**PERBEDAAN PENGETAHUAN SEBELUM DAN SESUDAH DIBERI
PENYULUHAN TENTANG *DYSMENORHEA* (NYERI HAID)
PADA REMAJA PUTRI KELAS VII
SMP MA'ARIF 1 PONOROGO**

Rindang Fitriana Ulfa
Akademi Kebidanan Harapan Mulya Ponorogo
rindang.fitrianaulfa1992@gmail.com

Abstract

Dysmenorrhea (painful menstruation) conditions often experienced by teenagers during menstruation. Preliminary studies conducted on 8 students interviews obtained 3 to explain the meaning dysmenorrhea (painful menstruation), while 5 students are not able to explain the meaning dysmenorrhea (painful menstruation). This shows kurangnya student knowledge. The study aims to determine differences in knowledge of adolescent girls before and after counseling.

Based on the objectives of the research design used pre Experimental design research methods one group pretest posttest. The entire study population grader SMP Ma'Arif 1 sempel ponorogo 41 respondents and 41 female students (total sampling). 2variabel independent variables used are differences in knowledge before and after the given counseling about dysmenorrhea (painful menstruation). Use traditional methods of data collection questionnaire is then processed with Editing, Coding, Scoring, Tabulating and analyzed.

The results showed that the respondents' knowledge before counseling knowledge either 15 (36.6%), respondents were knowledge enough 22 (53.6%), and 4 (9.8%) less knowledge respondents, while the counseling is done after both knowledge respondents 36 (87.8%), respondents were knowledge enough 5 (12.2%), and no less knowledge respondents (0%). From the calculation of the statistical test T-test with a significance level of 0.05 that $p < \alpha$ 0.05, H_a is accepted that there is an increase in knowledge among young women received counseling before and after receiving counseling on dysmenorrhea (painful menstruation).

Young women are expected to further expand the knowledge and references on dysmenorrhea (painful menstruation). The school is expected to give a lesson or counseling about dysmenorrhea (painful menstruation) in adolescent girls as an extra.

Keywords: Knowledge, *Dysmenorrhea*.

Pendahuluan

Masa remaja adalah masa transisi yang ditandai oleh adanya perubahan fisik, emosi dan psikis. Masa remaja, yakni antara usia 10-19 tahun, adalah suatu periode masa pematangan organ reproduksi manusia, dan sering disebut masa pubertas. Masa remaja adalah periode peralihan dan masa anak ke masa dewasa (Widiastuti, 2009 : 11).

Di Indonesia angka kejadian *dysmenorhea* (Nyeri haid) sebesar 64,25% yang terdiri dari 54,89% *dysmenorhea* (Nyeri haid) primer dan 9,38% *dysmenorhea* (Nyeri haid) sekunder. Tidak ada angka yang pasti mengenai penderita nyeri haid di Indonesia, namun di Surabaya di dapatkan 1,07% sampai 1,31% dari jumlah penderita datang ke bagian kebidanan (Harunriyanto, 2002).

Berdasarkan studi pendahuluan dari jumlah siswi yang berjumlah 41 yang dilakukan di SMP Ma'arif 1 Ponorogo pada Desember 2013 melalui wawancara pada 8 orang siswi di SMP Ma'arif 1 Ponorogo, didapatkan 3 orang berpengetahuan baik karena dapat menjelaskan pengertian *dysmenorhea* (Nyeri haid) sedang 5 orang siswi berpengetahuan kurang karena tidak mampu menjelaskan pengertian *dysmenorhea* (nyeri haid).

Suatu *dysmenorhea* disebut sebagai *dysmenorhea* primer, jika tidak ditemukan penyebab yang mendasarinya. Sementara itu, suatu *dysmenorhea* disebut sebagai *dysmenorhea* sekunder, bila penyebabnya berupa kelainan kandungan. Sesungguhnya, *dysmenorhea* primer sering dialami lebih dari 50% wanita, sedangkan 15% diantaranya mengalami rasa nyeri yang hebat.

Biasanya, *dysmenorhea* primer timbul sekitar 2-3 tahun setelah menstruasi pertama kalinya. Rasa nyeri pada *dysmenorhea* primer diduga berasal dari kontraksi rahim yang dirangsang oleh prostaglandin. Rasa nyeri yang dirasakan semakin hebat ketika bekuan atau potongan jaringan dari lapisan rahim melewati serviks (leher rahim), terutama jika saluran serviksnya sempit.

