



PENGARUH EDUKASI TENTANG PENATALAKSANAAN DISMENORE TERHADAP PENGETAHUAN REMAJA PUTRI DI SMP MUHAMMADIYAH GUNUNG PELINDUNG KABUPATEN LAMPUNG TIMUR

Septika Yani Veronica¹, Wirda Tunnisa², Rika Agustina³, Yenny Marthalena⁴
^{1,2,3} Program Sarjana Kebidanan, Fakultas Kesehatan, Universitas Aisyah Pringsewu Lampung
Email: oppowirda428@gmail.com

Abstract

Dysmenorrhea is the most common gynecological problem in women, especially adolescents. As many as 72.89% of adolescents experience dysmenorrhea. Adolescents' lack of knowledge about dysmenorrhea results in inadequate access to accurate sources of information. Many adolescents are unaware of the symptoms of primary dysmenorrhea, its classification, the types of non-pharmacological treatments available, and the potential for regular exercise and herbal consumption. Health education about dysmenorrhea can improve adolescent knowledge. The purpose of this study was to determine the effect of education about dysmenorrhea management on adolescent girls' knowledge. This study used a quantitative approach with a pre-experimental design and a one-group pretest and posttest approach. The population in this study was 32 adolescent girls, and the sample size was 32 adolescent girls, using a total sampling technique. This research was conducted from July 23 to August 6, 2025. It used a questionnaire instrument and data analysis using the McNemer test. The results showed that the average knowledge of respondents before education was poor, at 19 (59.4%), and after education, at 28 (87.5%). The effect of education on dysmenorrhea management on adolescent girls' knowledge was observed, with a p-value of 0.000 (<0.05). It is hoped that adolescents will gain additional information from various reading materials, including the internet. Schools should establish an Adolescent Reproductive Health Information and Counseling Center program to provide education on dysmenorrhea.

Keywords: Adolescent Girls, Dysmenorrhea, Knowledge

Abstrak

Disminorea merupakan masalah ginekologi yang paling sering terjadi pada wanita terutama remaja, terdapat sebanyak 72,89% remaja mengalami disminorea. Ketidaktahuan remaja tentang disminorea menyebabkan remaja tidak memiliki akses yang cukup terhadap sumber informasi yang akurat. Hal-hal yang banyak tidak diketahui remaja meliputi adanya keluhan pada disminorea primer, klasifikasi disminore, penanganan nonfarmakologi dapat dilakukan dengan apa dan tentang olahraga secara teratur dan konsumsi herbal dapat dilakukan sebagai upaya apa untuk disminore. Upaya yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja dengan edukasi kesehatan tentang *Dysmenorrhea*. Tujuan penelitian ini mengetahui pengaruh edukasi tentang penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri. Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif dengan design penelitian yang digunakan adalah pre eksperimental design dan menggunakan pendekatan one grup pretest and posttest design. Populasi dalam penelitian ini berjumlah 32 remaja putri dan sampel penelitian ini sebanyak 32 remaja putri dengan pengambilan teknik sampel total sampling yang diberikan edukasi tentang disminorea. Penelitian ini telah dilakukan pada tanggal 23 Juli sampai 6 Agustus 2025. Penelitian ini menggunakan instrument kuesioner dan analisa data menggunakan uji Mc. Nemer. Hasil penelitian ini menunjukkan distribusi frekuensi pengetahuan responden sebelum diberikan edukasi dengan pengetahuan kurang baik yaitu sebanyak 19 (59,4%), kemudian distribusi frekuensi pengetahuan setelah diberikan edukasi pengetahuan baik sebanyak 28 (87,5%). Terdapat pengaruh edukasi tentang penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri didapatkan p-value 0,000 (<0,05). Diharapkan remaja dapat menambah informasi dari berbagai media baca salah satunya di internet, kemudian sekolah membuat program Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja untuk memberikan edukasi tentang dismenore.

Kata Kunci : Remaja Putri, Disminorea, Pengetahuan

I. PENDAHULUAN

Pada umumnya *Dysmenorrhea* menjadi masalah yang timbul pada remaja putri. Pengetahuan mengenai dismenore masih belum banyak diketahui. Sebagian besar remaja putri memiliki sedikit pengetahuan mengenai dismenore dan masih menganggap tabu juga menyepelekan dismenore. Kurangnya pengetahuan mengenai dismenore menyebabkan remaja putri tidak dapat mencoba dan tidak mengetahui bagaimana pertolongan pertama pada saat timbulnya dismenore (Inayustiani & Wahyuningsih, 2018).

Dismenore yang tidak segera ditangani pada remaja putri berdampak negatif terhadap kualitas hidup dan mengganggu interaksi sosial. Selain itu juga dampak yang muncul dapat mempengaruhi kegiatan proses belajar, keterbatasan kehidupan sosial, tingginya absen dari sekolah, perfoma akademik, dan aktifitas olahraganya. Terganggunya aktivitas belajar menyebabkan remaja tidak berkonsentrasi atau tidak fokus terhadap pelajarannya (Nelly, 2020).

