

**HUBUNGAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN DERAJAT NYERI *DISMENOREA*
TERHADAP TERAPI PENYEMBUHAN PADA SISWI SEKOLAH MENENGAH ATAS
(SMA) NEGERI 1 ULUJAMI KABUPATEN PEMALANG**

Nila Mayasari ¹⁾ St. Rahmatullah ²⁾ Lia Dwi Prafitri

Fakultas Ilmu Kesehatan

Universitas Muhammadiyah Pekajangan Pekalongan

Jl. Raya Ambokembang No.8 Pekajangan – Pekalongan 51172

Email : nilamayasari96@gmail.com

Abstrak : *Dismenorea* yaitu salah satu penyebab gangguan menstruasi yang sering dialami pada wanita, baik saat mengalami nyeri dari tingkat ringan, sedang dan berat. Pengetahuan seseorang diperoleh dari indra pendengaran, indra penglihatan. Penanganan dapat dilakukan dengan baik secara farmakologi dan non farmakologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui hubungan tingkat pengetahuan dan derajat nyeri *dismenorea* terhadap terapi penyembuhan pada siswi SMA Negeri 1 Ulujami Kabupaten Pemalang. Desain penelitian ini adalah observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Penelitian ini menggunakan *Purposive Sampling*. Populasi penelitian ini sebanyak 179 siswi jurusan IPS kelas X, XI, XII di SMA N 1 Ulujami, yang memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi. Data dianalisis dengan uji *Chi-Square*. Hasil penelitian univariat menunjukkan tingkat pengetahuan cukup (87.2%), derajat nyeri ringan dan sedang (83,2%), dan terapi penyembuhan non farmakologi (64.2%). Hasil analisis bivariat ada hubungan yang signifikan antara pengetahuan *dismenorea* dengan terapi penyembuhan *dismenorea* dengan nilai (*P value* 0,02), dan ada hubungan signifikan antara derajat nyeri *dismenorea* dengan terapi penyembuhan *dismenorea* dengan nilai (*P value* 0,00). Penelitian ini dapat dijadikan sebagai bahan informasi untuk menambah pengetahuan dan derajat nyeri terhadap terapi penyembuhan *dismenorea*.

Kata kunci : *Dismenorea*, Pengetahuan, Terapi Penyembuhan.

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa peralihan dari fase anak menuju fase dewasa, sejak usia 12-21 tahun dimana masa tersebut akan mengalami proses pematangan yaitu pematangan biologis, fisik dan psikologi (Ariani *et al*, 2010). Menurut *World Health Organization* (WHO) masa remaja

merupakan masa peralihan dari masa anak-anak menuju dewasa, dimana masa tersebut mengalami masa pertumbuhan sangat pesat termasuk fungsi reproduksi sehingga akan mempengaruhi perubahan perkembangan fisik, mental (Kumalasari dan Andhyantoro, 2012).

Menurut *World Health Organization* (WHO) angka kejadian dismenorea tahun 2011 di Indonesia sebanyak 64,25% yang terdiri dari 54,89% dismenorea primer dan 9,36% dismenorea sekunder. Provinsi di Jawa Tengah tahun 2013 angka kejadian dismenorea sebesar 56%. Dismenorea terjadi pada remaja dengan prevalensi sekitar 43% hingga 93%, dimana sekitar 74-80% remaja mengalami dismenorea ringan, sementara angka kejadian remaja mengalami nyeri panggul sebanyak 25-38% sedangkan remaja yang tidak memberikan respon positif terhadap penanganan nyeri haid sebanyak 67%. Wanita di Indonesia yang mengalami dismenorea lebih banyak diobati dengan mengkonsumsi obat penghilang rasa nyeri (Hestiantoro, 2012).

Masyarakat beranggapan bahwa dismenorea akan hilang setelah menikah, sehingga membiarkan gangguan nyeri tersebut (Marmi, 2015). Beberapa cara yang dapat dilakukan untuk menghilangkan sakit

perut saat dismenorea yaitu kompres air hangat pada bagian yang terasa kram, mandi air hangat, menggosok-gosok perut yang sakit, tarik nafas secara perlahan-lahan untuk relaksasi (Proverawati dan Misaroh, 2009). Menggunakan obat analgesik yang dapat meredakan nyeri dengan cara memblok prostaglandin yang menyebabkan nyeri (Andrew dan Gilly, 2009).

