

**GAMBARAN PENGETAHUAN REMAJA PUTRI TENTANG DISMENORE
DI SMP ASWAJA KECAMATAN DUKUN KABUPATEN MAGELANG**

**OVERVIEW OF FEMALE ADOLESCENTS' KNOWLEDGE ABOUT DYSMENORRHEA
AT SMP ASWAJA, DUKUN SUBDISTRICT, MAGELANG REGENCY**

Ida Riyani¹, Selasih Putri Isnawati Hadi², Riska Ismawati H³

^{1,2,3}STIKES Guna Bangsa Yogyakarta

¹Idariyani151617@gmail.com, ²selasih.pih@gunabangsa.ac.id, ³riska.ih@gunabangsa.ac.id

ABSTRAK

Masa remaja ialah fase peralihan dari masa kanak-kanak menuju dewasa yang terjadi pada rentang usia 12 hingga 24 tahun. Prevalensi kejadian dismenore di Jawa Tengah mencapai 56% yang mana mampu menjadi makna jika mayoritas remaja perempuan di Jawa Tengah mengalami dismenore. Dismenore menjadikan anak remaja perempuan kesulitan dalam melakukan aktivitas dan menurunkan konsentrasi. Akibatnya kualitas hidup pada masing-masing individu menjadi menurun. Berdasarkan Studi Pendahuluan di SMP ASWAJA Kecamatan Dukun Kabupaten Magelang dari 6 siswa terdapat 4 siswa yang tidak mengetahui tentang dismenore. SMP ASWAJA merupakan sekolah swasta yang kurang mendapatkan penyuluhan dari pihak terkait tentang kesehatan reproduksi. Model dari penelitian ini adalah penelitian metode deskriptif kuantitatif, yang melibatkan seluruh siswi SMP ASWAJA sebagai populasi penelitian, dengan jumlah sampel 35 responden yang dipilih menggunakan teknik sampling keseluruhan memfungsikan instrument penelitian berupa daftar pertanyaan. Metode analisis data yang diterapkan adalah analisis univariat untuk menggambarkan penyebaran frekuensi berdasarkan karakteristik responden. Penelitian dilakukan berawal di bulan Desember 2023 sampai Agustus 2024. Berdasarkan hasil analisa univariat didapatkan hasil bahwa responden yang mempunyai pengetahuan rata-rata sebesar 3 responden atau sebesar 8.6% dari total responden dan sebaliknya yang mempunyai pengetahuan standart sebesar 32 responden atau senilai 91.4% dari total responden. Dapat ditarik kesimpulan jika sebagian besar responden memiliki pengetahuan baik tentang dismenore.

Kata Kunci: Pengetahuan, Dismenore, Remaja

ABSTRACT

Adolescence is the transition period from childhood to adulthood, typically between the ages of 12 and 24. The prevalence of dysmenorrhea in Central Java is 56%, which indicates that a significant number of adolescent girls in Central Java experience dysmenorrhea. Dysmenorrhea can cause difficulties in daily

Received: Oktober 2024
Reviewed: Oktober 2024
Published: Oktober 2024

Plagiarism Checker No 234
Prefix DOI : Prefix DOI :
10.8734/Nutricia.v1i2.365

Copyright : Author
Publish by : Nutricia



This work is licensed under
a Creative Commons
Attribution-NonCommercial
4.0 International License

activities and reduce concentration, leading to a decreased quality of life for individuals. According to a preliminary study conducted at SMP ASWAJA in the Dukun sub-district of Magelang Regency, 4 out of 6 students were unaware of dysmenorrhea. SMP ASWAJA is a private school with limited exposure to reproductive health education. This study is a quantitative descriptive research with a population of all female students at SMP ASWAJA. A sample of 35 respondents was selected using total sampling, and data were collected using a questionnaire. Univariate analysis was employed to describe the frequency distribution of respondents' characteristics. The study was conducted from December 2023 to August 2024. The univariate analysis revealed that 3 respondents (8.6%) had sufficient knowledge about dysmenorrhea, while 32 respondents (91.4%) had good knowledge. The majority of respondents have a good understanding of dysmenorrhea.

