

BAB II

TINJAUAN PUSTAKA

A. Konsep Pengetahuan

1. Pengertian Pengetahuan

Menurut (Basuki, 2017) pengetahuan ialah pengetahuan secara teoritis dan praktis (*know-how*) yang dimiliki oleh manusia. Setiap manusia sangatlah penting memiliki pengetahuan, dalam buku teknologi, praktik, dan tradisi seseorang dapat menyimpan pengetahuan. Pengetahuan yang disimpan dapat berfungsi jika digunakan sebagaimana mestinya. Perkembangan seseorang, organisasi ataupun masyarakat berperan penting dalam pengetahuan.

Menurut Notoatmodjo, 2007 pengetahuan atau kognitif merupakan dominan yang sangat penting untuk terbentuknya tindakan seseorang dari pengalaman dan penelitian yang di dasari oleh pengetahuan.

2. Tingkat pengetahuan

Menurut Notoatmodjo (2011), ada enam tingkat pengetahuan yang dicapai dalam domain kognitif yaitu :

1) Tahu (*know*)

Tahu adalah apabila seseorang dapat ingat sesuatu yang telah diketahui sebelumnya. Tingkat pengetahuan ini ialah tentang menghafal sesuatu tertentu tentang semua materi pembelajaran atau rangsangan yang diterima. Oleh karena itu, ini adalah tingkat pengetahuan yang paling rendah. Ukuran dari apa yang diketahui seseorang adalah belajar, termasuk penyebutan, deskripsi, definisi, klarifikasi, dll.

2) Memahami (*comprehention*)

Pemahaman diartikan sebagai kemampuan untuk menginterpretasikan secara benar suatu objek yang diketahui dan menginterpretasikan materi dengan benar, orang yang telah memahami objek atau materi tersebut harus mampu menjelaskan, menyebutkan contoh, meringkas, memprediksi, dll. objek yang sedang dipelajari.

3) Aplikasi (*application*)

Aplikasi didefinisikan sebagai kemampuan untuk menggunakan bahan yang telah dipelajari di lapangan atau dalam kondisi nyata, aplikasi ini didefinisikan sebagai penerapan atau penggunaan hukum, rumus metode, prinsip, dll. dalam konteks atau situasi lain.

4) Analisis (*analysis*)

Analisis adalah kemampuan untuk menggambarkan bahan atau objek dalam komponen, tetapi masih dalam struktur organisasi dan masih memiliki hubungan tertentu satu sama lain. Kemampuan analisis ini dapat dilihat dari deskripsi, pembedaan, dan pengelompokan verba. Analisis ini adalah kemampuan untuk mengidentifikasi, memisahkan, dll.

5) Sintesa (*synthesis*)

Sintesis adalah kemampuan untuk mengatur atau menggabungkan bagian-bagian dengan cara umum yang baru. Dengan kata lain, sintesis adalah kemampuan untuk membangun suatu bentuk baru dari informasi yang sudah ada, misalnya untuk dapat menggabungkan, menggunakan, meringkas, dan beradaptasi dengan suatu bentuk baru, teori atau rumus yang ada.

6) Evaluasi (*evaluation*)

Evaluasi ini berkaitan dengan kemampuan untuk membuktikan atau mengevaluasi materi atau objek. Penilaian didasarkan pada standar yang ditentukan sendiri atau menggunakan standar yang ada.

3. Faktor-Faktor Yang Mempengaruhi Pengetahuan

Menurut Mubarak (2012), ada 7 faktor yang mempengaruhi pengetahuan, ialah :

1) Pendidikan

Pendidikan adalah usaha untuk menumbuhkembangkan kepribadian dan keterampilan baik di dalam maupun di luar sekolah atau sepanjang hidup. Pendidikan mempengaruhi proses belajar. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin mudah menerima informasi. Pengetahuan berkaitan erat dengan pendidikan dan orang yang berpendidikan tinggi diharapkan memiliki jangkauan pengetahuan yang lebih luas. Pendidikan tidak hanya diperoleh di pendidikan formal, tetapi bisa juga diperoleh di pendidikan nonformal.

2) Pekerjaan

Lingkungan kerja memungkinkan seseorang memperoleh pengalaman dan pengetahuan secara langsung maupun tidak langsung. Pengalaman kerja yang dikembangkan untuk memberikan pengetahuan dan keterampilan profesional, serta pengalaman belajar.

