

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN METODE RELAKSASI
DENGAN SIKAP DAN PERILAKU MENGATASI NYERI HAID PADA
MAHASISWI D III KEBIDANAN FK UNS**

KARYA TULIS ILMIAH

Diajukan Untuk Memenuhi Persyaratan Memperoleh
Gelar Sarjana Sains Terapan



Rina Candra Permatasari

R1115078

**PROGRAM STUDI D IV BIDAN PENDIDIK FAKULTAS KEDOKTERAN
UNIVERSITAS SEBELAS MARET SURAKARTA**

*com*2016 *user*

ABSTRAK

Rina Candra Permatasari. R1115078. **Hubungan Tingkat Pengetahuan Metode Relaksasi dengan Sikap dan Perilaku Mengatasi Nyeri Haid pada Mahasiswa D III Kebidanan FK UNS.**

Latar Belakang: Mahasiswa merasakan nyeri pada saat haid. mahasiswa tidak menguasai metode relaksasi. Nyeri haid sangat mengganggu aktivitas belajar bahkan bisa berdampak pada prestasi belajarnya. Studi pendahuluan dari 10 mahasiswa hanya satu yang menerapkan metode relaksasi dalam kehidupan sehari-hari untuk mengatasi nyeri yang dirasakan. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan antara tingkat pengetahuan metode relaksasi dengan sikap dan perilaku mengatasi nyeri haid pada mahasiswa D III Kebidanan FK UNS.

Metode: Penelitian menggunakan desain observasional analitik dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling menggunakan *total sampling*. Besar sampel 54 mahasiswa. Variabel independennya tingkat pengetahuan metode relaksasi dan variabel dependennya adalah sikap dan perilaku mengatasi nyeri haid yang diukur menggunakan kuesioner. Analisis data menggunakan korelasi *Spearman Rank*.

Hasil Penelitian: Sebagian mahasiswa memiliki pengetahuan metode relaksasi yang baik (64,8%), sikap yang mendukung (88,9%), dan perilaku mengatasi nyeri haid yang baik (85,2%). Hasil uji statistik *Spearman Rank* didapatkan hasil variabel pengetahuan dengan sikap $p = 0,000$ ($p < 0,05$) dan $r = 0,589$ dan variabel pengetahuan dengan perilaku $p = 0,001$ dan $r = 0,446$. Dengan demikian semakin baik pengetahuan maka sikap dan perilaku mengatasi nyeri haid juga semakin baik.

Simpulan: Terdapat hubungan yang signifikan antara tingkat pengetahuan metode relaksasi dengan sikap dan perilaku mengatasi nyeri haid pada mahasiswa D III Kebidanan FK UNS.

Kata kunci: Pengetahuan, Metode Relaksasi, Sikap, Perilaku, Nyeri Haid.

ABSTRACT

Rina Candra Permatasari. R1115078. **Correlation between the Knowledge Level of Relaxation Method with Attitude and Behavior Overcoming Dysmenorrhea at Midwifery Students of Diploma III in the Health Faculty of Sebelas Maret University, Surakarta. The Study Program of Diploma IV in Midwife Educator, Health Faculty of Sebelas Maret University, Surakarta 2016.**

Background: Students who feel pain during menstruation do not master the method of relaxation. Menstrual pain is very disturbing for learning activities. It can even have an impact on their academic achievement. The result of preliminary research shows that only 1 of 10 students who implements the methods of relaxation in daily life to overcome the pain. The research was aimed to know the correlation between knowledge level of relaxation method with attitude and behavior overcoming dysmenorrhea at students of Diploma III in Midwifery Science, Health Faculty of Sebelas Maret University, Surakarta.

Method: This research used the observational analytical research design with the cross-sectional approach. Its samples were determined using the total sampling technique and consisted of 54. Its independent variable was the knowledge level of relaxation method, and its dependent variable was attitude and behavior overcoming dysmenorrhea. The data of research were analyzed using the Spearman's Rank Correlation.

Result: Most students have a good knowledge of relaxation methods (64,8%). supportive attitude (88,9%), and good behaviors in overcoming of menstrual pain (85,2%). The result of the statistical test with *Spearman's Rank* Correlation shows that the significance value of knowledge variable with attitude was $p = 0,000$ which less than 0.05 and the r -value was 0,589. And then the value of knowledge variable with behavior was $p = 0,001$ and $r = 0,446$. meaning that the higher level of knowledges about relaxation method, the attitudes and behavior is also getting better overcome dysmenorrhea.