Keywords: Knowledge, Dysmenorrhea, Adolescents

PENDAHULUAN

Masa remaja adalah periode transisi dari kanak-kanak menuju dewasa yang berlangsung pada rentang usia 12 hingga 24 tahun. Selama masa ini, remaja mengalami perkembangan dalam tiga aspek utama: kognitif, fisik, dan psikososial. Pada remaja perempuan, pubertas biasanya ditandai dengan datangnya menstruasi. Sebagian dari mereka mengalami nyeri saat menstruasi, atau dikenal sebagai dismenore, yang umumnya ditandai dengan kram di bagian bawah perut. Dismenore merupakan salah satu keluhan ginekologis yang sering terjadi pada remaja putri. *Dismenore* dikelompokkan menjadi dua, yaitu *dismenore* primer dan sekunder (Betty & Ayamah, 2021)

Menurut laporan World Health Organization (WHO), tingkat kejadian dismenore pada wanita berkisar antara 16,8% hingga 81%. Di Indonesia, prevalensi dismenore tercatat terjadi pada 55% wanita dalam usia produktif. Kejadian *dismenore* 54,89% merupakan *dismenore* primer dan sisanya yaitu *dismenore* sekunder (Indrayani et al., 2021). Nilai momentum *dismenore* di Indonesia dalam angka adalah 64,25% yang terbagi 54,89% *dismenore* primer dan sisanya *dismenore* sekunder (Ernita et al., 2022).

Tingkat Prevalensi *dismenore* di Jawa Tengah mencapai 56% yang mana bisa didefinisikan kalau mayoritas anak gadis putri di Jawa Tengah mengalami *dismenore* (Kusuma et al., 2023). Data kejadian dismenore di wilayah Kabupaten Magelang berdasarkan informasi dari Dinas Kesehatan Kabupaten Magelang belum memiliki data secara lengkap.

Dampak gejala dismenore yang dialami oleh remaja putri meliputi kelelahan, kecemasan, mual, muntah, kram perut, serta terganggunya aktivitas sehari-hari. Pada aktivitas akademik remaja dengan dismenore berat seringkali terganggu, ditandai dengan penurunan nilai, berkurangnya konsentrasi, serta meningkatnya ketidakhadiran dalam kegiatan belajar. Hal ini menggambarkan jika dismenore menyebabkan remaja putri mengalami kesulitan dalam menjalankan aktivitas serta menurunkan tingkat konsentrasi mereka. Akibatnya kualitas hidup pada masing-masing individu menjadi menurun (Hamdayani, 2018).

Ilmu pengetahuan mengenai dismenore yang diketahui para putri remaja nantinya akan memberikan dampak terhadap perilaku mereka. Jika para anak gadis memiliki pemahaman yang memadai tentang dismenore, mereka cenderung bersikap positif. Sebaliknya, apabila

pengetahuan mereka terbatas, perasaan cemas dan perilaku negatif lebih mungkin muncul. (Meylawati & Anggraeni, 2021).

Berdasarkan Studi Pendahuluan di SMP ASWAJA Kecamatan Dukun Kabupaten Magelang dari 6 siswa terdapat 4 siswa yang tidak mengetahui tentang dismenore. SMP ASWAJA merupakan sekolah swasta yang kurang mendapatkan penyuluhan dari pihak terkait tentang kesehatan reproduksi. Sikap yang biasanya dilakukan siswi ini saat mengalami nyeri haid adalah melakukan kompres hangat, juga termasuk untuk meredakan nyeri dengan cara mengoleskan minyak kayu putih, mengompres bagian yang nyeri, mengonsumsi obat pereda sakit, atau meminta izin untuk beristirahat di ruang UKS.