Dismenore merupakan salah satu masalah ginekologis yang paling umum di antara semua pasien yang sedang menstruasi, tanpa memandang usia atau ras. Dismenore merupakan penyebab nyeri panggul yang sering diidentifikasi. Prevalensi dismenore dapat bervariasi antara 16% dan 91% pada individu usia reproduksi, dengan nyeri hebat yang diamati pada 2% hingga 29% individu (Asmalia et al., 2025). Kejadian dismenore di Indonesia tercatat sebanyak 72,89% dan sebanyak 54% terjadi pada remaja putri, (Kemenkes RI, 2021). Hasil penelitian Yuviska dan Yuliasai (2024) data di SMA Muhammadiyah 2 Bandar Lampung pada Selasa, 28 Februari 2023 ditemukan dari 15 siswi sebanyak 14 (93%) siswi mengatakan nyeri haid dan 1 (7%) siswi mengatakan tidak mengalami nyeri haid.

Faktor yang berhubungan dengan kejadian dismenore diantaranya adalah usia menarche dini, durasi menstruasi lebih lama, volume menstruasi berlebih, BMI (Indeks Massa Tubuh) rendah, merokok dan konsumsi alkohol, dukungan sosial rendah, riwayat keluarga dismenorea, depresi dan stress (Taviyanda & Richard, 2022).

Rasa nyeri yang ditimbulkan saat menstruasi ini membuat wanita merasa tidak nyaman sehingga akan mempengaruhi aktifitas sehari-hari, nyeri pada saat menstruasi sering dikeluhkan seorang wanita sebagai sensasi tidak nyaman, bahkan karena

timbulnya nyeri tersebut dapat mengganggu aktifitas dan memaksa penderita untuk istirahat dan meninggalkan pekerjaan atau aktifitas rutinya selama beberapa jam atau beberapa hari. Ada beberapa perempuan yang mengalami haid tanpa masalah, tetapi tidak sedikit dari mereka yang mengalami haid disertai dengan keluhan nyeri pada perut bagian bawah. Nyeri haid juga mempengaruhi emosi seseorang. Emosi saat haid juga berpengaruh terhadap mood untuk melakukan aktifitas sehari-hari. Nyeri ini dapat berlangsung sampai lima hari dan sering kali tampak seperti nyeri berkepanjangan (Saalino et al., 2023).

Berdasarkan pre survey di SMP Muhammadiyah Lampung Timur dari 32 siswi hasil wawancara yang dilakukan didapatkan 20 (62,5%) mengalami nyeri ketika menstruasi (dismenore) baik dari hari pertama sampai dengan hari ketiga. Remaja mengatakan tidak pernah melakukan penanganan dismenore seperti kompres hangat, olahraga ringan, relaksasi, perubahan pola makan, dan istirahat yang cukup ataupun melibatkan penggunaan obat pereda nyeri (analgesik).

Selain itu, pemilihan SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten ini berdasarkan dari akses SMP yang jauh dari fasilitas kesehatan sehingga proses pemberian edukasi dari petugas kesehatan yang terjadwalkan 2 kali dalam 1 tahun tidak mencakup terkait dismenore, namun lebih ke pemberian tablet tambah darah. Hal ini menyebabkan informasi yang dimiliki remaja tentang dismenore minim. Meskipun di era teknologi yang canggih saat ini namun mayoritas remaja SMP di SMP Muhammadiyah tidak semua memiliki handphone, meskipun memiliki handphone mereka tidak mengakses informasi kesehatan karena kuota terbatas untuk proses belajar.

Berdasarkan latar belakang dari permasalahan di atas maka peneliti tertarik untuk melakukan penelitian dengan judul pengaruh edukasi tentang penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur.

II. METODE

1. Jenis dan Rancangan Penelitian

Jenis penelitian yang digunakan kuantitatif dengan design penelitian yang digunakan adalah pre eksperimental design dan

menggunakan pendekatan *one grup pretest and posttest design*.

2. Populasi Dan Sampel

Populasi dalam penelitian ini adalah seluruh remaja putri di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur sebanyak 32 responden. Sampel dalam penelitian ini seluruh remaja putri di SMP Muhammadiyah Kabupaten Lampung Timur sebanyak 32 responden. Teknik pengambilan sampel dalam penelitian ini menggunakan metode total Sampling

Instrumen

3. Instrumen

Penelitian ini menggunakan alat ukur berupa kuesioner pengetahuan. Kuesioner pengetahuan dibuat oleh peneliti berdasarkan materi yang ada, kuesioner berisi 20 item soal pilihan ganda. Penilaian kuesioner dilakukan dengan jawaban benar skore 1 dan jawaban salah skore 0.