Conclusion: There is a significant correlation between the knowledge level of relaxation methods with the attitude and behavior overcoming dysmenorrhea at Midwifery Students of Diploma III in the Health Faculty of Sebelas Maret University, Surakarta.

Keywords: Knowledge, Relaxation Methods, Attitude, Behavior, Dysmenorrhae

**HALAMAN PERSETUJUAN
KARYA TULIS ILMIAH**

Karya Tulis Ilmiah dengan judul:

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN METODE RELAKSASI
DENGAN SIKAP DAN PERILAKU MENGATASI NYERI HAID PADA
MAHASISWI D III KEBIDANAN FK UNS**

Oleh :

Rina Candra Permatasari

R1115078

Telah disetujui untuk diuji di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah
Program Studi D IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran
Universitas Sebelas Maret Surakarta

Pada Hari , Tanggal : 2016

Pembimbing Utama

Pembimbing Pendamping

(dr. Ratna Kusumawati, M.Biomed)
NIP. 198104012005102001

(Sri Mulyani, S.Kep, Ns, M.Kes)
NIP. 19670214 1993032001

commit to user

**HALAMAN PENGESAHAN
PROPOSAL/KARYA TULIS ILMIAH**

Karya Tulis Ilmiah dengan Judul:

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN METODE RELAKSASI
DENGAN SIKAP DAN PERILAKU MENGATASI NYERI HAID PADA
MAHASISWI D III KEBIDANAN FK UNS**

Oleh :

RINA CANDRA PERMATASARI

R1115078

Telah dipertahankan dan disetujui di hadapan Tim Penguji Karya Tulis Ilmiah
Program Studi DIV Bidan Pendidik FK UNS

Pada Hari _____, Tanggal : _____ 2016

Ketua Penguji

Nama : Ika Sumiyarsi S, S.SiT, M.Kes

NIP : 1981071720130201 _____

Sekretaris

Nama : Mujahidatul M, S.Kep, Ns, M.Kes

NIP : 198208212005012001 _____

Anggota 1

Nama : dr. Ratna Kusumawati, M.Biomed

NIP : 198104012005102001 _____

Anggota 2

Nama : Sri Mulyani, S.Kep, Ns, M.Kes

NIK : 19670214 1993032001 _____

Surakarta,

2016

Kepala Program Studi

commit to **(Sri Mulyani, S.Kep, Ns, M.Kes)**
NIP: 196702141993032001

KATA PENGANTAR

Assalamu'alaikum Wr. Wb.

Puji syukur penulis panjatkan kehadirat Allah SWT karena atas rahmat dan hidayah-Nya yang dilimpahkan kepada penulis sehingga penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah yang berjudul “Hubungan Tingkat Pengetahuan Mahasiswi D III Kebidanan tentang Metode Relaksasi dengan Sikap dan Perilaku Mengatasi Nyeri Haid di FK Universitas Sebelas Maret Surakarta” untuk memenuhi persyaratan memperoleh gelar Sarjana Saint Terapan di jurusan D IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.

Dalam penyusunan Karya Tulis Ilmiah ini penulis mengalami banyak hambatan karena terbatasnya pengetahuan dan pengalaman yang penulis miliki. Namun, berkat bimbingan dan bantuan serta pengarahan dari berbagai pihak, akhirnya penulis dapat menyelesaikan Karya Tulis Ilmiah ini dengan sebaik-baiknya. Untuk itu pada kesempatan ini penulis mengucapkan terima kasih yang sebesar-besarnya kepada:

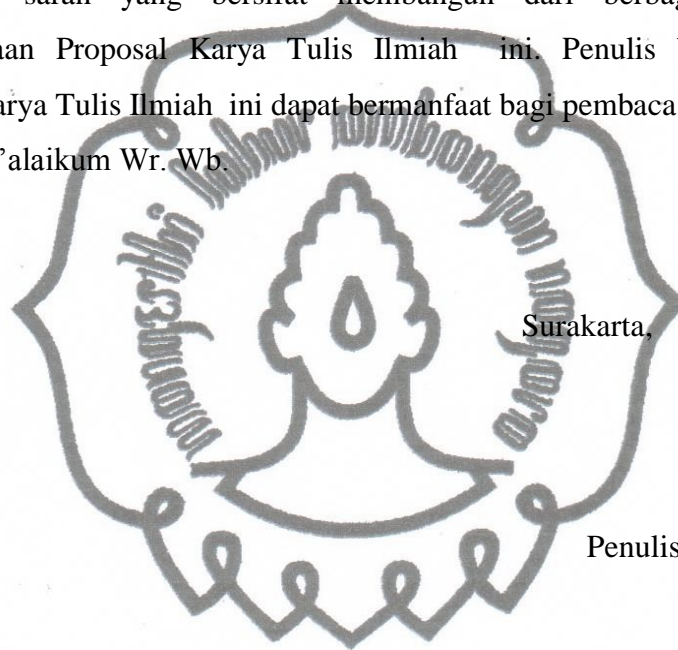
1. Prof. Dr. Ravik Karsidi, MS, Rektor Universitas Sebelas Maret Surakarta.
2. Prof. Dr. Hartono, dr., M.Si, Dekan Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
3. Sri Mulyani, S.Kep., Ns., M.Kes, Kepala Program Studi D IV Bidan Pendidik dan Ketua Tim Karya Tulis Ilmiah D IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta serta selaku pembimbing pendamping atas segala petunjuk, bimbingan, motivasi, dan saran bagi penulis.
4. dr. Ratna Kusumawati, M.Biomed, selaku pembimbing utama atas segala petunjuk, bimbingan, motivasi, dan saran bagi penulis.
5. Seluruh dosen dan karyawan Program Studi D IV Bidan Pendidik Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta yang telah membantu dalam penyusunan Proposal Karya Tulis Ilmiah.
6. Kepala Program Studi DIII Kebidanan FK UNS dan petugas yang telah membantu dalam penyusunan proposal Karya Tulis Ilmiah (KTI).

commit to user

7. Teman-teman mahasiswa D IV Bidan Pendidik angkatan 2015 Fakultas Kedokteran Universitas Sebelas Maret Surakarta.
8. Semua pihak yang terkait yang tidak dapat penulis sebutkan satu persatu yang telah membantu dalam penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini.

Penulis menyadari masih banyak kekurangan dan kesalahan dalam penulisan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini. Untuk itu, penulis mengharapkan kritik dan saran yang bersifat membangun dari berbagai pihak demi kesempurnaan Proposal Karya Tulis Ilmiah ini. Penulis berharap semoga Proposal Karya Tulis Ilmiah ini dapat bermanfaat bagi pembaca.

Wassalamu'alaikum Wr. Wb.