Dismenorea lebih banyak ditemukan pada wanita yang mengalami tingkat stress tinggi dan sedang, dibandingkan wanita yang mengalami tingkat stress rendah. Faktor yang terpenting yaitu pendidikan, umur, nilai kepercayaan, budaya dan emosi. Pengetahuan yang lebih baik akan membantu remaja dalam menghadapi masalah nyeri dismenorea sehingga hidup akan lebih baik (Hartati *et al*, 2012).

Studi pendahuluan merupakan salah satu langkah yang dilaksanakan jika kita menginginkan dan melihat variabel, populasi/ sampel yang ingin diteliti dengan

asumsi data yang ada belum memenuhi untuk kepentingan penelitian. Pada studi pendahuluan tentang pengetahuan *dismenorea* dilakukan pada tanggal 1 Oktober – 11 Oktober 2019, masing-masing 20 siswi SMA Se-Kabupaten Pemalang dari 11 Sekolah yang tertinggi yaitu SMA N 1 Comal sebanyak 8 siswi (0,4%) sedangkan sekolah yang terendah yaitu SMA N 3 Pemalang sebanyak 0 siswi (0%) dan SMA N 1 Ulujami 0 siswi (0%).

Berdasarkan latar belakang di atas, peneliti tertarik untuk mengambil judul “hubungan tingkat pengetahuan terhadap terapi penyembuhan pada siswi SMA Negeri 1 Ulujami Kabupaten Pemalang”.

METODE

Jenis penelitian yang digunakan adalah metode penelitian observasional dengan pendekatan *cross sectional*. Populasi penelitian ini yaitu siswi kelas X, XI, XII jurusan IPS di SMA N 1 Ulujami yaitu sebanyak 179 siswi. Metode pengambilan

sampel menggunakan teknik *Purposive Sampling* yang sudah memenuhi kriteria inklusi dan eksklusi.

HASIL dan PEMBAHASAN

A. Hasil Penelitian

Analisis Univariat

Tabel 1 Tingkat pengetahuan *dismenorea*

Tingkat Pengetahuan	Jumlah Responden	Persen (%)
Cukup	156	87.2
Kurang	23	12.8
Total	179	100.0

(Data diolah, 2019)

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan *dismenorea*, dapat diketahui bahwa dari 179 responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 156 siswi dengan jumlah persentase (87,2%).

Tabel 2 Derajat nyeri *dismenorea*

Derajat Nyeri	Jumlah Responden	Persen (%)
Nyeri ringan dan sedang	149	83.2
Nyeri hebat	30	16.8
Total	179	100.0

(Data Diolah, 2019)

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa derajat nyeri dismenorea dapat dilihat dengan cara menggunakan *Visual Analogue Scale* (VAS) yang diberikan kepada responden dengan skor yang paling banyak dirasakan yaitu nyeri ringan dan sedang sebanyak 149 siswi (83,2%).

Tabel 3 Terapi penyembuhan *dismenorea*

Terapi Penyembuhan	Jumlah Responden	Persen (%)
Farmakologi	11	6.1
Non farmakologi	115	64.2
Gabungan farmakologi dan non farmakologi	53	29.6
Total	179	100.0

(Data diolah, 2019)

Dari tabel diatas dapat diperoleh hasil dari 179 responden, yang memiliki upaya penanganan dismenorea yang paling banyak yaitu terapi non farmakologi sebanyak 115 siswi dengan jumlah persentase (64.2%).

Analisis Bivariat

Tabel 4 Hubungan tingkat pengetahuan dismenorea terhadap terapi penyembuhan *dismenorea* di SMA N 1 Ulujami tahun 2019

Tingkat Pengetahuan	Terapi Penyembuhan			Total	P value
	Farmakologi	Non farmakologi	Gabungan farmakologi dan non farmakologi		
Cukup	6	100	50	156	0,02
Kurang	5	15	3	23	
Total	11	115	53	179	

(Data diolah, 2019)

Dapat diketahui bahwa hasil *P value* sebesar 0,02 yang berarti lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan diterima. Hal ini dapat diartikan bahwa “Ada hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap terapi penyembuhan dismenorea.