Kuesioner telah dilakukan uji validitas telah dilakukan oleh peneliti ke SMP lain yaitu SMP YPI 12 kepada 20 siswi. Hasil uji validitas didapatkan r-tabel 0,444 dan r-hitung 0,446 – 0,792 dari 20 item soal semuanya valid sehingga dapat dijadikan instrument penelitian. Hasil uji reabiliti didapatkan Cronbach Alpha 0,939>0,60 sehingga kuesioner dinyatakan reabel.

- a) Pengantar pendahuluan
 - 1) Pengumpulan data dimulai dengan meminta surat izin dari Universitas Aisyah
 - 2) Meminta balasan *pre survey* dari SMP Muhammadiyah
- b) Pretest
 - 1) Melakukan penjelasan penelitian kepada responden
 - 2) Penelitian dilakukan di SMP Muhammadiyah, responden dikumpulkan dalam 1 kelas
 - 3) Meminta responden mengisi *infomed consent*
 - 4) Peneliti dibantuan enumerator (asisten peneliti) yaitu tenaga kesehatan dengan pendidikan minimal D III.
 - 5) Pada responden dijelaskan bahwa penelitian dilakukan pembagian kuesioner dan pemberian edukasi dengan PPT.

- 6) Memberikan kuesioner pengetahuan (*pretest*)
- c) Perlakuan
 - 1) Melakukan pemberian edukasi dengan menggunakan PPT kurang lebih 60 menit disertai Tanya jawab.
- d) *Posttest*
 - 1) Membagikan kuesioner pengetahuan (*posttest*)
 - 2) Pengolahan data dengan melakukan rekapitulasi data dan melakukan pengolahan data.

4. Analisa Data

Untuk mengetahui ada tidaknya pengaruh antara variabel maka dalam penelitian ini digunakan uji Mc Nemer dengan menggunakan program komputer.

III. HASIL DAN PEMBAHASAN

1. Hasil Penelitian

a. Pengetahuan Remaja Putri Sebelum diberikan Edukasi

Pengetahuan Sebelum diberikan Edukasi	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Kurang Baik	19	59.4
Baik	13	40.6
Total	32	100.0

Hasil tabel dapat dijelaskan bahwa dari 32 responden didapatkan 19 (59,4%) dengan pengetahuan kurang baik dan sebesar 13 (40,6%) dengan pengetahuan baik. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pengetahuan sebelum diberikan edukasi dengan kategori kurang baik.

b. Pengetahuan Remaja Putri Setelah diberikan Edukasi

Pengetahuan Setelah diberikan Edukasi	Frekuensi (N)	Persentase (%)
Kurang Baik	4	12.5
Baik	28	87.5
Total	32	100.0

Hasil tabel dapat dijelaskan bahwa dari 32 responden didapatkan 28 (87,5%) dengan pengetahuan baik dan sebesar 4 (12,5%) dengan pengetahuan kurang baik. Dapat disimpulkan bahwa sebagian

besar pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan kategori baik.

Hasil uji normalitas data dilihat dalam kolom *Shapiro wilk* karena responden <50 , nilai alpha didapatkan pengetahuan sebelum 0,042 dan pengetahuan setelah sebesar 0,070 yang berarti data normal.

2. Analisis Bivariat

Berdasarkan hasil pengolahan data untuk mengetahui pengaruh edukasi tentang penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur, diperoleh hasil sebagai berikut:

Pengetahuan Sebelum Diberikan Edukasi	Pengetahuan Setelah Diberikan Edukasi		P-value
	Kurang Baik	Baik	
	N	N	
Kurang Baik	4	15	0,001
Baik	0	13	
Jumlah	4	28	

Hasil analisis pengaruh edukasi tentang penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur, diperoleh pengetahuan responden sebelum dan setelah diberikan edukasi terdapat 4 orang dengan pengetahuan kurang baik. Kemudian terdapat pengetahuan responden sebelum edukasi dari kurang baik menjadi baik setelah diberikan edukasi sebanyak 15 responden. Sehingga disimpulkan bahwa sebanyak 28 responden dengan pengetahuan baik setelah diberikan edukasi. Pada responden dengan pengetahuan sebelum edukasi dan setelah edukasi tetap baik sebesar 13 responden.

Hasil pengolahan data dengan uji *Mc. Nemer* didapatkan p-value 0,001 ($<0,05$) yang berarti ada pengaruh edukasi tentang penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur

3. Pembahasan

a. Pengetahuan Remaja Putri Sebelum Diberikan Edukasi

Berdasarkan hasil tabel 4.1 dapat dijelaskan bahwa didapatkan 19 (59,4%) dengan pengetahuan kurang baik dan sebesar 13 (40,6%) dengan pengetahuan baik. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pengetahuan sebelum diberikan edukasi dengan kategori kurang baik.