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menerapkan metode deskriptif kuantitatif dengan tujuan untuk menggambarkan tingkat pengetahuan remaja putri mengenai dismenore.. Populasi yang turut andil di penelitian ini ialah siswi SMP ASWAJA Kecamatan Dukun Kabupaten Magelang secara keseluruhan yang totalnya sebanyak 35 murid. Teknik sampling yang difungsikan dalam pengambilan sampel ialah *total sampling*.

HASIL

Responden pada penelitian berikut ini adalah siswi SMP ASWAJA sebanyak 20 orang. Penelitian dilakukan pada bulan Desember 2023-Agustus 2024, adapun hasil yang terdata ialah sebagai berikut:

a. Ciri Khusus Responden Berdasar Umur

Table 1. Distribusi Frekuensi Ciri Khusus Responden Berdasar Umur

Karakteristik	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Usia (Tahun)		
13	6	17.1%
14	9	25.7%
15	14	40.0%
16	5	14.3%
17	1	2.9%
Jumlah	35	100%

Hasil dari table 1 ciri khusus responden berdasar umur diperoleh hasil sebagian besar responden sebanyak 14 orang (40.0 %) berumur 15 tahun.

b. Ciri Khusus Responden Berdasar Umur Menarche

Table 2. Distribusi Frekuensi Ciri Khusus Responden Berdasar Umur Menarche

Karakteristik	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Usia Menarche		
10	4	11.4%
11	9	25.7%
12	13	37.1%
13	5	14.3%
14	4	11.4%
Jumlah	35	100%

Menurut tabel 2, ciri khusus responden berdasar usia menarache menunjukkan bahwa mayoritas responden, yaitu sebanyak 13 orang, mengalami menarache pada usia 12 tahun.(37.1%).

c. Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore

Table 3. Distribusi Frekuensi Gambaran Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore

Pengetahuan	Frekuensi (F)	Persentase (%)
Cukup	3	8.6%
Baik	32	91.4%
Jumlah	35	100%

Hasil tabel 3 menggambarkan apabila responden mempunyai pengetahuan rata-rata sebesar 3 responden (8.6%) dan mempunyai pengetahuan baik sebesar 32 responden (91.4%).

PEMBAHASAN

1. Gambaran Ciri Khusus Responden

a. Ciri Khusus Responden Berdasar Usia

Hasil dari penelitian menggambarkan kalau sebanyak 14 orang (38.9%) berumur di 15 tahun, 9 orang (25%), berumur di 14 tahun, 6 orang (16.7%) berumur di 13 tahun, 5 orang (13.9%) berumur di 16 tahun dan 1 orang (2.8%) berumur di 17 tahun.

Berdasarkan pendapat Prawirohardjo (2018) usia di 14-16 tahun merupakan periode remaja pertengahan. Pada tahap ini, remaja mulai mencari jati diri, merasakan keinginan untuk berkencan, mengalami emosi cinta yang lebih mendalam, mengasah kemampuan berpikir abstrak, dan mulai membayangkan tentang aktivitas seksual.

Dari hasil penelitian yang telah dilalui oleh Daulay (2022) memberikan hasil kalau pada usia remaja, rasa ingin tahu meningkat, sehingga mereka berupaya mencari lebih banyak informasi dan pengetahuan. Pada fase ini, perkembangan mental dan pemahaman terjadi lebih cepat dan lebih baik dibandingkan dengan masa usia sebelumnya atau sesudahnya.