3) Usia

Seiring bertambahnya usia, setiap orang selalu menghadapi perubahan fisik dan mental. Secara umum, pertumbuhan yaitu mencakup yaitu pertumbuhan tubuh, perubahan prinsip, dan hilangnya ciri baru. Perubahan ini terjadi karena pematangan organ jamur. Dalam aspek psikologis atau psikologis, tingkat berpikir seseorang menjadi lebih sempurna. Usia mempengaruhi keyakinan dan prinsip seseorang.

4) Minat

Minat adalah ambisi seseorang yang kuat kepada sesuatu. Minat memungkinkan setiap mencoba dan mengejar sesuatu, yang memungkinkan setiap orang untuk mendapatkan pengetahuan yang lebih dalam.

5) Pengalaman

Pengalaman merupakan keadaan yang dialami seseorang yang pernah dialami di lingkungan. Pengalaman terdapat 2 macam yaitu pengalaman baik dan pengalaman buruk, 2 macam pengalaman tersebut membuat seseorang menjadi mendapatkan pengetahuan.

6) Kebudayaan Lingkungan Sekitar

Lingkungan memiliki pengaruh yang besar terhadap sikap pribadi atau pembentukan orang. Lingkungan dan budaya tempat kita hidup dan tumbuh memiliki pengaruh yang besar terhadap pembentukan sikap kita. Jika suatu daerah memiliki sikap menjaga kebersihan lingkungan, besar kemungkinan masyarakat sekitar juga memiliki sikap menjaga kebersihan lingkungan. Kebiasaan dan tradisi orang tampil tanpa mempertimbangkan apakah yang mereka lakukan itu baik atau buruk. Oleh karena itu, bahkan jika dia tidak melakukannya, itu akan menambah pengetahuannya. Status ekonomi seseorang juga akan menentukan ketersediaan fasilitas yang dibutuhkan untuk kegiatan tertentu, sehingga status sosial ekonomi ini akan mempengaruhi pengetahuan seseorang.

7) Informasi

Kemudahan akses informasi dapat mempercepat perolehan pengetahuan baru seseorang. Informasi yang diperoleh dari pendidikan formal dan nonformal dapat memiliki efek jangka pendek, yang mengarah pada sumber pengetahuan seseorang.

A. Cara Mengukur Tingkat Pengetahuan

Menurut Mahfoedz 2010, Pengukuran pengetahuan dapat dilakukan melalui wawancara atau angket yang menunjukkan bahwa isi materi yang akan diukur berkisar objek penelitian dan orang yang diwawancarai hingga pengetahuan yang ingin disesuaikan oleh masyarakat dengan tingkat pengetahuannya.

Menurut Nursalam (2008) Gunakan skala berurutan dan kuesioner dalam bentuk pertanyaan tertutup untuk mengukur hasil. Hasil penilaian pengetahuan dibagi menjadi beberapa tingkatan, ialah:

- 1) Baik : 76%-100% jawaban benar
- 2) Cukup : 56%-75% jawaban benar
- 3) Kurang : jawaban kurang dari 56%.

B. Konsep Remaja

1. Pengertian remaja

Menurut data Organisasi kesehatan Dunia (WHO), remaja merupakan proses perkembangan hidup dari masa kanak-kanak hingga dewasa, berumur umur 12 ± 24 tahun, belum menikah, dan Perubahan yang paling pertama pada remaja adalah perubahan fisik yang merupakan tanda pubertas fisiologis, seperti awal menstruasi (Suparto,2016).

Menurut (Widyastuti dkk, 2017) remaja ada tiga tahap berdasarkan sifat atau rentang waktu yaitu :

- Remaja awal yang berusia 10 tahun hingga 12 tahun, pada tahap ini remaja merasa ingin dekat dengan temannya, dan merasa ingin memiliki kebebasan.
- Remaja tengah yang berusia 13 hingga 15 tahun, pada tahap ini remaja sudah memulai menyukai seseorang.
- Remaja akhir yang berusia 16 hingga 19 tahun, pada tahap ini remaja menunjukkan kebebasan diri, mencari teman yang lebih sepemikiran.

C. Konsep Dismenore

1. Definisi Dismenore

Secara etimologis, dismenore berasal dari bahasa Yunani kuno (Yunani), kata dysmenorrhea berasal dari kata dys yang berarti kesulitan, nyeri, kelainan; kurang berarti bulan; dan andú berarti aliran atau arus. Dismenore ialah nyeri haid yang berarti sebagai menstruasi yang mengalami sakit, dapat juga diartikan sebagai menstruasi yang mengalami gangguan (Dita et al., 2011).

Menurut Anugroho (2011), dismenore mengacu pada kekakuan bagian perut yang terjadi sebelum atau saat menstruasi. menstruasi sering disertai nyeri bagian perut yang

dikarenakan dari kram rahim yang menyebar ke bokong, pinggang yang disebut dismenore.