Tabel 5 Hubungan derajat nyeri dismenorea terhadap terapi penyembuhan *dismenorea* di SMA N 1 Ulujami tahun 2019

Derajat Nyeri	Terapi Penyembuhan			Total	<i>P value</i>
	Farmakologi	Non farmakologi	Gabungan farmakologi dan non farmakologi		
Nyeri ringan dan sedang	7	108	34	149	0,00
Nyeri hebat	4	7	19	30	
Total	11	115	53	179	

(Data Diolah, 2019)

Dapat diketahui bahwa hasil *P value* sebesar 0,00 yang berarti lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan diterima. Hal ini dapat diartikan bahwa “Ada hubungan antara derajat nyeri terhadap terapi penyembuhan dismenorea.

B. Pembahasan

Analisis Univariat

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa tingkat pengetahuan *dismenorea*, dapat diketahui bahwa dari 179 responden memiliki pengetahuan cukup sebanyak 156 siswi dengan jumlah persentase (87,2%). Hal ini dapat dikaitkan dengan adanya pengalaman mengenai masalah *dismenorea*, sehingga responden dapat melakukan upaya penurunan nyeri saat *dismenorea*.

Sebagian besar remaja selalu ingin mencari tahu hal-hal yang baru dari sumber informasi melalui internet, sehingga responden lebih banyak mendapatkan pengetahuan akan *dismenorea*. Internet merupakan sumber informasi yang tak terbatas, dimana remaja rasa ingin tahu yang tinggi dapat mengakses melalui internet untuk mendapatkan pengetahuan lebih banyak dalam melakukan terapi penyembuhan *dismenorea*. Pengetahuan

seseorang dapat informasi melalui pendengaran, penglihatan dan pengalaman secara langsung.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa derajat nyeri *dismenorea* dapat dilihat dengan cara menggunakan *Visual Analogue Scale* (VAS) yang diberikan kepada responden dengan skor yang paling banyak dirasakan yaitu nyeri ringan dan sedang sebanyak 149 siswi (83,2%). Sedangkan penelitian yang dilakukan Rakhma (2012), menunjukkan hasil yang dirasakan yaitu nyeri ringan sebanyak 60 siswi dan sebagian kecil siswi mengalami *dismenorea* derajat nyeri berat. Hal ini dapat dilihat dari hasil frekuensi skala nyeri *dismenorea* pada remaja SMK Arjuna Depok.

Dari hasil penelitian menunjukkan bahwa dari 179 responden, yang memiliki upaya penanganan *dismenorea* yang paling banyak yaitu terapi non farmakologi sebanyak 115 siswi dengan

jumlah persentase (64.2%) karena dapat dilakukan sendiri. Kepercayaan terhadap diri sendiri dapat dipengaruhi oleh pengalaman yang sudah dialaminya, kepercayaan ini dapat merasa tidak perlu lagi menggunakan obat anti nyeri.

Analisis Bivariat

Dari hasil penelitian dapat diketahui tingkat pengetahuan di SMA N 1 Ulujami sebagian besar pengetahuan cukup terhadap penyembuhan sebanyak 156 siswi, kurang sebanyak 23 siswi. Dapat diketahui bahwa hasil *P value* sebesar 0,02 yang berarti lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan diterima. Hal ini dapat diartikan bahwa “Ada hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap terapi penyembuhan dismenorea. Berdasarkan adanya pengalaman yang mempengaruhi seseorang, dari pengalaman tersebut seseorang akan menambah pengetahuannya. Penanganan akan terapi penyembuhan dismenorea didapatkan dari

informasi melalui dari media cetak, media elektronik, keluarga dan sumber lainnya (Kristina, 2010).

Hasil penelitian menunjukkan remaja memperoleh informasi tentang dismenorea dari media cetak dan elektronik, sehingga pihak sekolah diharapkan berperan penting dalam memberikan informasi dan penyuluhan mengenai kesehatan reproduksi remaja terutama berkaitan tentang dismenorea. Penyuluhan dapat dilakukan dengan cara menambah materi pelajaran tentang akan pentingnya kesehatan reproduksi wanita. Semakin tinggi tingkat pendidikan seseorang maka semakin tinggi tingkat pengetahuan dismenorea.