Pendidikan kesehatan memainkan peran penting dalam mempengaruhi perilaku remaja dalam mencari informasi mengenai kesehatan. Remaja yang aktif dalam program pendidikan ilmu kesehatan yang baik, kebanyakan lebih terlihat aktif Ketika mengakses informasi ilmu kesehatan. Selain itu, mereka juga mempelajari cara memanfaatkan sumber yang sangat kredibel dan mengasah kemampuan untuk menilai keakuratan informasi kesehatan dengan lebih baik (Nurochim, 2020).

b. Gambaran Karakteristik Responden Berdasarkan Usia Menarache

Berdasarkan hasil penelitian, 13 orang (36.1%) menarache pada usia 12 tahun, 9 orang (25%) menarache pada usia 11 tahun, 5 orang (13.9%) menarache pada usia 13 tahun, 4 orang (11,1%) menarache pada usia 10 tahun, serta 4 orang (11,1%) menarache pada usia 14 tahun.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Wati (2021) Usia menarache adalah usia ketika seorang perempuan mengalami menstruasi pertama kali. Menarache yang terjadi terlalu dini dapat menjadi salah satu penyebab dismenore, karena pada usia menarache yang sangat awal (≤ 12 tahun), organ reproduksi belum berkembang secara maksimal dan leher rahim mungkin masih menyempit, yang dapat menyebabkan nyeri saat menstruasi. Usia menarache bervariasi antara individu dan wilayah, dengan rentang usia normal biasanya antara 12 hingga 14 tahun

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Aulya (2021) menyatakan bahwa remaja putri yang mengalami menstruasi sering mengalami keluhan nyeri atau kram saat haid,

yang dikenal sebagai dismenore primer. Siswi yang mengalami dismenore sering kali merasa terganggu dalam menjalankan aktivitas sehari-hari. Salah satu faktor yang dapat memperburuk dismenore primer adalah menarche yang terjadi pada usia yang lebih awal.

Menurut penelitian Indarna, A. A., & Lediawati (2021) menyatakan bahwa menunjukkan bahwa terdapat hubungan antara usia menarche dengan kejadian dismenore. Usia menarche yang lebih awal (<12 tahun) menyebabkan terjadinya dismenore karena alat reproduksui belum siap untuk mengalami perubahan dan masih terjadinya penyempitan pada leher rahim.

c. Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore

Menurut hasil penelitian didapatkan hasil bahwa responden mempunyai pengetahuan cukup sebanyak 3 responden (8.6%) dan mempunyai pengetahuan baik sebanyak 32 responden (91.4%).

Pada penelitian ini sebagian besar siswa kurang memiliki pengetahuan tentang gangguan menstruasi seperti hipomenorea, hipermenorea, polimenorea dan oligomenorea jarang sekali ditemukan pada remaja sehingga remaja cenderung tidak mencari tahu lebih lanjut terkait gangguan menstruasi ini. Menurut Qothrunnada (2021) pembekalan yang didapatkan responden dari guru dan orangtua umumnya hanya berupa menstruasi dan siklus normalnya saja, sedangkan untuk gangguan selama menstruasi jarang sekali diajarkan. Maka dari itulah banyak dari responden menjawab ragu-ragu sehingga mayoritas tingkat pengetahuan responden dalam kategori cukup dan kurang. Walaupun gangguan menstruasi seperti hipomenorea, hipermenorea polimenorea dan oligomenorea jarang sekali ditemukan pada remaja. Tetapi tidak menutup kemungkinan bahwa bagi sebagian kecil remaja dapat mengalami gangguan-gangguan ini sehingga dapat menyebabkan pengetahuan remaja yang mengalami gangguan selama menstruasi menjadi lebih meningkat dibandingkan yang belum pernah mengalami gangguan selama menstruasi.

Masa remaja dibagi menjadi tiga tahap: remaja awal, remaja menengah, dan remaja akhir. Pada tahap remaja awal (10-14 tahun), mereka hanya memiliki pemahaman yang kabur tentang diri mereka sendiri dan kesulitan menghubungkan perilaku dengan konsekuensinya. Remaja menengah (15-16 tahun) berada dalam konflik antara ketergantungan dan kemandirian, serta cenderung menampilkan rentang emosi yang lebih beragam. Meskipun remaja di tahap awal dan menengah mampu menerima serta mempelajari informasi, mereka belum dapat menerapkannya dalam kehidupan sehari-hari. Sementara itu, remaja akhir (17-21 tahun) sudah mempunyai dasar kesadaran yang jauh lebih baik tentang dirinya juga dapat menghubungkan data info abstrak secara jelas ke dalam kehidupan mereka (Marlia, 2020).

