

Gambaran Pengetahuan tentang Dismenore Remaja Putri

Description of Knowledge about Female Adolescent Dysmenorrhea

Sura Anjelyna^{1*}, Anjarwati², Intan Mutiara Putri³

^{1,2,3} Prodi Kebidanan Program Sarjana Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta
^{*}anjelynasr@gmail.com, ²anjarwati@unisayogya.ac.id, ³intan.mutiaraputri@unisayogya.ac.id

Abstrak

Dismenore adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu haid atau menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan. Penelitian ini menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri mengenai dismenore di SMP Muhammadiyah 1 Gamping, Sleman, Yogyakarta. Dismenore adalah kondisi nyeri haid yang sering dialami oleh remaja putri, yang dapat mempengaruhi kualitas hidup dan aktivitas sehari-hari mereka. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran pengetahuan tentang dismenore remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Gamping menggunakan desain kuantitatif dengan pendekatan deskriptif. Responden adalah siswi kelas VIII dan IX SMP Muhammadiyah 1 Gamping sebanyak 193 siswi. Data dikumpulkan melalui kuesioner yang berisi pertanyaan terkait pengetahuan tentang dismenore. Analisis data dilakukan secara univariat untuk menggambarkan distribusi pengetahuan responden. Hasil penelitian menunjukkan sebagian besar remaja putri di SMP Muhammadiyah 1 Gamping memiliki pengetahuan tentang dismenore dalam kategori cukup (51,5%). Mayoritas sudah menjawab pertanyaan dengan benar pertanyaan mengenai penyebab dan penanganan kemudian pertanyaan yang belum dijawab dengan benar tentang definisi dan penanganan. Diharapkan para siswi untuk meningkatkan pemahaman tentang definisi dan penanganan dismenore sehingga dapat memberikan masukan untuk mempertimbangkan dan mengevaluasi penanganan dismenore pada remaja putri. Pihak sekolah diharapkan menyelenggarakan edukasi/penyuluhan terkait dismenore pada remaja putri sekaligus menambah jumlah buku kesehatan yang membahas kesehatan reproduksi wanita (dismenore) di perpustakaan.

Kata kunci: pengetahuan; dismenore; remaja putri

Abstract

Dysmenorrhea is a medical condition that occurs during menstruation or menstruation, which can interfere with activities and require treatment. This research describes the level of knowledge of young women regarding dysmenorrhea at SMP Muhammadiyah 1 Gamping, Sleman, Yogyakarta. Dysmenorrhea is a condition of menstrual pain that is often experienced by young women, which can affect their quality of life and daily activities. This research uses a quantitative design with a descriptive approach to determine the description of knowledge about dysmenorrhea among adolescent girls at SMP Muhammadiyah 1 Gamping. The respondents were 193 female students from class VIII and IX of SMP Muhammadiyah 1 Gamping. Data was collected through a questionnaire containing questions related to knowledge about dysmenorrhea. Data analysis was carried out univariately to describe the distribution of respondents' knowledge. The research results showed that the majority of young women at SMP Muhammadiyah 1 Gamping knew dysmenorrhea in the reasonably good category, 51.5%. The majority answered questions correctly, 7 and 10, regarding causes and treatment, and those who responded incorrectly to questions 3 and 14 regarding resolution and treatment. It is hoped that students will increase their understanding of the definition and treatment of dysmenorrhea by being able to provide input for consideration and evaluation in improving the treatment of dysmenorrhea in adolescent girls. The school should increase education/counseling related to dysmenorrhea in adolescent girls, and one of them is increasing the number of health books that discuss women's reproductive health (dysmenorrhea) in the library.