2. Klasifikasi Dismenore

Dismenore dapat dibedakan berdasarkan jenis nyeri dan kelainan atau sebab yang diamati. Berdasarkan jenis nyeri dibagi menjadi dua yaitu dismenore spasmodic dan dismenore kongestif. Sakit yang dirasakan seseorang di bagian perut yang munculnya sebelum dan pada saat selesai haid disebut dengan dismenore spasmodic, hal ini dapat dialami remaja, dan dapat juga dialami oleh wanita usia 40 keatas, biasanya disertai muntah mual dan pingsan. (Judha dkk,2018) sedangkan dismenore kongestif ialah nyeri haid yang terjadi beberapa hari sebelum haid datang, gejala ini berlangsung 2 dan 3 hari sampai kurang dari 2 minggu dengan tanda pegal dibagian paha, sakit pada daerah payudara, lelah, mudah tersinggung, kehilangan keseimbangan dan gangguan tidur (Judha dkk, 2018).

Klasifikasi dismenore dibagi menjadi dua berdasarkan kelainan dan akibat yang terjadi, diantaranya adalah dismenore primen dan dismenore sekunder.

Dismenore primer ialah nyeri menstruasi yang berlangsung setelah manstruasi pertama kali, hal ini terdapat nyeri bagian perut bawah, dan bagian panggul yang dikarenakan karena

aliran menstruasi selama 8 jam hingga 72 jam. Nyeri haid ini biasanya terjadi pada usia 15 tahun hingga 30 tahun (Novia dan Puspitasari, 2018).

Sedangkan Dismenore sekunder ialah nyeri haid yang dikarenakan penyakit tertentu, biasanya dikarenakan penyakit endometriosis, fibroid (mioma), adenomiosis, polip endometrium, penyakit radang panggul, dapat juga dikarenakan penggunaan alat kontrasepsi intrauterin, hal ini dapat terjadi kapan saja setelah haid pertama (biasanya setelah usia 25 tahun), sebagian wanita mengeluhkan perubahan waktu nyeri selama siklus menstruasi atau intensitas nyeri, gejala ginekologi lainnya (seperti dispareunia, menorrhagia) mungkin ada dan terdapat kelainan panggul pada saat pemeriksaan fisik (Judha dkk, 2018).

3. Derajat Dismenore

Berdasarkan derajatnya dismenore dibagi menjadi 3 yaitu, skala nyeri 1-3 disebut dengan nyeri ringan yaitu nyeri yang berlangsung tidak lama, pada skala ini hanya perlu beristirahat, dan masih dapat beraktivitas sehari-hari. Skala nyeri 4-6 disebut dengan nyeri sedang, dalam skala ini diperlukan obat, masih dapat melakukan aktivitas, namun nyeri dapat menyebar hingga bagian perut bawah. Skala nyeri berat 7-10 disebut dengan nyeri berat yaitu wanita tidak dapat melakukan aktivitas dan disertai

diare, mual, muntah, sakit kepala dan pingsan. (Mansjoer, 2000 dalam Kusmiyati, 2016).

4. Faktor Resiko Dismenore

Faktor-faktor yang menyebabkan dismenore ialah haid pertama, siklus menstruasi, lamanya menstruasi, riwayat keluarga, dan aktivitas fisik (Abdul, 2016).

1) Usia Menarche

Menurut Anurogo, (2009) menstruasi dimulai usia 12 tahun hingga 14 tahun. menstruasi dimulai tergantung beberapa faktor yaitu faktor kesehatan perempuan, pola hidup perempuan tersebut, dan status nutrisi, hal ini berlangsung hingga usia 45 sampai 50 tahun.

2) Siklus Menstruasi

Siklus menstruasi ialah jangka waktu antara masa menstruasi, yaitu jangka dari menstruasi terakhir ke hari pertama menstruasi berikutnya. Sebagian besar wanita terjadi pada pertengahan usia reproduktif. Umumnya siklus menstruasi terjadi secara periodik setiap 28 hari, ada pula setiap 21 hari dan 30 hari (Kusmiran, 2016).

3) Lama Menstruasi

Lama keluarnya darah setiap perempuan berbeda-beda, umumnya berlangsung kurang lebih 3 hingga 8 hari. Namun ada juga yang mengalami menstruasi hanya 1 hingga 2 hari dan ada

pula yang selama 7 hari, ini masih dianggap normal apabila setiap periode menstruasi memang terjadi seperti itu.

