

## Efektifitas Pendidikan Kesehatan terhadap Penurunan Nyeri Disminorea pada Remaja di SMPN 15 Makassar

Sunarti <sup>1</sup>, Andi Sulastri <sup>2</sup>, Mutmainna Kamaruddin <sup>3</sup>, Andi Basniati <sup>4</sup>

<sup>1-4</sup> Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Nani Hasanuddin Makassar

Email: <sup>1</sup> [unasunarti92@gmail.com](mailto:unasunarti92@gmail.com), <sup>2</sup> [andisulastri@gmail.com](mailto:andisulastri@gmail.com), <sup>3</sup> [uchibdn@gmail.com](mailto:uchibdn@gmail.com), <sup>4</sup> [andibasniati90@gmail.com](mailto:andibasniati90@gmail.com)

Email Penulis Korespondensi: [unasunarti92@gmail.com](mailto:unasunarti92@gmail.com)

### Article History:

Received Des 27<sup>th</sup>, 2023

Revised Jan 30<sup>th</sup>, 2024

Accepted Feb 1<sup>st</sup>, 2024

### Abstrak

Latar Belakang: Dismenore merupakan nyeri haid yang dirasakan wanita pada saat menstruasi yang disebabkan oleh pelepasan prostaglandin yang berlebihan. Ini meningkatkan kontraksi rahim, menyebabkan rasa sakit saat menstruasi. Tujuan: untuk meningkatkan pengetahuan remaja putri tentang dismenorhe di SMPN 15 Makassar. Metode: Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi eksperimen dengan desain One Group Pretest and Posttest. Jumlah sampel sebagai responden sebanyak 20 orang yang diambil dengan menggunakan total sampling. Lokasi penelitian di SMPN 15 Makassar. Hasil Penelitian: Analisis menggunakan Mc Nemar dengan p value = 0,00 < 0,05. Tingkat pengetahuan sebelum diberikan intervensi sebanyak 16 orang (80%) berpengetahuan kurang dan hanya 4 orang berpengetahuan baik (20%), setelah diberikan intervensi hanya 3 orang (15%) berpengetahuan kurang dan berpengetahuan baik. meningkat menjadi 17 orang (85%). Berdasarkan hasil uji statistik diperoleh nilai p value = 0,00 < 0,05 artinya terdapat pengaruh yang signifikan antara pemberian pendidikan kesehatan tentang dismenore terhadap peningkatan pengetahuan remaja putri di SMPN 15 Makassar.

**Kata Kunci :** Pendidikan kesehatan, Dismenore, Remaja

### Abstract

*Background: Dysmenorrhea is menstrual pain felt by women during menstruation, caused by excessive release of prostaglandins. It increases uterine contractions, causing pain during menstruation. Objective: to increase young women's knowledge about dismenorhe at SMPN 15 Makassar. Method: This research uses a quasi-experimental type of research with a One Group Pretest and Posttest design. The number of samples as respondents was 20 people taken using total sampling. The research location is at SMPN 15 Makassar. Research results: Analysis using Mc Nemar with p value = 0.00 < 0.05. The level of knowledge before the intervention was given was 16 people (80%) had poor knowledge and only 4 people had good knowledge (20%), after being given the intervention, only 3 people (15%) had poor knowledge and good knowledge increased to 17 people (85%). Based on the results of statistical tests, the p value = 0.00 < 0.05, meaning there is a significant influence between providing health education about dysmenorrhea on increasing adolescent knowledge. Health education about dysmenorrhea is effective in increasing the knowledge of young women at SMPN 15 Makassar.*

**Keyword :** Health education, Dysmenorrhea, Adolescents

## 1. PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan masa transisi atau peralihan dari masa kanak-kanak menuju masa dewasa. Pubertas adalah salah satu tanda paling umum di kalangan remaja (Qomariah S et al., 2022). Perubahan fisik yang terjadi pada remaja pada masa pubertas juga diiringi dengan kematangan emosi dan mental. Pada remaja putri, terjadi perubahan fisik antara lain perubahan organ reproduksi yang menandakan akan datangnya menstruasi (Shellas ih et al., 2020).