Keywords: *knowledge; dysmenorrhea; adolescent girls*

1. PENDAHULUAN

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka pada tahun 2022 angka prevalensi remaja yang mengalami dismenore di seluruh dunia berjumlah 90% dan rata-rata lebih dari 50% perempuan di setiap negara mengalami dismenore. Sementara di Swedia sekitar 72% perempuan produktif yang tersiksa oleh dismenore, di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% Wanita mengalami dismenore dan 10-15% di antaranya mengalami dismenore berat yang menyebabkan mereka tidak mampu melakukan kegiatan apapun di Indonesia angka prevalensi terjadinya dismenore cukup tinggi, menunjukkan bahwa penderita dismenore terjadi sekitar 60-70% perempuan di Indonesia yang mengalami dismenore (1). Angka dismenore di Indonesia juga tidak kalah tinggi dibandingkan dibandingkan dengan negara lainnya. Di Indonesia angka kejadian dismenore terdiri dari 72,89% dismenore primer dan 21,11% dismenore sekunder dan angka kejadian dismenore berkisar 45-95% di kalangan perempuan umur produktif (2). Angka kejadian dismenore di Yogyakarta sebanyak 52% yang dialami oleh wanita produktif. Pada umumnya wanita akan mengalami nyeri dismenore atau nyeri haid pada rentang usia 15 sampai 25 tahun (3).

Pengetahuan adalah hasil kegiatan ingin tahu manusia tentang apa saja melalui cara-cara dan dengan alat-alat tertentu. Pengetahuan ini bermacam-macam jenis dan sifatnya, ada yang langsung dan ada yang tak langsung, ada yang bersifat tidak tetap (berubah-ubah), subjektif, dan khusus, dan ada pula yang bersifat tetap, objektif dan umum. Jenis dan sifat pengetahuan ini pengetahuan ini tergantung kepada sumbernya dan dengan cara dan alat apa pengetahuan itu diperoleh, serta ada pengetahuan yang benar dan ada pengetahuan yang salah. Tentu saja yang dikehendaki adalah pengetahuan yang benar (4). Dismenore adalah kondisi medis yang terjadi sewaktu haid atau menstruasi yang dapat mengganggu aktivitas dan memerlukan pengobatan. Dismenore ditandai dengan nyeri atau rasa sakit di daerah perut atau pinggul, nyeri haid yang bersifat kram dan berpusat pada perut bagian bawah. Nyeri kram yang terasa sebelum atau selama menstruasi bisa juga nyeri pada pantat. Rasa nyeri pada bagian dalam perut, mual, muntah, diare, pusing atau bahkan pingsan (5).

Cara penanganan dismenore perlu dijelaskan kepada remaja putri yang mengalami dismenore dan hendaknya perlu diberikan penjelasan mengenai cara hidup sehat, pekerjaan, kegiatan, dan lingkungan. Apabila rasa nyerinya berat makadiperlukan istirahat di tempat tidur dan kompres air panas pada perut bawah untuk mengurangi penderitaannya (6). Untuk menghilangkan rasa sakit yang disebabkan oleh dismenore dapat dilakukan dengan menggunakan obat-obat golongan analgesik. Ada juga yang menggunakan obat tradisional seperti air daun sirih, daun pepaya, rimpang kunyit dan lain-lain (7). Riwayat dismenore pada keluarga merupakan risiko yang tidak dapat diubah. Oleh karena itu, hal ini berpengaruh terhadap kondisi Kesehatan anggota keluarga itu sendiri (8).

Berdasarkan PERMENKES No. 28 Tahun 2017, bidan dalam menyelenggarakan praktik memiliki otoritas untuk melayani kesehatan reproduksi wanita sebagaimana yang dimaksud, bidan yang mempunyai kewenangan untuk memberi bimbingan konseling kesehatan reproduksi perempuan (Peraturan Menteri Kesehatan Republik Indonesia Nomor 28 Tahun 2017 Tentang Izin dan Penyelenggaraan Praktik Bidan, 2017). Bidan yang melaksanakan profesinya memiliki peranan dan fungsi sebagai pelaksana, pengelola, pendidik dan peneliti. Peranan bidan sebagai pendidik memiliki dua tugas yakni menjadi pendidik dan penyuluh kesehatan bagi pasien di masyarakat.

