggap penting seperti orang tua, guru, teman sebaya, mau pun tenaga kesehatan tentu dapat berpengaruh terhadap sikap dalam mengatasi dismenore pada responden. Pengaruh tersebut dapat berupa pemberian contoh atau pengalaman mengenai sikap dalam mengatasi dismenore. Hal ini didukung dengan pernyataan Azwar (2013: 30) bahwa pada umumnya individu cenderung memiliki sikap yang konformis atau searah dengan sikap seseorang yang dianggapnya penting. Media massa baik cetak maupun elektronik seperti internet merupakan sumber informasi yang dapat diterima oleh masyarakat. Sumber informasi yang diperoleh sebagian besar responden berasal dari internet. Media massa yang menginformasikan masalah kewanitaan seperti menstruasi, nyeri haid, penanganan nyeri haid, dapat menambah wawasan responden sehingga responden memiliki kecenderungan untuk mengikuti saran atau rekomendasi dari sumber internet tersebut. Hal ini selaras dengan yang di kemukakan oleh Azwar (2013:30) bahwa media massa memberikan informasi yang bersifat sugestif yang dapat mengarahkan opini seseorang. Pesan-pesan sugestif yang dibawa oleh informasi tersebut akan memberi dasar afektif dalam menilai suatu hal sehingga terbentuk arah sikap tertentu.

SIMPULAN

Berdasarkan analisis data yang diperoleh dapat disimpulkan bahwa ada hubungan antara pengetahuan dismenore terhadap sikap mengatasi dismenore pada Mahasiswi Pendidikan Biologi di Universitas Siliwangi dengan nilai koefisien korelasi (R) sebesar 0,365 dan koefisien determinasi (R Square) sebesar 0,133 yang berarti bahwa kontribusi

yang diberikan dari aspek pengetahuan dismenore terhadap sikap mengatasi dismenore sebesar 13,3%, sedangkan sisanya sebesar 86,7% merupakan pengaruh variabel lain yang tidak diteliti dalam penelitian ini.

DAFTAR PUSTAKA

1. Achmadi, U F. (2014). *Kesehatan Masyarakat: Teori dan Aplikasi*. Jakarta: Rajawali Pers.
2. Anurogo, D dan Ari Wulandari. (2011). *Cara Jitu Mengatasi Nyeri Haid*. Yogyakarta: CV Andi Offset.
3. Arikunto, S. (2018). *Dasar-Dasar Evaluasi Pendidikan Edisi 2*. Jakarta: Rineka Cipta.
4. Arikunto, S. (2006). *Prosedur Penelitian: Suatu Pendekatan Praktik*. Jakarta: Rineka Cipta.
5. Azwar, S. (2013). *Sikap Manusia, Teori dan Pengukurannya*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
6. Badan Pusat Statistik. (2017). *Perempuan dan Laki-laki di Indonesia 2016*. Jakarta: BPS
7. Fraenkel, J.R., Wallen, N.E., Hyun, H.H. (2012). *How to Desain and Evaluate Research in education, Eight Edition*. New York: McGraw-Hill.
8. Gay, L.R., Mills, G.E., Airasian P. (2012). *EDUCATIONAL RESEARCH: Competencies for Analysis and Applications, Tenth Edition*. America: Pearson.
9. Hernawan, E. (2018). *Pengantar Statistika untuk Penelitian Pendidikan*. Tasikmalaya: LPPM Universitas Siliwangi.
10. Kusmiyati. (2016). "Nyeri Haid, Penyebab, dan Penanggulangannya". *J. Pijar MIPA*. 6(1). 18-23.
11. Kusmiyati. *et al.* (2016). "Studi Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Upaya Penanganan Dismenore pada Mahasiswa Pendidikan Biologi". *J. Pijar MIPA*. 4(1). 47-50.
12. Laila, N. N. (2011). *Buku Pintar Menstruasi*. Yogyakarta: Buku Biru.
13. Lusianah, dkk. (2012). *Prosedur Keperawatan*. Jakarta: TIM.
14. Proverawati, A. dan Misaroh. (2009). *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
15. Rahmawati, T. (2016). *Hubungan Tingkat Pengetahuan Dismenorea Mahasiswi Pendidikan Biologi UIN Walisongo Semarang Terhadap Sikap Mengatasi Dismenorea Primer*. Skripsi FST UIN Walisongo Semarang.
16. Siyoto, S dan Ali Sodik. (2015). *Dasar Metodologi Penelitian* Yogyakarta: Literasi Media Publishing.
17. Wawan, A dan Dewi M. (2010). *Teori & Pengukuran: Pengetahuan, Sikap dan Perilaku Manusia*. Yogyakarta: Nuha Medika.
18. Widodo, A (2005). *Taksonomi Tujuan Pembelajaran. Didaktis*. 4(2), 61-69. Bandung: Universitas Pendidikan Indonesia.
19. Wijayanti, A. *et al.* (2017). "Hubungan Pengetahuan tentang Menstruasi dengan Sikap dalam Penatalaksanaan Dismenore Primer pada Remaja Putri di SMAN 58 Jakarta". *BIOTA: Jurnal Pendidikan Biologi FITK UIN Mataram*. 5(1). 1-13.