Berbagai permasalahan yang dialami saat menstruasi merupakan permasalahan wanita yang sering dikeluhkan remaja putri, seperti gangguan menstruasi, menoragia, dismenore dan gejala terkait lainnya. Di antara keluhan-keluhan tersebut, dismenore merupakan keluhan yang paling sering dilaporkan, terjadi pada 60-90% remaja, dan merupakan penyebab utama ketidakhadiran sekolah dan berkurangnya aktivitas sehari-hari. Penelitian sebelumnya telah melaporkan hubungan antara skor kecemasan dan nyeri dengan kualitas hidup pada remaja penderita dismenore (Juliana, I et al., 2019).

Organisasi kesehatan dunia (WHO) angka kejadian dismenore di seluruh dunia sangat tinggi, rata-rata lebih dari 50% wanita di setiap Negara mengalami dismenore. Menurut penelitian epidemiologi yang dilakukan di Amerika Serikat diperkirakan hampir 90% wanita mengalami dismenore dan 10 hingga 15% wanita mengalami dismenore berat yang menghalangi mereka untuk melakukan aktivitas (WHO, 2019).

Di Indonesia, angka kejadian dismenore tahun 2018 sangat tinggi, itu terlihat 60 hingga 70% wanita menderita dismenore di Indonesia. Dampak dismenore Utama di Indonesia sebesar 54,89%, dimana sisanya 45,11% yaitu tipe sekunder (Kementerian Kesehatan Indonesia, 2019).

Berdasarkan profil Kesehatan Provinsi Sulawesi Selatan tahun 2018, angka kejadian dismenore cukup tinggi yaitu tingkat nyeri ringan sebesar 57,7%, nyeri sedang 38,5%, dan nyeri berat sebesar 3,8%. Hal ini menunjukkan bahwa banyaknya remaja putri mengalami dismenore (Dinkes Propinsi SulSel, 2018).

Banyak remaja putri, terutama di negara berkembang, memiliki sedikit pengetahuan tentang dismenore dan masalah menstruasi lainnya, Meskipun dismenore merupakan hal yang umum terjadi (Awad et al., 2019). Oleh karena itu, sangat penting untuk memberikan edukasi kepada remaja putri dan menyadarkan mereka akan gejala-gejala yang normal dan tidak normal pada saat menstruasi, serta menyarankan remaja putri untuk mencari pertolongan medis jika mengalami permasalahan seperti dismenore yang dapat menimbulkan permasalahan pada tingkat reproduksi (Manafe et al., 2021).

Kurangnya pengetahuan juga menjadi salah satu faktor penyebab remaja putri mengalami dismenore berat. Kebanyakan remaja putri memperoleh informasi tentang dismenore melalui sarana elektronik seperti internet. Sangat jarang remaja menemui penyedia layanan kesehatan untuk mengatasi nyeri menstruasi, ketika mengalami dismenore mereka lebih memilih beristirahat di klinik sekolah. Oleh karena itu remaja putri seringkali meminta izin untuk beristirahat di klinik sekolah pada jam pelajaran, bahkan ada yang meminta izin pulang untuk beristirahat. Padahal, penting untuk mendapatkan informasi dari tenaga medis mengenai cara mengatasi nyeri menstruasi yang benar agar aktivitas tidak terganggu (Prautami et al., 2020).

Penelitian Prautami dan Dewi (2020) "Pengaruh Pendidikan Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Tentang Dismenore" menunjukkan terjadi peningkatan pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan tentang dismenore yakni dari 3 meningkat menjadi 6. Penelitian yang lain Saputra (2021) Pendidikan kesehatan tentang dismenore berpengaruh terhadap upaya remaja dalam mengurangi nyeri menstruasi (dismenore primer). Hal ini dijelaskan oleh adanya pengaruh pendidikan kesehatan terhadap upaya remaja putri saat mengalami nyeri menstruasi (dismenore).