Selain itu, bidan juga melatih dan membimbing kader dalam memberikan pendidikan kesehatan pada masyarakat. Dalam menjalankan praktik kebidanan sesuai kewenangannya, bidan memberikan penyuluhan kepada siswi di SMP Muhammadiyah 1 Gamping tentang kesehatan reproduksi perempuan dalam upaya untuk mempersiapkan remaja putri menghadapi *menarche* dengan memberikan pendidikan kesehatan tentang menstruasi dan cara perawatannya sedini mungkin (9).

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Gamping pada tanggal 11 April 2024 jumlah seluruh siswi kelas VIII dan IX terdapat 193 orang siswi kemudian dilakukan wawancara dengan 15 orang siswi (7,7%) dari 193 siswi. Didapatkan 10 orang (66,6%) yang belum mengetahui tentang pengetahuan dismenore sedangkan 5 orang (34,4%) sudah mengetahui tentang pengetahuan dismenore. Dari 15 siswi didapatkan 13 orang (86,6%) mengalami dismenore dan 2 orang siswi (14,4%) tidak mengalami dismenore. Pada saat menstruasi, mereka cenderung mengonsumsi obat-obatan nyeri haid dan mengurangi aktivitas rutin. Sebagai siswi tindakan yang dilakukan pada saat mengalami gangguan dismenore lebih banyak mengambil posisi tubuh dalam keadaan jongkok sambil meremas-remas bagian perut dengan maksud menahan rasa nyeri. Tujuan penelitian ini adalah untuk mengetahui Gambaran pengetahuan tentang dismenore Remaja Putri di SMP Muhammadiyah 1 Gamping Berdasarkan latar belakang diatas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian "Gambaran Pengetahuan Tentang Dismenore Remaja Putri di SMP Muhammadiyah 1 Gamping".

2. METODE/PERANCANGAN/MATERIAL

Penelitian ini menggunakan analisis deskriptif dengan pendekatan kuantitatif. Penelitian deskriptif adalah penelitian yang dilakukan tanpa membuat perbandingan atau menghubungkan antar variabel, untuk mengetahui nilai dari satu atau lebih variabel independent yang bertujuan untuk menggambarkan secara signifikan fenomena yang diteliti (10). Cara dan alat pengumpulan data pada penelitian ini menggunakan kuisioner yang terdiri dari 15 pertanyaan mengenai definisi, lama menstruasi, gejala, penyebab dan penanganan menstruasi, hasil ukur yaitu sangat baik: 85–100% (13-15 jawaban benar), baik: 65-84% (10-12 jawaban benar), cukup: <64% (<10 jawaban benar).

Variabel penelitian ini adalah pengetahuan tentang dismenore pada remaja putri. Lokasi penelitian dilakukan di SMP Muhammadiyah 1 Gamping. Populasi yang digunakan pada penelitian ini adalah seluruh siswi SMP Muhammadiyah 1 Gamping kelas VIII dan IX sejumlah 66 siswi dan sudah mengalami menstruasi. Berdasarkan studi pendahuluan terhadap 15 siswi didapatkan 13 orang (86,6%) mengalami dismenore dan 2 orang siswi (14,4%) tidak mengalami dismenore. Adapun teknik pengolahan data pada penelitian ini menggunakan *editing, coding, entry, cleaning, tabulating*. Sedangkan analisis data menggunakan analisa univariat. Analisis univariat dilakukan secara manual dengan melihat kategori sangat baik, baik, dan cukup dengan nilai tertinggi 15(100%) dan nilai terendahnya 0 (0%).

3. HASIL DAN PEMBAHASAN

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa usia saat ini yakni 13-14 tahun sebanyak 33 siswa 50%, sedangkan usia 15-16 tahun sebanyak 33 siswa 50%. Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa subjek penelitian yang sudah mengalami *menarche* dini sebanyak 51 siswi 77,3% sedangkan *menarche* pada kondisi (22,7%), sedangkan subjek penelitian yang mengalami *menarche* lambat didapatkan 0 (0%).