Dari hasil penelitian dapat diketahui tingkat pengetahuan di SMA N 1 Ulujami sebagian besar mengalami nyeri ringan dan sedang terhadap penyembuhan sebanyak 149 siswi, hebat sebanyak 30 siswi. Dapat diketahui bahwa hasil *P value*

sebesar 0,00 yang berarti lebih kecil dari 0,05 maka dapat disimpulkan diterima. Hal ini dapat diartikan bahwa “Ada hubungan antara tingkat pengetahuan terhadap terapi penyembuhan dismenorea.

Menurut Syahminan (2017), menyatakan bahwa dalam penatalaksanaan nyeri banyak hal yang dapat dilakukan untuk mengurangi nyeri dismenorea, baik melalui terapi farmakologi atau non-farmakologi. Terapi farmakologi dapat menggunakan obat untuk mengurangi nyeri tetapi dapat berdampak buruk bagi tubuh diantaranya yaitu mual, muntah, alergi dan lain-lain. Terapi non-farmakologi bisa dilakukan dengan cara pijatan pada pinggang, kompres hangat, olahraga dan lain-lain.

KESIMPULAN

1. Sebagian besar remaja memiliki pengetahuan yang cukup tentang *dismenorea* sebesar 87.2%.

2. Sebagian besar remaja saat melakukan terapi penyembuhan menggunakan terapi non farmakologi karena dapat dilakukan sendiri sebesar 64.2%.
3. Sebagian besar remaja mengalami tingkat nyeri dismenorea paling banyak dirasakan yaitu nyeri ringan dan sedang sebesar 83,2%.
4. Ada hubungan antara tingkat pengetahuan *dismenorea* dengan terapi penyembuhan *dismenorea* didapatkan hasil nilai *P value* 0.02.
5. Ada hubungan antara derajat nyeri *dismenorea* dengan terapi penyembuhan *dismenorea* didapatkan hasil nilai *P value* sebesar 0.00 ($P < 0,05$).

SARAN

1. Bagi peneliti selanjutnya dapat menjadi bahan referensi untuk mengetahui tingkat pengetahuan dan derajat nyeri terhadap terapi penyembuhan *dismenorea*.

2. Bagi SMA N 1 Ulujami Kabupaten Pemalang sebaiknya bekerja sama dengan Dinas Kesehatan setempat untuk memberikan informasi seputar kesehatan dan baik itu untuk usia dewasa maupun remaja tentang kesehatan reproduksi.

DAFTAR PUSTKA

1. Andrew dan Gilly. 2009. *Buku Ajar Kesehatan Reproduksi Wanita*. Jakarta: EGC.
2. Ariani, Niken dan Haryanto. 2010. *Pembelajaran Multimedia di Sekolah*. Jakarta: Prestasi pustaka.
3. Hartati, Munjiati dan Khaerunisa. 2012. Mekanisme Koping Mahasiswi Keperawatan dalam Menghadapi Dismenorea. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Keperawatan*, 8 (1), p. 25-31
4. Hestiantoro. 2012. *Best practices on imperial (infertility, menopause, pcos, endometriosis, recurrent miscarriage, invitro fertilization, adolescent gynecology, luterine bleeding*. Jakarta: Sagung Seto.
5. Kristina. 2010. *Dismenorea Primer*. Jakarta: Balai Pustaka.
6. Kumalasari S dan Andhyantoro I. 2012. *Kesehatan Reproduksi Untuk Mahasiswa Kebidanan Dan Keperawatan*. Jakarta: Salemba Medika.
7. Marmi. 2015. *Kesehatan Reproduksi*. Yogyakarta: Pustaka Pelajar.
8. Proverawati dan Misaroh. 2009. *Menarche Menstruasi Pertama Penuh Makna*. Yogyakarta: Nuha Medika.
9. Rakhma, A. 2012. Gambaran derajat dismenorea dan upaya penanganannya pada siswi sekolah menengah kejuruan arjuna Depok Jawa Barat. *Skripsi*. Universitas Islam Negeri Syarif Hidayatullah Jakarta.
10. Syahminan V.T., Dahlan A. 2017. Pengaruh Terapi Kompres Hangat Terhadap Nyeri Haid (*Dismenorea*)

Pada Siswi SMK Perbankan Simpang

Haru Padang. *Jurnal*. STIKes Ranah

Minang Padang.