Pendidikan kesehatan merupakan upaya edukasi kepada masyarakat agar siap melakukan tindakan untuk mendukung dan meningkatkan kesehatan mereka. Perubahan atau tindakan untuk menunjang dan meningkatkan kesehatan yang dikembangkan oleh pendidik kesehatan berdasarkan pengetahuan dan kesadarannya selama proses pendidikan. Masyarakat yang berpartisipasi dalam proses pembelajaran dapat memperoleh pengetahuan melalui berbagai jenis alat atau media pembelajaran. Berdasarkan pemaparan tersebut maka penulis tertarik untuk melakukan penelitian pada remaja dengan judul "Efektifitas Pendidikan Kesehatan Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di SMPN 15 Makassar".

## 2. METODOLOGI PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan jenis penelitian quasi eksperimen dengan desain One Group Pretest and Posttest. Pada penelitian ini responden terlebih dahulu dilakukan tes awal (pretest) untuk mengetahui sejauh mana pemahaman responden tentang dismenorhe. Setelah diberikan pre-test, selanjutnya akan diberikan pendidikan tentang disminorhe. Responden kemudian diberikan tes akhir (post-test) untuk mengetahui sejauh mana pemahaman mereka tentang disminorhe setelah diberikan pendidikan. Populasi penelitian ini yaitu remaja putri SMPN 15 Makassar yang berjumlah 120 siswi. Metode pengambilan sampel yang digunakan dalam penelitian ini adalah total sampling. Pengambilan sampel populasi adalah teknik pengambilan sampel yang seluruh anggota populasi dijadikan sampel. Sampel penelitian ini terdiri dari siswi kelas IX SMPN 15 Makassar. Untuk menentukan apakah suatu sampel layak mewakili populasi, sampel tersebut harus memenuhi kriteria inklusi. Dalam penelitian ini data sekunder yang diperoleh adalah jumlah siswi SMPN 15 Makassar kelas IX. Dalam penelitian data primer yang yang diperoleh langsung dari siswi khususnya pengetahuan tentang disminorhe. Alat ukur pengumpulan data yang digunakan dalam penelitian ini adalah kuesioner. Analisis data dilakukan dengan uji Mc Nemar dengan  $\alpha$  0,05 untuk mengetahui perbedaan tingkat pengetahuan sebelum dan setelah diberikan intervensi.

## 3. HASIL DAN PEMBAHASAN

### Karakteristik Responden

#### 1. Umur

Tabel 1 distribusi frekuensi berdasarkan umur

No	Umur	Frekuensi	Presentasi (%)
	14 tahun	4	20
	15 tahun	16	80
	Total	20	100

Berdasarkan tabel 1 distribusi dari 20 orang responden yang berumur 14 tahun sebanyak 4 orang (20%), dan yang berumur 15 tahun sebanyak 16 orang (80%).

#### 2. Riwayat Dismenorhe

Tabel 2 distribusi frekuensi riwayat disminorhe dalam keluarga

No	Riwayat Dismenorhe	Frekuensi	Presentasi (%)
1	Tidak ada Riwayat	12	60
2	Ada riwayat	8	40
	Total	20	100

Berdasarkan tabel 2 distribusi dari 20 orang sebagian besar responden tidak ada riwayat dismenorhe dalam keluarga dengan jumlah 12 orang (60%), dan yang memiliki riwayat dismenorhe sebanyak 8 orang (40%).

### 3. Pendidikan Kesehatan Dismenorhe

Tabel 3 perubahan pengetahuan remaja setelah diberikan pendidikan kesehatan

Pemberian pendidikan kesehatan	Tingkat pengetahuan		P Value
	Kurang (n%)	Baik (n%)	
Sebelum	16 (80)	4 (20)	0,00*
Sesudah	3 (15)	17 (75)	

Hasil analisis pada tabel 3 menunjukkan bahwa ada perubahan dalam frekuensi tingkat pengetahuan sebelum intervensi diberikan dengan pengetahuan kurang sebanyak 16 orang (80%) dan memiliki pengetahuan baik hanya 4 orang (20%), setelah diberikan intervensi remaja yang berpengetahuan kurang hanya 3 orang (15%) dan pengetahuan baik meningkat menjadi 17 orang (85%).