Hasil pertanyaan atau kuesioner pada pretets didapatkan 3 item soal dengan jawaban paling rendah yaitu pertanyaan tentang “keluhan lainnya pada dismenore primer” atau soal nomor 7 dengan jumlah jawaban benar sebanyak 7 responden, kemudian “penanganan nonfarmakologi dapat dilakukan dengan apa” atau soal nomor 16 dengan jumlah jawaban benar sebanyak 8 responden dan pertanyaan tentang “olahraga secara teratur dan konsumsi herbal dapat dilakukan sebagai upaya apa untuk dismenore” atau soal nomor 19 dengan jumlah jawaban benar sebanyak 10 responden.

Hasil penelitian sejalan dengan hasil penelitian Kurniasih *et al.* (2024) pengaruh edukasi kesehatan terhadap pengetahuan remaja tentang manajemen nyeri non farmakologi dismenorea pada Siswi Kelas X SMK Negeri 1 Bringin. Berdasarkan data pada kelompok kontrol pada *pre-test* pengetahuan paling banyak masuk dalam kategori kurang dengan jumlah 23 responden (74,2%) dengan rata-rata (mean) nilai sebesar 50,77. Nilai terendah adalah 33 sedangkan nilai tertinggi adalah 87. Hasil kelompok kontrol pada *post-test* pengetahuan paling banyak masuk dalam kategori cukup sebanyak 19 responden (61,3%) dengan rata-rata (mean) nilai sebesar 63,35. Nilai terendah adalah 40 sedangkan nilai tertinggi adalah 80.

Permasalahan kesehatan reproduksi adalah suatu keadaan yang abnormal, mencakup fisik, mental, sosial, yang berkaitan dengan alat fungsi, serta proses reproduksi yang pemikiran kesehatan reproduksi. Salah satu masalah kesehatan reproduksi adalah Dismenore ditandai dengan rasa nyeri atau kram di perut bagian bawah yang bisa menjalar ke punggung bawah dan paha, terutama saat menstruasi. (Kemenkes RI, 2018).

Kurangnya informasi dan pengetahuan responden tentang dismenorea, maka remaja perlu memiliki pengetahuan yang mendukung terhadap penanganan dismenore itu sendiri, dengan cara mencari informasi yang bersangkutan dengan dismenore dari berbagai sumber informasi, serta

sarana informasi yang memadai bagi para remaja putri (Djailani et al, 2022).

Asumsi peneliti pada penelitian ini didapatkan sebagian besar responden dengan pengetahuan kurang baik tentang dismenore, atau nyeri haid, bisa disebabkan oleh beberapa faktor seperti kurangnya informasi yang akurat dan mudah diakses, kurangnya kesadaran tentang pentingnya mengetahui dismenore, dan adanya anggapan keliru tentang penanganan yang tepat. Selain itu, kurangnya pendidikan kesehatan reproduksi yang komprehensif di sekolah dan lingkungan sekitar juga dapat berkontribusi terhadap kurangnya pengetahuan responden.

Meskipun saat ini sudah era modern dimana setiap anak memiliki handphone canggih yang dapat mengakses informasi namun remaja merasa nyeri haid yang dirasakan sudah biasa terjadi sehingga tidak ada dari remaja yang mencari informasi lebih dalam dan belum pernah adanya pembahasan baik dari orang tua maupun sekolah yang membahas tentang dismenore.

b. Pengetahuan Remaja Putri Setelah Diberikan Edukasi

Berdasarkan hasil tabel 4.2 dapat dijelaskan bahwa dari 32 responden didapatkan 28 (87,5%) dengan pengetahuan baik dan sebesar 4 (12,5%) dengan pengetahuan kurang baik. Dapat disimpulkan bahwa sebagian besar pengetahuan setelah diberikan edukasi dengan kategori baik.

Hasil pertanyaan atau kuesioner pada pretets didapatkan 3 item soal dengan jawaban paling rendah yaitu pertanyaan tentang “klasifikasi disminore” atau soal nomor 3 dengan jumlah jawaban benar sebanyak 17 responden, kemudian “penanganan nonfarmakologi dapat dilakukan dengan apa” atau soal nomor 16 dengan jumlah jawaban benar sebanyak 18 responden dan pertanyaan tentang “olahraga secara teratur dan konsumsi herbal dapat dilakukan sebagai upaya apa untuk disminore” atau soal nomor 19 dengan jumlah jawaban benar sebanyak 19 responden.

Sejalan dengan hasil pnelitian Marliany et al. (2023) pengaruh pendidikan kesehatan tentang dismenore terhadap tingkat pengetahuan remaja putri. Hasil menunjukkan sebelum pendidikan kesehatan (Pretest) sebesar 66.7% responden memiliki pengetahuan kurang. Setelah menerima pendidikan kesehatan (Posttest) sebesar 87.4% responden memiliki pengetahuan baik. Perbedaan nilai rerata pengetahuan pre test yaitu 57.07. Sedangkan nilai rerata post test yaitu 87.99.