4) Riwayat Keluarga

Riwayat penyakit pada keluarga, merupakan riwayat medis yang dimiliki oleh anggota keluarga di masa lalu. Riwayat keluarga merupakan salah satu faktor risiko yang terjadinya dismenore pada remaja.

5) Aktivitas Fisik

Terdapat beberapa pengertian dari beberapa ahli mengenai aktivitas fisik diantaranya menurut Almatseir aktivitas fisik ialah gerakan disik yang dilakukan oleh otot tubuh dan sistem penunjangnya (Abdul, 2016). Aktivitas fisik ialah setiap gerakan tubuh yang dihasilkan oleh otot rangka yang memerlukan energi. Jadi kesimpulan dari pengertian aktivitas fisik yaitu gerakan tubuh oleh otot tubuh dan system penunjangnya yang memerlukan pengeluaran energi.

5. Tanda Dan Gejala Dismenore

Setiap wanita memiliki keluhan utama yang berbeda-beda, namun tanda dan gejala dismenore yang biasanya terjadi adalah nyeri payudara, puting nyeri, dan kram pada perut bagian bawah, terkadang menjalar ke punggung, pinggang atau paha (Mulyani, 2016).

6. Dampak Dismenore

Dismenore memberikan dampak negatif pada wanita, sehingga wanita yang mengalami nyeri haid dapat terganggu segala aktivitasnya, dapat menimbulkan kerugian materi, dan dapat mengganggu psikologis wanita tersebut (Khotimah dan Kimantoro, 2014). Anwar 2015, berpendapat nyeri haid tidak terlalu berbahaya, tetapi hampir dialami semua wanita, sehingga merupakan penderitaan tersendiri bagi yang mengalaminya, karena itu nyeri ini tidak dapat dibiarkan karena dapat menurunkan kesehatan wanita, dan salah satu penyebab gejala endometriosis pada wanita dimana hal ini dapat menurunkan kesuburan wanita tersebut. (Anwar, 2015).

7. Penanganan Dismenore

Dismenore tidak bisa dibiarkan begitu saja tanpa adanya pengobatan, karena gejala endometriosis bisa muncul sehingga membuat wanita sulit hamil. Pengobatan dismenore yang tepat dapat mengurangi risiko terjadinya endometriosis, dan terganggunya aktivitas kerja dan sekolah (Prawirohardjo, 2018).

a. Secara Farmakologis

Cara farmakologis yang dapat dilakukan dengan memberikan obat analgesik sebagai penghilang rasa sakit. Menurut Bare & Smeltzer (2002 dalam Hermawan,2012), penanganan nyeri yang dialami oleh individu dapat melalui intervensifarmakologis,

dilakukan kolaborasi dengan dokter atau pemberi perawatan utama lainnya pada pasien. Obat-obatan ini dapat mengurangi rasa sakit dan menghambat produksi prostaglandin pada jaringan meradang dan mengalami trauma jaringan ini mencengah reseptor rasa sakit menjadi sensitive terhadap terhadap rangsangan nyeri sebelumnya, contoh obat anti inflamasi nonsteroid adalah aspirin, ibuprofen.

Penanganan dismenore primer adalah (Calis, 2016) :

1) Pemberian obat analgesik

Obat analgesik yang sering diberikan adalah prepat kombinasi aspirin, fansetin, dan kafein. Obat-obatan paten yang beredar dipasaran antara lain novalgin, ponstan, acetaminophen dan sebagainya.

2) Terapi hormonal

Tujuan terapi hormonal ialah menekan ovulasi, untuk sementara menunjukkan bahwa kondisi tersebut sebenarnya adalah dismenore primer. Tujuan ini dapat dicapai dengan pemberian salah satu jenis pil kombinasi kontrasepsi.

3) Terapi dengan obat non steroid anti prostaglandin

Endometasin, ibuprofen, dan naproksen, dalam kurang lebih 70% penderita dapat disembuhkan atau mengalami banyak perbaikan. Pengobatan dapat diberikan sebelum

haid mulai satu sampai tiga hari sebelum haid dan dapat hari pertama haid.

4) Dilatasi kanalis servikalis

Pelebaran saluran servikalis dapat menghilangkan rasa sakit karena dapat meningkatkan pendarahan menstruasi dan prostaglandin didalamnya. Neurektomi prasakral (pemotongan urat saraf sensorik antara uterus dan susunan saraf pusat) ditambah dengan neurektomi ovarial (pemotongan urat saraf sensorik pada diligamentum infundibulum) adalah pilihan terakhir jika sebelumnya gagal.

b. Secara Non Farmakologis

Menurut Bare & Smeltzer (2002 dalam Hermawan 2012) penanganan nyeri secara nonfarmakologis terdiri dari:

1) Stimulasi dan Masase kutaneus

Masase (pijat) adalah stimulus kutaneus tubuh secara umum, sering dipusatkan pada punggung dan bahu. pijat dapat membuat penderita lebih nyaman karena pijat membuat relaksasi otot.