Berdasarkan hasil uji statistik menggunakan *Mc Nemar* dengan nilai  $p=0,00 < 0,05$  artinya ada pengaruh signifikan antara pemberian pendidikan kesehatan tentang dismenorhe terhadap peningkatan pengetahuan remaja.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Saputra Y “Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi” penelitian ini mengidentifikasi bahwa pemberian pendidikan kesehatan tentang dismenorhe memiliki hubungan signifikan dengan pengetahuan nilai ( $p<0,00$ ) artinya ada pengaruh yang signifikan pada remaja yang memiliki informasi tentang dismenorhe dibandingkan remaja yang tidak memiliki informasi tentang dismenorhe.

Penelitian ini juga sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Sri Patnawati (2023) memberikan edukasi dismenorhe menggunakan video untuk meningkatkan pengetahuan, pada penelitian ini hasil analisis sebelum diberikan edukasi pengetahuan remaja sebagian besar kurang dan setelah diberikan intervensi sebagian besar meningkat menjadi baik.

Pengetahuan merupakan salah satu faktor penting yang dapat mempengaruhi seseorang untuk mengambil tindakan yang tepat, karena perilaku yang didasari oleh pengetahuan akan bertahan lebih lama dibandingkan perilaku yang tidak didasari pengetahuan. Oleh karena itu, sekolah diharapkan memberikan edukasi tentang dismenorhe kepada remaja putri, serta bekerja sama dengan pihak kesehatan untuk memberikan pendidikan (Ruqaiyah, R., & Marwati, M 2021).

Pendidikan kesehatan merupakan suatu upaya atau kegiatan yang bertujuan untuk menciptakan perilaku masyarakat yang bermanfaat bagi kesehatan. Artinya pendidikan kesehatan bertujuan untuk menyadarkan atau memberitahukan kepada masyarakat bagaimana cara menjaga kesehatannya, bagaimana cara menghindari atau mencegah hal-hal yang membahayakan kesehatannya dan kesehatan orang lain, hingga akhirnya mencapai perilaku sehat (Rukmawati *et al.*, 2023)

Hasil penelitian yang dilakukan untuk mengukur tingkat pengetahuan remaja di SMPN 15 Makassar sesudah diberikan intervensi (post test) pendidikan kesehatan tentang dismenore termasuk dalam kategori baik (75%). Hal ini membuktikan bahwa intervensi pendidikan kesehatan dapat meningkatkan pengetahuan remaja tentang dismenore.

Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Eny Ruth (2023) dalam penelitiannya bahwa sebelum diberikan intervensi nilai mean (nilai rata-rata) pengetahuan adalah 11,17, dan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan tentang dismenore nilai mean (nilai rata-rata) meningkat menjadi 17,58

Penelitian ini sejalan dengan penelitian sebelumnya bahwa pendidikan kesehatan pada hakikatnya adalah kegiatan atau upaya menyampaikan pesan kesehatan kepada masyarakat atau individu, harapannya dengan adanya pesan tersebut masyarakat dan individu dapat memperoleh lebih banyak pengetahuan mengenai kesehatan. Peningkatan pengetahuan merupakan indikator tercapainya hasil pendidikan kesehatan. Pada akhirnya pengetahuan ini diharapkan akan mempengaruhi perilakunya. Dengan kata lain, pendidikan kesehatan dapat membawa perubahan pengetahuan, sikap dan perilaku yang ditargetkan (Aulia *et al.*, 2023)

## 4. KESIMPULAN

1. Tingkat pengetahuan sebelum intervensi pendidikan kesehatan (pretest) tentang disminorhe pada remaja putri SMPN 15 Makassar adalah kurang (80%).
2. Tingkat pengetahuan setelah diberikan intervensi pendidikan kesehatan (posttest) tentang disminorhe pada remaja putri SMPN 15 Makassar berada pada tingkat baik (75%).
3. Pendidikan kesehatan tentang disminorhe efektif meningkatkan pengetahuan pada remaja putri SMPN 15 Makassar dengan nilai  $p=0,00$ .