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Usia Subjek Penelitian

Usia	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Usia 13-14 Tahun	33	50,0
Usia 15-16 Tahun	33	50,0
Total	66	100,0

Tabel 2. Distribusi Frekuensi Usia Menarche

Usia menarche	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Menarche dini usia 12 tahun	51	77,3
Menarche normal usia 13-16 tahun	15	22,7
Menarche lambat usia 17 tahun	0	0,0
Total	66	100

Hasil analisis data menunjukkan bahwa yang sudah mengalami *menarche* dini sebanyak 77,3% sedangkan *menarche* normal sebanyak 22,7%. Kemudian pada siswi *menarche* lambat didapatkan 0%. Berdasarkan tabel 1. Hasil analisis data menunjukkan bahwa usia saat ini yakni 13-14 tahun sebanyak 33 siswa 50%, sedangkan usia 15-16 tahun sebanyak 33 siswa 50%. Karakteristik usia dapat memengaruhi pengetahuan, dengan bertambahnya usia seseorang, kemudian akan terjadinya perubahan pada aspek fisik, dan psikologi (mental) pada aspek psikologis atau maupun aspek mental saraf berpikir seseorang akan semakin matang dan dewasa. Pada tahap ini remaja mulai mencari identitas diri, mulai timbul keinginan untuk berkencan, memiliki rasa cinta yang mendalam, mengembangkan kemampuan berpikir secara abstrak, dan mulai berkhayal mengenai aktivitas seksual. Membuktikan bahwa pada usia tersebut rasa ingin tahu semakin tinggi sehingga para remaja berusaha untuk memperoleh informasi dan pengetahuan yang lebih.

Pada usia tersebut juga terjadi perkembangan mental dan pemahaman yang lebih baik serta lebih cepat dibanding dengan sehingga anak akan cenderung memiliki pengetahuan yang lebih luas dari orang tua dengan Pendidikan yang semakin tinggi (11). Salah satu faktor yang memengaruhi pengetahuan adalah umur semakin bertambahnya umur akan berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan yang dimiliki dan bagaimana cara mendapatkan informasi tersebut. Apabila seseorang memiliki umur yang cukup maka akan memiliki pola pikir dan pengalaman yang matang pula. Umur akan sangat berpengaruh terhadap daya tangkap sehingga pengetahuan diperoleh akan semakin baik (12).

Berdasarkan hasil analisis data menunjukkan bahwa pengetahuan siswi tentang *dismenore* sangat baik yakni sebesar 6,1%, sedangkan kategori baik 42,4% dan kategori cukup 51,5%. Mayoritas sudah menjawab pertanyaan dengan benar pertanyaan nomor 7 dan 10 mengenai penyebab dan penanganan kemudian yang menjawab belum benar pada nomor 3 mengenai apakah nyeri haid yang berlebihan merupakan penyakit dan 14 mengenai penyebab dan pengobatan nyeri haid. Hal ini menunjukkan bahwa data terbanyak didapatkan cukup sebesar 51,5%, maka penelitian ini masuk ke dalam kategori baik.

Tabel 3. Gambaran Pengetahuan Dismenore

Pengetahuan dismenore	Frekuensi (n)	Persentase (%)
Sangat Baik	4	6,1
Baik	28	42,4
Cukup	34	51,5
Total	66	100,0