Edukasi kesehatan perlu dilakukan untuk meningkatkan pengetahuan karena edukasi adalah proses membantu seseorang, secara sendiri-sendiri atau kolektif, untuk membuat keputusan. Peneliti berpendapat informasi yang diperoleh memberikan pengetahuan baru bagi siswi terutama tentang manajemen nyeri dismenore yang dapat dilakukan tanpa obat atau non farmakologis, yang membuktikan bahwa edukasi menggunakan media modul dapat meningkatkan pengetahuan tentang dismenorea karena di dalam modul terdapat pesan-pesan yang disampaikan dengan gambar yang menarik sehingga mudah dipahami oleh siswi. Dari pengetahuan baru tersebut dapat mengubah sikap dan tingkah laku siswi dalam menangani dismenorea dengan ditandai oleh hasil penelitian yang signifikan pada kelompok intervensi setelah satu minggu diberikan perlakuan (Fitria & Haqqattiba'ah, 2020).

Menurut asumsi peneliti setelah diberikan edukasi kesehatan tentang dismenore (nyeri saat menstruasi), pengetahuan remaja putri tentang dismenore mayoritas meningkat secara signifikan. Penelitian menunjukkan bahwa edukasi kesehatan, terutama melalui media seperti power point dapat secara efektif meningkatkan pemahaman dan menambah informasi positif remaja terhadap dismenore. Adapun responden yang masih dalam kategori kurang baik dapat disebabkan penyampaian materi oleh peneliti tidak dapat diterima baik ataupun responden yang belum paham dengan informasi yang disampaikan.

Peningkatan pengetahuan bukan semata-mata karena penyuluhannya saja, namun juga didorong dari keingintahuan remaja terhadap materi yang telah diberikan. Penyampaian yang menarik dan tergolong masih baru pertama di berikan akan memberikan informasi yang sangat berguna bagi siswi sehingga siswi semangat mendengarkan. Selain dari pada itu hal yang sampaikan merupakan kejadian yang dialami benar di kehidupan nyata remaja maka sikap antusias dari remaja memudahkan menerima informasi.

c. Pengaruh edukasi tentang penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri

Hasil analisis pengaruh edukasi tentang penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur, dengan uji *Mc. Nemer* didapatkan p-value 0,000 (<0,05) yang berate ada pengaruh edukasi tentang

penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur

Sejalan dengan hasil peneli Noverianti *et al.* (2022) Pengaruh promosi kesehatan terhadap pengetahuan remaja putri tentang dismenore di SMA Negeri Tanjungsari Sumedang. Hasil uji statistik diketahui bahwa rata-rata pengetahuan sebelum promosi kesehatan 8,84% dan pengetahuan setelah dilakukan promosi kesehatan 17,64%. Hasil uji bivariat didapatkan p value 0,000.

Pemberian pendidikan kesehatan mengenai dismenore sangat berpengaruh terhadap tingkat pengetahuan remaja putri. Adanya pendidikan kesehatan dapat memberikan manfaat dalam menambah wawasan, pengetahuan, serta informasi yang dapat meningkatkan pengetahuan remaja putri mengenai dismenore. Mengingat masih rendahnya pengetahuan remaja putri mengenai dismenore, maka pemberian pendidikan kesehatan merupakan upaya yang tepat dalam meningkatkan pengetahuan (Putri, 2019).

Pendidikan atau edukasi kesehatan mengenai dismenore pada dasarnya adalah upaya untuk menyampaikan pesan-pesan kesehatan kepada siswi, dengan harapan bahwa pesan tersebut dapat meningkatkan pengetahuan siswi mengenai penanganan dismenore serta mempersiapkan mereka dalam menghadapi kondisi tersebut. Media pendidikan kesehatan dapat berupa leaflet, brosur, media video, ataupun berupa komik. Dari beberapa penelitian, media ppt lebih efektif dalam penyampaian. ppt sebagai media pendidikan kesehatan (Husna & Silaen, 2025).

Menurut asumsi peneliti kurangnya pengetahuan tentang dismenore disebabkan remaja putri masih kurang menerima informasi yang tepat walaupun telah mendapatkan informasi mengenai dismenore. Hal ini dapat disebabkan karena remaja tidak berusaha mencari tahu upaya penanganan yang tepat. Remaja yang memiliki pengetahuan baik akan melakukan upaya agar saat haid tidak mengalami nyeri. Semakin baik pengetahuan tentang dismenore yang dimiliki siswi, maka perilaku yang ditunjukkan untuk menangani dismenore juga semakin baik.