Surakarta, Agustus 2016

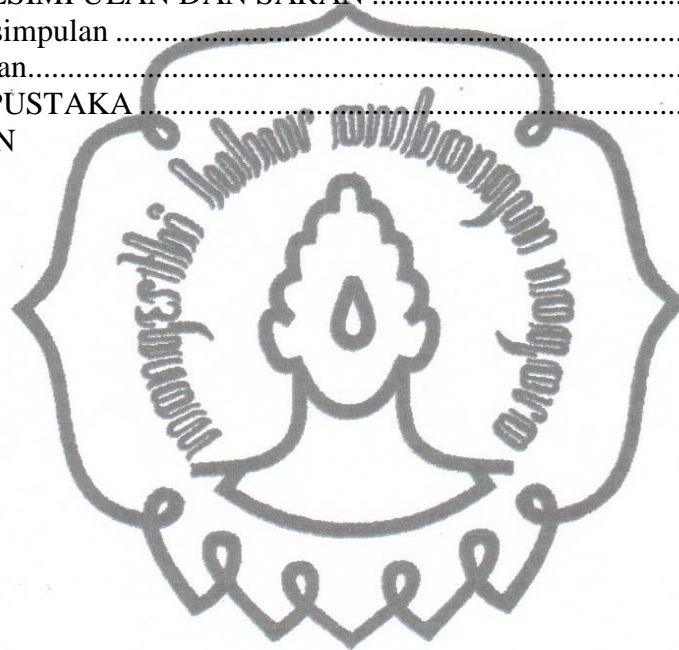
Penulis

DAFTAR ISI

HALAMAN JUDUL.....	i
HALAMAN PERSETUJUAN.....	ii
HALAMAN PENGESAHAN.....	iii
ABSTRAK.....	iv
ABSTRACT.....	v
KATA PENGANTAR.....	vi
DAFTAR ISI.....	vii
DAFTAR TABEL.....	viii
DAFTAR GAMBAR.....	x
DAFTAR LAMPIRAN.....	xi
BAB I PENDAHULUAN.....	1
A. Latar Belakang Masalah.....	1
B. Rumusan Masalah.....	5
C. Tujuan Penelitian.....	6
1. Tujuan Umum.....	6
2. Tujuan Khusus.....	5
D. Manfaat Penelitian.....	6
BAB II LANDASAN TEORI.....	6
A. Tinjauan Pustaka.....	8
1. Pengetahuan.....	8
2. Sikap.....	14
3. Perilaku.....	22
4. Teknik Relaksasi.....	25
5. Nyeri Haid.....	39
6. Hubungan Tingkat Pengetahuan tentang Metode Relaksasi dengan Sikap dan Perilaku Mengatasi Nyeri Haid.....	49
B. Kerangka Pemikiran.....	52
C. Hipotesis.....	52
BAB III METODE PENELITIAN.....	53
A. Jenis dan Desain Penelitian.....	53
B. Tempat dan Waktu Penelitian.....	53
C. Populasi Penelitian.....	53
D. Sampel dan Teknik Sampling.....	53
E. Variabel Penelitian.....	54
F. Definisi Operasional.....	54
G. Instrumen Penelitian.....	55
H. Uji Validitas dan Reliabilitas.....	55
1. Uji Validitas.....	55
2. Uji Reliabilitas.....	56
I. Teknik Pengumpulan dan Analisis Data.....	57
1. Teknik Pengumpulan Data.....	57
2. Pengolahan Data.....	58
3. Analisa Data.....	59

commit to user

BAB IV HASIL PENELITIAN	61
A. Analisis Univariat	61
B. Analisis Bivariat.....	63
BAB V PEMBAHASAN	66
A. Tingkat Pengetahuan tentang Metode Relaksasi	66
B. Sikap Mengatasi Nyeri Haid	68
C. Perilaku Mengatasi Nyeri Haid	69
D. Hubungan Tingkat Pengetahuan Metode Relaksasi dengan Sikap dan Perilaku Mengatasi Nyeri	71
BAB VI KESIMPULAN DAN SARAN	82
A. Kesimpulan	82
B. Saran.....	83
DAFTAR PUSTAKA	84
LAMPIRAN	



DAFTAR TABEL

Tabel. 3.1 Definisi Operasional	54
Tabel. 3.2 Kisi-kisi kuesioner	55
Tabel. 3.3 Tingkat Pengetahuan Mahasiswi tentang Metode Relaksasi	61
Tabel. 3.4 Sikap Mengatasi Nyeri Haid	61
Tabel. 3.5 Perilaku Mengatasi Nyeri.....	61
Tabel 4.1 Gambaran Tingkat Pengetahuan Metode Relaksasi.....	67
Tabel 4.2 Gambaran Sikap Mahasiswi dalam Mengatasi Nyeri Haid	68
Tabel 4.3 Gambaran Perilaku Mahasiswi dalam Mengatasi Nyeri Haid	68
Tabel 4.4 Hubungan Tingkat Pengetahuan Metode Relaksasi Dengan Sikap Mengatasi Nyeri Haid.....	69
Tabel 4.5 Hubungan Tingkat Pengetahuan Metode Relaksasi Dengan Perilaku Mengatasi Nyeri Haid.....	70

DAFTAR GAMBAR

Gambar 2.1 : Kerangka Konsep Hubungan Tingkat Pengetahuan Metode Relaksasi dengan Sikap dan Perilaku Mengatasi Nyeri haid	52
---	----



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran 2 Surat Ijin Uji Validitas
- Lampiran 3 Surat Balasan Uji Validitas
- Lampiran 4 Surat Ijin Penelitian
- Lampiran 5 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 6 Lembar *Inform Consent*
- Lampiran 7 Lembar Kuesioner
- Lampiran 8 Tabel *r Product Moment*
- Lampiran 9 Data Hasil Uji Validitas dan Realibilitas Menggunakan SPSS
- Lampiran 10 Lembar Konsultasi Pembimbing
- Lampiran 11 Tabulasi Data Validitas
- Lampiran 12 Hasil Uji Validitas dan Reliabilitas
- Lampiran 13 Tabulasi Data Penelitian
- Lampiran 14 Hasil Data Uji *Rank Spearman*

DAFTAR GAMBAR

	Halaman
Gambar.1 Kerangka Konsep Hubungan Tingkat Tentang Metode Relaksasi dengan Sikap dan Perilaku Mengatasi Nyeri haid.....	41



DAFTAR LAMPIRAN

- Lampiran 1 Jadwal Penelitian
- Lampiran 2 Lembar Permohonan Menjadi Responden
- Lampiran 3 Lembar Persetujuan Menjadi Responden
- Lampiran 4 Kuesioner Soal Pengetahuan
- Lampiran 5 Kuesioner Soal Sikap
- Lampiran 6 Kuesioner Soal Perilaku
- Lampiran Surat Ijin Studi Pendahuluan
- Lampiran Interpretasi Hasil Uji Hipotesis