Dengan pendidikan ilmu kesehatan yang tepat, mereka bisa mempelajari cara mengetahui asal info-info yang dapat dipercaya, menilai keakuratannya, juga membuat pilihan kesehatan berdasarkan data yang kuat. Juga diambil analisa, pendidikan ilmu kesehatan di kehidupan sekolah ternyata berperan dalam memberi dampak kebiasaan para remaja untuk menjalankan gaya hidup sehat sesuai info-info yang telah mereka dapatkan (Utami & Thohir, 2022).

Penelitian ini sejalan dengan penelitian dari Kristian (2021) yang menyatakan bahwa tingkat pengetahuan para remaja putri mengenai dismenore di SMA Airlangga Namu Ukur pada tahun 2021 tergolong baik, dengan 40 orang (90,9%) berada dalam kategori ini, sementara 4 orang (9,1%) memiliki pengetahuan yang cukup. Hasil penelitian

mengindikasikan bahwa mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik, yang tercermin dari jawaban mereka ketika mengisi angket dan minat mereka yang tinggi untuk mencari informasi tentang dismenore melalui internet, tenaga kesehatan, orang tua, teman, dan guru. Meskipun informasi dapat mempengaruhi pengetahuan seseorang, masih ada beberapa responden yang memiliki pengetahuan yang cukup karena kurangnya kesadaran atau minat untuk mencari informasi, serta keterbatasan sarana seperti jaringan untuk mengakses informasi mengenai dismenore.

Menurut penelitian yang dilakukan oleh Lili (2020) tindakan dalam mengatasi nyeri dismenore di kalangan remaja yang bersekolah di SMP PGRI 5 Denpasar menghasilkan data bahwa kebanyakan remaja putri memiliki pengetahuan yang baik tentang penanganan dismenore. Ilmu Pengetahuan ini diperoleh dari berbagai sumber informasi mengenai kesehatan organ reproduksi, termasuk media sosial dan pendidikan kesehatan melalui penyuluhan. Meskipun demikian, ada beberapa siswa tidak memiliki pemahaman yang mendalam; beberapa siswa memiliki pengetahuan dasar. Hal ini disebabkan oleh kurangnya minat untuk mendapatkan info-info lebih lanjut tentang kesehatan organ reproduksi, khususnya dismenore. Oleh karena itu, diperlukan penyuluhan lebih lanjut untuk menaikkan tingkat kepedulian para siswi dalam mendapatkan info-info tentang dismenore.