Hasil setelah diberikan edukasi kesehatan tentang dismenore (nyeri saat menstruasi), pengetahuan remaja putri tentang dismenore meningkat secara signifikan. Edukasi dismenore dapat meningkatkan pengetahuan karena memberikan informasi yang jelas dan akurat mengenai kondisi

tersebut, termasuk penyebab, gejala, cara penanganan, dan dampaknya. Dengan pengetahuan yang lebih baik, individu dapat mengelola dismenore dengan lebih efektif, mengurangi dampak negatif pada kehidupan sehari-hari, dan mengambil keputusan yang tepat terkait kesehatan reproduksi mereka. Remaja dapat memanfaatkan *handphone* menjadi media baca dimana sebelumnya hanya digunakan untuk keperluan sekolah dan sosial media terkait tentang keluhan pada dismenorea primer, klasifikasi dismenore, penanganan nonfarmakologi dapat dilakukan dengan apa dan tentang olahraga secara teratur dan konsumsi herbal dapat dilakukan sebagai upaya apa untuk dismenore.

Masih terdapat responden dengan pengetahuan kurang baik, hal ini perlu ditinjau kembali dan dilakukan edukasi secara terus menerus agar informasi tentang dismenorea dapat diterima dengan baik. Pemberian edukasi menggunakan media Powerpoint umumnya dinilai efektif karena dapat membangkitkan minat belajar dan memudahkan penyampaian materi, meskipun efektivitasnya sangat bergantung pada desain dan cara penyampaian pengajar.

Kelebihan edukasi menggunakan power point yaitu penyampaian Materi Lebih Mudah. Membantu pengajar mengatur dan menyampaikan poin-poin utama materi secara terstruktur. Fitur pengolahan teks, warna, gambar, dan animasi dapat membuat presentasi lebih menarik secara visual, meningkatkan ketertarikan dan partisipasi peserta didik. Kemudian kekurangannya yaitu membutuhkan perangkat keras (komputer, proyektor) dan listrik, serta kemampuan teknis dasar untuk mengoperasikannya. Jika ada kendala teknis, proses edukasi bisa terhenti. Perlu waktu untuk menyiapkan slide yang baik dan menarik. Jika persiapan kurang matang, media bisa menjadi tidak efektif.

KETERBATASAN PENELITIAN

Keterbatasan dalam penelitian kurang kondusif di karnakan masih ada beberapa anak yang tidak memperhatikan saat dilakukan edukasi

PENUTUP

Berdasarkan hasil penelitian dapat disimpulkan bahwa distribusi frekuensi pengetahuan remaja putri sebelum diberikan edukasi di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur dari 32 responden didapatkan 19 (59,4%) dengan pengetahuan kurang baik dan sebesar 13 (40,6%) dengan pengetahuan baik.

Distribusi frekuensi pengetahuan remaja putri setelah diberikan edukasi di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur dari 32 responden didapatkan 28 (87,5%) dengan pengetahuan baik dan sebesar 4 (12,5%) dengan pengetahuan kurang baik. Terdapat pengaruh edukasi tentang penatalaksanaan dismenore terhadap pengetahuan remaja putri di SMP Muhammadiyah Gunung Pelindung Kabupaten Lampung Timur didapatkan p-value 0,000 (<0,05)

Saran pada penelitian ini ditujukan bagi remaja putri yang mengikuti penelitian ini diharapkan dapat lebih memahami tentang dismenorea tidak hanya dari informasi ini namun dapat dari berbagai media baca salah satunya di internet, mencari informasi yang akurat tentang dismenore, mencoba berbagai cara mengatasi nyeri haid, serta aktif mencari bantuan jika diperlukan. Selain itu, responden perlu rutin mengikuti kegiatan edukasi yang diadakan baik di lingkungan masyarakat ataupun sekolah.

Bagi Sekolah diharapkan Peningkatan pengetahuan remaja putri terkait keluhan pada dismenorea primer, klasifikasi dismenore, penanganan nonfarmakologi dapat dilakukan dengan apa dan tentang olahraga secara teratur dan konsumsi herbal dapat dilakukan sebagai upaya apa untuk dismenore. Membuat program Pusat Informasi dan Konseling Kesehatan Reproduksi Remaja (PIK-KRR) untuk memberikan edukasi tentang dismenore.

Bagi peneliti dapat mempertimbangkan faktor-faktor lain yang mempengaruhi kejadian dismenore seperti usia menarche, lama menstruasi, kebiasaan olahraga, dan riwayat keluarga, serta memperbanyak sampel untuk generalisasi yang lebih luas. Selain itu, penting untuk meneliti perilaku kesehatan terkait dismenore, termasuk hubungan antara sosial ekonomi dan perilaku dalam mengatasi nyeri haid.