Hasil analisis data menunjukkan bahwa pengetahuan siswi tentang dismenore sangat baik yakni sebesar 6,1%, sedangkan kategori baik 42,4%, dan kategori cukup 51,5%. Mayoritas sudah menjawab pertanyaan dengan benar pertanyaan nomor 7 dan 10 mengenai penyebab dan penanganan kemudian yang menjawab belum benar pada nomor 3 dan 14 mengenai definisi dan penanganan. Hal ini menunjukkan bahwa data terbanyak didapatkan cukup sebesar 51,5%, maka penelitian ini masuk ke dalam kategori cukup. Dari pengetahuan siswi mengenai pengetahuan dismenore didapatkan ada yang sudah paham dan ada juga yang belum faham dari program di SMP Muhammadiyah 1 Gamping mengenai dismenore belum ada akan tetapi terdapat di mata pelajaran biologi yaitu tentang kesehatan reproduksi. Maka masih perlu program tentang dismenore dapat berupa kegiatan edukasi atau kerjasama dengan puskesmas setempat untuk meningkatkan pengetahuan dan penanganan dismenore pada remaja putri agar pengetahuan siswi menjadi lebih baik lagi dan juga belum ada dari pihak sekolah bekerjasama dengan perguruan tinggi maupun puskesmas mengenai edukasi tentang kesehatan reproduksi. Pengetahuan dismenore responden yang kurang baik karena kurangnya pihak sekolah memberi informasi tentang pengetahuan dismenore.

Dalam pembelajaran maupun media penyampaian informasi lainnya dilingkungan keluarga dan orang tua juga masih jarang diberikan informasi tentang dismenore, selain itu umur responden mempengaruhi perilaku dalam menghadapi dismenore, itu sebabnya responden juga kurang mengetahui tentang penatalaksanaan dismenore pada remaja putri dalam mengatasi dismenore saat menstruasi terjadi sehingga remaja putri tidak pernah dilakukan pemeriksaan diri kepetugas Kesehatan. Selain itu kurangnya minat untuk mencari informasi terkait perilaku yang tepat dapat dilakukan selama dismenore. Pengetahuan merupakan hasil tahu dan terjadinya setelah orang mengadakan penginderaan terhadap suatu objek tertentu. Penginderaan terhadap objek terjadinya melalui panca Indera manusia yakni penglihatan, pendengaran, penciuman, rasa dan raba dengan sendirinya. Sumber informasi yang diperoleh dari berbagai sumber maka seseorang cenderung mempunyai pengetahuan yang luas. Pengetahuan tentang dismenore yang didapatkan dari berbagai sumber seperti buku, media massa, Pendidikan, atau melalui kerabat. Adanya informasi baru mengenai suatu hal dari media massa memberikan landasan kognitif baru lagi terbentuknya pengetahuan terhadap hal tersebut (13).

Berdasarkan hasil penelitian dari terdahulu mengatakan bahwa setiap Perempuan memiliki gangguan menstruasi yang berbeda. Jenis gangguan menstruasi yang banyak dialami Perempuan adalah dismenore. Sedangkan hasil penelitian dari Susilowati, mengatakan bahwa sebagian besar pengetahuan manusia diperoleh melalui mata dan telinga. Hasil penelitian ini juga didukung oleh penelitian sebelumnya yang dilakukan oleh Garnadi yang meneliti tentang gambaran pengetahuan dismenore siswi padaherang (14). Hasil penelitian menunjukkan pengetahuan remaja putri rata-rata didapatkan 62,5% cukup baik. Hasil penelitian ini menunjukkan pengetahuan sudah baik. Menurut peneliti, pengetahuan berpengaruh terhadap cara menghadapi nyeri dismenore. Pengetahuan remaja putri yang kurang dalam mengetahui cara mengatasi saat mengalami dismenore seperti nyeri yang terkadang meluas hingga punggung dan paha yang membuat remaja putri tidak bisa mengatasi nyeri dismenore sehingga dapat mengganggu kegiatan sehari-hari. Banyaknya pengetahuan yang dimiliki remaja putri tentang cara menghadapi nyeri dismenore, maka remaja putri dapat menghadapi nyeri dismenore dengan baik (15).