2) Terapi es dan panas

Terapi es dapat mengurangi prostsglandin yang meningkatkan sensitifitas reseptor nyeri dan subkutan

lain pada tempat cedera dengan menghambat proses inflamasi.

Kelebihan terapi panas dapat meningkatkan aliran darah ke suatu area dan dapat membantu menurunkan rasa sakit dan mempercepat penyembuhan.

3) *Transecutaneous Elektrikal Nerve Stimulaton* (TENS)

Merupakan salah satu alat yang sering digunakan oleh para fisioterapis di Indonesia. TENS merupakan salah satu cara penggunaan energi listrik yang berguna untuk merangsang sistem saraf melalui permukaan kulit yang telah terbukti efektif menghilangkan nyeri.

4) Distraksi

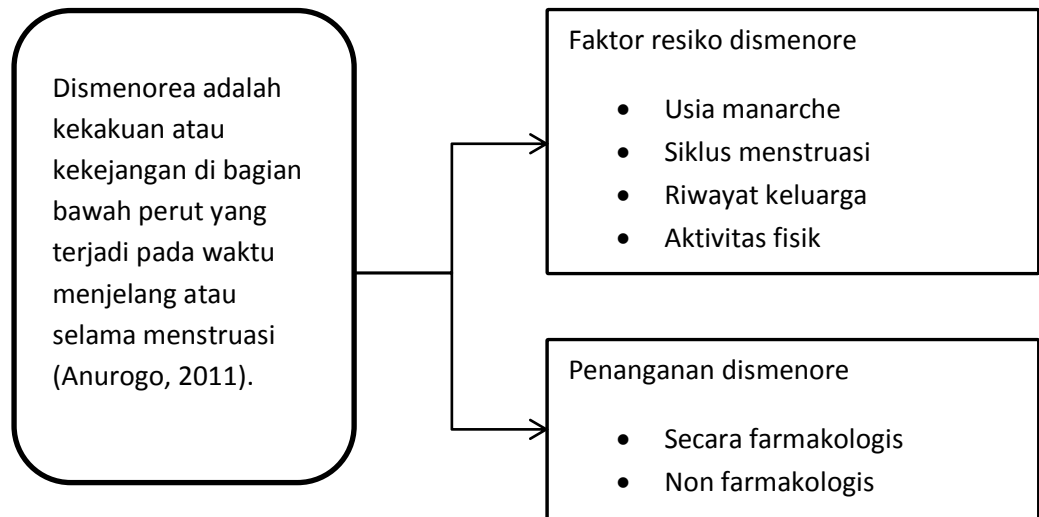
Distraksi ialah pengalihan perhatian dari hal yang menyebabkan nyeri, contoh: bernyanyi, berdoa, menceritakan gambar atau foto dengan kertas, mendengar musik dan bermain satu permainan.

5) Relaksasi

Relaksasi adalah teknik mengendorkan atau melepaskan ketegangan. Teknik relaksasi yang sederhana adalah dengan melakukan pernapasan dada dengan irama lambat, (teknik relaksasi nafas dalam. Contoh: bernafas dalam-dalam dan pelan.

D. Kerangka Teori

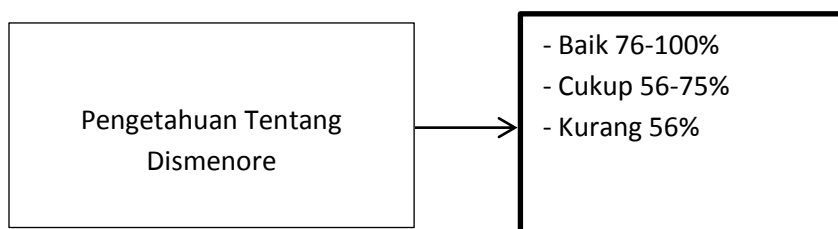
Kerangka teori penelitian adalah kerangka tinjauan teori yang berkaitan dengan permasalahan yang akan diteliti (Notoatmodjo,2010)



Gambar 2.1 Kerangka Teori

E. Kerangka Konsep

Kerangka konsep ialah merupakan formulasi atau simplikasi dari kerangka teori atau teori-teori yang mendukung penelitian tersebut (Notoatmodjo, 2010)



Gambar 2.2 Kerangka Konsep