DAFTAR PUSTAKA

Asmalia, R., Anggina, D. N., Badri, P. R. A., & Ghifari, M. Z. (2025). Disminore pada Mahasiswa Fakultas Kedokteran dalam Kaitannya dengan Pengetahuan dan Stres. *Jurnal Penelitian Kesehatan*, 16(1), 59–63. <https://doi.org/10.33846/sf16114>

Budiman, & Riyanto, A. (2018). *Kapita Selekta Kuesioner : Pengetahuan dan Sikap dalam Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Salemba Medika.

Djailani et al. (2022). Gambaran pengetahuan remaja putri tentang upaya penanganan dismenore di SMP IT Insan Cendekia Doyo Baru Kabupaten Jayapura. *Jurnal Kesehatan STIKES Bethesda Yakkum Yogyakarta*. Homepage: jurnal.stikesbethesda.ac.id

Handayani, T. Y., & Sari, D. P. (2021). Hubungan Pengetahuan dan Sikap Remaja dalam Mengatasi Disminorea. *Medihealth: Jurnal Ilmu Kesehatan Dan Sains*, 1(1), 14–20. Retrieved from <https://jurnalmbp.org/index.php/Medihealth/article/view/4/6>

Husna, A. S., & Silaen, H. (2025). Pengaruh Edukasi Kesehatan Menggunakan Leaflet Terhadap Penurunan Disminore Di SMPS Al-Manar Medan. *Indonesian Trust Nursing Journal*, 3(1), 26–34. Retrieved from <https://jurnal.murniteguhuniversity.ac.id/index.php/itnj/article/download/332/272>

Inayustiani, V., & Wahyuningsih, M. (2018). Efektivitas Pendidikan Kesehatan tentang Disminore Terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Kelas VII SMP Negeri 5 Yogyakarta. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Ar-Rum Salatiga*, 3(1), 1–10. Retrieved from <https://ar-rum.ac.id/ojs2/index.php/JIKA/article/view/File/30/41>

Fitria & Haqqattiba'ah. (2020). 'Pengaruh Akupresur dengan Teknik Tuina terhadap Pengurangan Nyeri Haid (Disminore) pada Remaja Putri', *Jurnal Ners dan Kebidanan (Journal of Ners and Midwifery)*, 7(1), pp. 073–081. Available at: <https://doi.org/10.26699/jnk.v7i1.art.p073-081>.

Irawan. (2018). *Etika dan Perilaku Kesehatan*. Gorontalo: CV. Absolute Media.

Kemenkes RI. (2018). *Profil Kesehatan Indonesia 2018*. 2018: Kemenkes RI.

Kemenkes RI. (2021). *Profil Kesehatan Indonesia Tahun 2020*. Jakarta: Kemenkes RI.

Kurniasih, E., Maimunah, S., & Sebtalesey, C. Y. (2024). Pengaruh Edukasi Kesehatan terhadap Pengetahuan Remaja tentang Manajemen Nyeri Non Farmakologi Disminorea. *E-Journal Cakra Medika*, 11(2), 1–8. <https://doi.org/10.55313/ojs.v11i2.183>

Lehtimäki, S., Schwalbe, N., & Sollis, L. (2019). *Adolescent Health: The missing population*