4. KESIMPULAN DAN SARAN

Sebagian besar subjek penelitian berusia 15-16 tahun. Remaja putri yang sudah mengalami *menarche* dini sebesar 77,3%, *menarche* normal sebesar 22,7%, dan tidak ada yang mengalami *menarche* lambat. Pengetahuan remaja putri tentang dismenore sangat baik 6,1%, kategori baik 42,4%, dan kategori cukup 51,5%. Pengetahuan tentang dismenore yang paling banyak dijawab benar tentang penyebab dan penanganan dismenore sedangkan pertanyaan yang masih banyak dijawab salah tentang definisi penanganan dismenore.

DAFTAR PUSTAKA

- (1) Darsini, Fahrurrozi, Cahyono EA. Pengetahuan ; Artikel Review. J Keperawatan. 2019;12(1):97.
- (2) Dewi Utari A, Trisetiyaningsih Y. Pengaruh Pendidikan Kesehatan Tentang Dismenore Terhadap Sikap Remaja Putri Dalam Menangani Dismenore. Media Ilmu Kesehat. 2019;6(1):63–70.
- (3) Nur A. Pengetahuan Penatalaksanaan Dismenore Remaja Putri. 2023;
- (4) Garnadi WR, Nugraha D, Harun N, Ismail R. Gambaran Hubungan Tingkat Pengetahuan Dismenorea Siswi Kelas VIII SMPN 1 Padaherang T.A 2022/2023 Kecamatan Padaherang Kabupaten Pangandaran. Pharm Genius. 2023;2(3):208–18.
- (5) Handayani R. Faktor Yang Mempengaruhi Kejadian Dismenorea Pada Remaja Putri Kelas X Di SMA Swasta Muhammadiyah 10 Rantauprapat Tahun 2020. J Gentle Birth [Internet]. 2022;5(1):50–9. Available from: <http://midwifery.journalsenior.com/index.php/ms/article/view/57>
- (6) Irianti B. Faktor-Faktor yang Mempengaruhi Kejadian Dismenore pada Remaja. Menara Ilmu. 2018;7(10):8–13.
- (7) Misliani A, Mahdalena, Syamsul F. Penanganan Dismenore Cara Farmakologi dan Nonfarmakologi. J Citra Keperawatan. 2019;7(1):23–32.
- (8) Ngatini SH, Widuri H, Ratnawati A. Literature Review: Pengaruh Kompres Hangat Terhadap Nyeri Dismenorea Pada Remaja. Lentera J Ilm Kesehat dan Keperawatan. 2022;5(1):34–46.
- (9) Setyawati N. Metodologi Riset Kesehatan [Internet]. Eureka Media Aksara. 2023. 89 p. Available from: <http://www.nber.org/papers/w16019>
- (10) Purbowati N, Follona W, Wijayanti ME. Pengaruh Video dan Leaflet tentang Menstruasi terhadap Kesiapan dalam Menghadapi *Menarche*. J Bidan Cerdas. 2021;3(1):1–9.
- (11) Rustam E. Gambaran Pengetahuan Remaja Puteri Terhadap Nyeri Haid (Dismenore). J Kesehat Andalas. 2015;4(1):286–90.
- (12) Salamah U. Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja Putri terhadap Perilaku Penanganan Dismenore. J Ilm Kebidanan Indones. 2019;9(03):123–7.
- (13) Sulaeman. Pengetahuan Remaja Putri Tentang Kompres Hangat Mengurangi Nyeri Dismenore. J Keperawatan Terpadu (Integrated Nurs Journal). 2019;1(2):25.
- (14) Syafriani; Aprilla NZZ. Hubungan Status Gizi Dan Umur *Menarche* Dengan Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri di SMAN 2 Bangkinang Kota 2020. J Ners [Internet]. 2021;5(23):32–7. Available from: <https://journal.universitaspahlawan.ac.id/index.php/ners/article/view/1676/1255>
- (15) Winengsih E, Yuliani M. Pengaruh Akupresure SP 6 Terhadap Tingkat Dismenore Pada Remaja Putri Smk Pasundan Jatinangor. J Keperawatan dan Kebidanan. 2024;7(1):70–7.