## 5. UCAPAN TERIMA KASIH

Penulis mengucapkan terima kasih kepada STIKES Nani Hasanuddin atas dukungan dan motivasi sehingga penelitian ini dapat berjalan dengan baik. Ucapan yang sama juga disampaikan kepada Kepala SMPN 15 Makassar, pengajar dan murid serta semua pihak yang telah membantu.

## 6. DAFTAR PUSTAKA

- Aulia, L., & Pinem, L. H. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Media Sosial (Social Media) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang Dismenore di SMA Negeri X. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, 4(1),16. <https://doi.org/10.24853/myjm.4.1.16-25>
- Awad, A. G., Youness, E. M., Abd, H., & Nursing, B. S. (2019). Assessment of knowledge, Attitude and Practice among Adolescent Girls Regarding Dysmenorrhea. *Minia Scientific Nursing Journal*, 005(1), 23–31. <https://doi.org/10.21608/msnj.2019.187785>
- Dinkes Sulsel, (2018). *Data Profil Provinsi Sulawesi Selatan Angka Kejadian Disminorea. Tahun 2018*
- Eny Ruth sinaga. (2023). *170-Article Text-571-1-10-20230713*. 14(2), 45–52.
- Juliana, I., Rompas, S., & Onibala, F. (2019). Hubungan Dismenore Dengan Gangguan Siklus Haid Pada Remaja Di Sma N 1 Manado. *Jurnal Keperawatan*, 7(1), 1–8. <https://doi.org/10.35790/jkp.v7i1.22895>
- Kemendes RI. (2019). Angka Kejadian Disminorhe Di Indonesia.
- Manafe, K. N., Adu, A. A., & Ndun, H. J. N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja tentang Dismenore dan Penanganan Non Farmakologi di SMAN 3 Kupang. *Media Kesehatan Masyarakat*, 3(3), 258–265. <https://doi.org/10.35508/mkm.v3i3.3813>
- Prutami, E. S., & Dewi, R. (2020). Pengaruh pendidikan kesehatan terhadap pengetahuan Remaja tentang dismenorea di SMA ASSANADIYAH. *Jurnal Kesehatan*, 10(2), 1359–1364.
- Qomariah, S., Herlina, S., & Sartika, W. (2022). *The Effect of History of Dismionrea on Adolescent'S Dysminorea in Pekanbaru City*. 10(2), 108–113.
- Rukmawati, S., & Lestari, I. (2023). *Pengaruh Health Education Tentang Manajemen Nyeri*

"  
■ *Dismenore Terhadap Tingkat Pengetahuan Manajemen Nyeri Dismenore Pada Siswi Smp. 4, 1942–1948.*

Ruqaiyah, R., & Marwati, M. (2021). Hubungan Pengetahuan Terhadap Kejadian Disminorea Pada Mahasiswa Baru Akbid Pelamonia Makassar Tahun 2020. *Jurnal Kesehatan Delima Pelamonia*, 4(2), 62–66. <https://doi.org/10.37337/jkdp.v4i2.170>

Saputra, Y. A., Kurnia, A. D., & Aini, N. (2021). Pengaruh Pendidikan Kesehatan terhadap Upaya Remaja untuk Menurunkan Nyeri Saat Menstruasi (Dismenore Primer). *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, 7(3), 177. <https://doi.org/10.22146/jkr.55433>

Shellasih, N. M., & Ariyanti, F. (2020). Factors Of Primary Dysmenorrhea In Junior High School Students. *Journal Of Public Health And Development*, 18(1), 73–83.

Sri Patnawati. (2023). Pengaruh Edukasi Dismenore Menggunakan Video Terhadap Pengetahuan Dan Sikap Pada Remaja Putri Di Smp Negeri 3 Tanah Grogot. *Pengaruh Edukasi Dismiore Menggunakan Video*, 2(1),1–14. <https://Www.Ncbi.Nlm.Nih.Gov/Books/NBK558907/>

WHO. (2019). Data Angka Kejadian Disminorea.Jakarta:2919