- in Universal Health Coverage. Geneva: PMNCH.
- Liansari, V. (2023). *Perkembangan Peserta Didik*. Sidoarjo: Umsida Press.
- Maidartati, M., Hayati, S., & Hasanah, A. P. (2018). Efektivitas Terapi Kompres Hangat terhadap Penurunan Nyeri Dismenore pada Remaja di Bandung. *Jurnal Keperawatan BSI*, 6(2), 156–164. Retrieved from <https://ejournal.bsi.ac.id/ejurnal/index.php/jk/article/download/4357/pdf>
- Marliany, H., Sukmawati, I., Septiani, H., & Nurhidayah, A. S. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Dismenore terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri. *HealthCare Nursing Journal*, 5(1), 650–655. <https://doi.org/10.35568/healthcare.v5i1.2900>
- Nabila, S. (2022). *Perkembangan Remaja Adolescence*. Jember: Universitas Jember.
- Nelly, S. (2020). Pengetahuan Remaja Putri tentang Dismenore di Yayasan Pendidikan SMA Swasta Pencawan Medan Tahun 2019. Jakarta: Poltekkes Kemenkes Medan.
- Notoatmodjo, S. (2020). *Metode Penelitian Kesehatan*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Notoatmodjo, Seokidjo. (2018). *Metodologi Penelitian Kesehatan (Cetakan II)*. Jakarta: Rineka Cipta.
- Noverianti, G., Carolin, B. T., & Dinengsih, S. (2022). Pengaruh Promosi Kesehatan Terhadap Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore. *Jurnal Ilmiah Kesehatan*, 14(1), 39–48. <https://doi.org/10.37012/jik.v14i1.461>
- Nurmala, I. (2020). *Promosi Kesehatan*. Surabaya: Airlangga University Press.
- Putri, R. L. (2019). Efektifitas Pendidikan Kesehatan tentang Dismenore terhadap Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Menggunakan Metode Ceramah Di Smk Taman Siswa Kapanjen. Malang: STIKes Kapanjen.
- Rahmawati, A. F. (2022). Meta-Analisis Pengaruh Akupresur Terhadap Penurunan Nyeri Dismenore. Surakarta: UNS (Sebelas Maret University).
- Saalino, V., Sampe, L., & Rante, R. (2023). Pengaruh Nyeri Haid (Dismenore) terhadap Aktivitas Belajar pada Remaja Putri di SMAN 4 Toraja Utara. *Jurnal Ilmiah Kesehatan Promotif*, 8(1), 26–39. Retrieved from <https://journal.stikestanatoraja.ac.id/jikp/article/view/135>
- Seriana, I., & Yusnaini, Y. (2021). Pengaruh Pemberian Susu Kedelai terhadap Dismenorea Primer pada Remaja Puteri. *NASUWAKES: Jurnal Kesehatan Ilmiah*, 14(2), 146–153. Retrieved from <https://journal.poltekkesaceh.ac.id/index.php/nasuwakes/article/view/275>
- Siregar. (2015). *Statistik Parametrik Untuk Penelitian Kuantitatif*. Jakarta: Bumi Aksara.
- Sugiyono. (2018). *Metode Penelitian Kuantitatif dan Kualitatif dan R&D (Alfabeta)*. Bandung.
- Sulistyaningdiah, E., & Astuti, R. P. (2023). Hubungan Pengetahuan, Menarche, dan Kadar Hemoglobin dengan Kejadian Dismenore pada Siswi SMA Negeri 1 Way Bungur Kecamatan Way Bungur Kabupaten Lampung Timur Tahun 2023. *SIMFISIS: Jurnal Kebidanan Indonesia*, 3(2), 623–629. <https://doi.org/10.53801/sjki.v3i2.186>
- Sutriso, Herawati, V. D., & Muna, W. O. A. P. (2022). Pengaruh Pemberian Minuman Kunyit Asam Terhadap Penurunan Skala Nyeri Dismenorea. *Jurnal Ilmu Keperawatan Indonesia (JIKI)*, 15(2), 108–114. <https://doi.org/10.47942/jiki.v15i2.1087>
- Sonata dan Sianipar. (2023). Hubungan antara stres kerja dengan gangguan siklus menstruasi perawat di Rumah Sakit. *Jurnal Ilmiah Permas: Jurnal Ilmiah STIKES Kendal Volume 13 Nomor 1, Januari 2023* e-ISSN 2549-8134; p-ISSN 2089-0834. <http://journal.stikeskendal.ac.id/index.php/PSKM>
- Swandari, A., Gerhana, I., & Amalia, D. A. (2022). Studi Kasus: Intervensi Fisioterapi Pada Kasus Dismenorea Di Universitas Muhammadiyah Surabaya. *Jurnal Keperawatan Muhammadiyah*, 6(3), 1–4. Retrieved from <https://repository.um-surabaya.ac.id/6224/>
- Tamaulina, S., Irmawati, M. S., & Tjahyadi, I. (2024). *Buku Ajar Metodologi Penelitian (Teori dan Praktik)*. Karawang: CV Saba Jaya Publisher.
- Taviyanda, D., & Richard, S. D. (2022). Health Education Affects The Level of Knowledge of Teenage Girl about Treating Dysmenorrhea Using Warm Compress at

- St. Augustinus Catholic High School Kediri. *Jurnal Kesehatan*, 11(2), 107–114. <https://doi.org/10.46815/jk.v11i2.99>
- Thoyibah, Z., & Hajri, Z. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan tentang Menstruasi terhadap Perilaku Remaja Putri dalam Penanganan Dismenorea. *Jurnal Pendidikan Dan Teknologi Kesehatan*, 6(1), 52–59. <https://doi.org/10.56467/jptk.v6i1.60>
- World Health Organization. (2024). Adolescent Health. Retrieved June 17, 2025, from https://www-who-int.translate.goog/health-topics/adolescent-health?_x_tr_sl=en&_x_tr_tl=id&_x_tr_hl=id&_x_tr_pto=tc
- Wildayani, D., Lestari, W., Ningsih, W. L., & Sujendri, S. (2023). The Relationship Between Physical Activity Level and Dysmenorrhoea in Young Women. *Medical Journal of Malaysia*, 78(4), 495–499
- Wulandari, P., Retnaningsih, D., & Winarti, R. (2019). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Kejadian Dismenore pada Remaja Putri di Prodi Ners STIKes Widya Husada Semarang. *Prosiding Seminar Nasional Widya Husada*, 114–122. Retrieved from <https://journal.uwhs.ac.id/index.php/psnwh/article/view/255>