DAFTAR PUSTAKA

- Aulya, Y., Kundaryanti, R., & Rena, A. (2021). Hubungan Usia Menarche dan Konsumsi Makanan Cepat Saji dengan Kejadian Dismenore Primer pada Siswi di Jakarta Tahun 2021. *Jurnal Menara Medika*, 4(1), 10–21.
- Betty, B., & Ayamah, A. (2021). Pengaruh Pemberian Air Rebusan Jahe Merah Terhadap Penurunan Dismenorea Pada Mahasiswi Semester 8 Stikes Widya Dharma Husada Tangerang. *Edu Dharma Journal: Jurnal Penelitian Dan Pengabdian Masyarakat*, 5(2), 61. <https://doi.org/10.52031/edj.v5i2.177>
- Daulay HVA. (2022). *Gambaran Karakteristik Dan Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenorhea Primer Di Smk. N. 3 Kota Padangsidempuan Tahun 2022*. <https://repository.unar.ac.id/jspui/handle/123456789/3094>
- Ernita, C., Djamaluding, D., & Yulendasari, R. (2022). Perbandingan Efektivitas Kompres Hangat dan Dingin Terhadap Penurunan Skala Nyeri Desminore Pada Remaja Putri Usia 12-15 tahun di SMPN 12 Pesawaren. *Jurnal Kreativits Pengabdian Kepada Masyarakat*, 5(8.5.2017), 2003–2005.
- Hamdayani, D. (2018). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam terhadap Dismenore Primer pada Mahasiswi Tingkat II Prodi S1 Keperawatan Mercubaktijaya Padang. *Menara Ilmu*.
- Indarna, A. A., & Lediawati, L. (2021). Age menarche and the time of menstruation with the primary dismenore events in class x students SMK Kesehatan Bhakti Kencana Subang. *Journal of Nursing and Public Health*, 9(Oktober), 1–7.
- Indrayani, T., Astiza, V., & Widowati, R. (2021). Pengaruh Akupresur Terhadap Intensitas Nyeri Dismenore Pada Remaja Putri Di Wilayah Rw.03 Kelurahan Margahayu Utara Kecamatan Babakan Ciparay Kota Bandung. *Journal for Quality in Women's Health*, 4(1), 94–103. <https://doi.org/10.30994/jqwh.v4i1.109>
- KRISTIAN FEBRIANI BR. (2021). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Putri Dalam Menangani Dismenore Di Sma Airlangga Namu Ukur Tahun 2021. *Paper Knowledge . Toward a Media History of Documents*, 3(April), 49–58.

- Kusuma, T. A., Hikmanti, A., & Yanti, L. (2023). Penerapan Senam Dismenore untuk Meringankan Nyeri Dismenore. *Jurnal Kreativitas Pengabdian Kepada Masyarakat (PKM)*, 6(9), 3896–3909. <https://doi.org/10.33024/jkpm.v6i9.11447>
- Lili. (2020). *Perilaku Penanganan Nyeri Dismenore Pada Remaja di SMP PGRI 5 Denpasar*.
- Marlia, T. (2020). Hubungan Antara Usia Dan Tingkat Pengetahuan Dengan Penanganan Dismenore Pada Remaja Putri Di Smk Widya Utama Indramayu Tahun 2019. *Afiasi : Jurnal Kesehatan Masyarakat*, 5(1), 41–50. <https://doi.org/10.31943/afiasi.v5i1.92>
- Meylawati, L. E., & Anggraeni, F. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dan Sikap Dalam Mengatasi Dismenorea Primer Pada Remaja. *Jurnal Wacana Kesehatan*, 6(1), 33. <https://doi.org/10.52822/jwk.v6i1.171>
- Nurochim, N. (2020). Optimalisasi Program Usaha Kesehatan Sekolah untuk Kesehatan Mental Siswa. *Jurnal Konseling Dan Pendidikan*, 8(3), 184–190.
- Prawirohardjo, S. (2018). *Ilmu Kebidanan Sarwono Prawirohadjo*. PT Bina Pustaka Sarwono Prawirohardjo.
- Qothrunnada. (2021). Tingkat Pengetahuan Siswi Sekolah Menengah Pertama Tentang Menstruasi Dan Gangguannya. In *Repository.Uinjkt.Ac.Id*. <https://repository.uinjkt.ac.id/dspace/handle/123456789/64415>
- Utami, P., & Thohir, A. (2022). Pengaruh Pendampingan Orang Tua Terhadap Kesehatan Mental Siswa Sekolah Dasar Dalam Pembelajaran Jarak Jauh. *Jurnal Kajian Pendidikan Dasar*, 7(2), 116–122.
- Wati, T. M. (2021). Pengaruh Usia Menarche Dan Status Gizi Terhadap Kejadian Dismenore Pada Remaja Putri. *Jurnal Bidan Pintar*, 2(2), 284–295. <https://doi.org/10.30737/jubitar.v2i2.1957>