Dysmenorhea sekunder lebih jarang ditemukan, dan dialami oleh 25% wanita yang mengalami *dysmenorhea*. *Dysmenorhea* sekunder sering kali timbul pada usia 20 tahun. Penyebab terjadinya *Dysmenorhea* sekunder adalah *endometritis*, *fibroid*, *adenomiosis*, peradangan tuba falopii, perlengketan abnormal antarorgan di dalam perut dan pemakaian IUD. (Manan, 2011:146). Studi kasus pada remaja putri kelas VII SMP Ma'arif 1 Ponorogo pada 2 siswi didapatkan tidak mengikuti pelajaran saat mengalami *dysmenorhea*, dan 6 lainnya tidak mengalami masalah saat mengalami menstruasi sehingga mereka dapat melakukan aktifitas saat menstruasi.

Salah satu penyebab *dysmenorhea* adalah faktor psikis. Faktor psikis ini dapat ditimbulkan oleh stres karena kurangnya pengetahuan remaja tentang menstruasi. Kurangnya pengetahuan remaja ini adalah akibat kurangnya informasi kesehatan yang benar dan kurangnya akses remaja terhadap pelayanan kesehatan reproduksi. Padahal mitos dan informasi yang salah tentang menstruasi akan mempengaruhi emosi dan gagap dalam menghadapi menstruasi.

Berdasarkan latar belakang tersebut maka peneliti tertarik melakukan penelitian Perbedaan Pengetahuan Sebelum dan sesudah diberi penyuluhan *dysmenorhea* pada remaja putri kelas VII SMP Ma'arif 1 Ponorogo.

Metode Penelitian

Metode penelitian yang digunakan dalam penelitian ini adalah *pre experimental design* karena desain ini belum merupakan eksperimen sungguh-sungguh. Jadi hasil eksperimen yang merupakan variabel dependen itu bukan semata mata dipengaruhi oleh variabel independen. Rancangan penelitian yang digunakan adalah *One Group Pretest Posttest*. Dalam rancangan ini tidak ada kelompok pembanding (kontrol), tetapi sudah dilakukan observasi pertama (pretest) yang memungkinkan menguji perubahan perubahan yang terjadi setelah adanya eksperimen (program).

Hasil Penelitian

1. Tabulasi silang perbedaan pengetahuan remaja putri sebelum dan sesudah mendapat (Nyeri Haid) kelas VII SMP Ma'arif 1 Ponorogo.

Tabel 1.

Tabulasi Silang Pengetahuan Remaja Putri Sebelum dan Sesudah mendapat penyuluhan tentang nyeri haid

			pengetahuan sesudah		Total
			Baik	Cukup	
pengetahu an sebelum	baik	Count	15	0	15
		% of	36,6%	,0%	36,6%
		Total			
	cukup	Count	18	4	22
		% of	43,9%	9,8%	53,7%
		Total			
kurang	Count	3	1	4	
	% of	7,3%	2,4%	9,8%	
	Total				
Total	Count	36	5	41	
	% of	87,8%	12,2%	100,0%	
	Total				

Berdasarkan hasil tabulasi silang didapatkan dari 22 responden yang memiliki pengetahuan cukup sebelum penyuluhan, 18 diantaranya memiliki pengetahuan baik setelah penyuluhan dan 4 responden tetap memiliki pengetahuan cukup; sedangkan 4 remaja yang memiliki pengetahuan kurang sebelum penyuluhan, 3 diantaranya memiliki pengetahuan baik setelah penyuluhan dan 1 remaja memiliki pengetahuan cukup.

2. Uji statistik T-test perbedaan pengetahuan remaja putri kelas VII sebelum dan sesudah mendapat penyuluhan tentang *Dysmenorhea* (Nyeri Haid) di SMP Ma'arif 1 Ponorogo

Tabel 2.

Hasil Uji statistik *t-test*

	Paired Differences								
	Mean	Std. Deviation	Std. Error Mean	95% Confidence Interval of the Difference					
				Lower	Upper	t	df	Sig. (2-tailed)	
Pair 1	Pengetahuan sebelum - Pengetahuan sesudah	,610	,628	,098	,412	,808	6,221	40	,000

Dari hasil uji t-test berpasangan terlihat bahwa nilai signifikansi keabsahan sebesar 0,00 atau $<0,05$, artinya ada perbedaan pengetahuan remaja putri kelas VII tentang *dysmenorhea* (Nyeri haid) sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan

tentang *dysmenorhea* (Nyeri haid) di SMP Ma'arif 1 Ponorogo.

Pembahasan

Berdasarkan tabel diketahui bahwa sebelum dilakukan penyuluhan tentang *Dysmenorhea* (Nyeri Haid) sebagian kecil berpengetahuan baik yaitu 15 responden (36,6%) dan sesudah dilakukan penyuluhan hampir seluruhnya berpengetahuan baik yaitu 36 responden (87,8%), sebelum diberikan penyuluhan sebagian besar dari remaja putri berpengetahuan cukup tentang *dysmenorhea* (Nyeri haid) yaitu 22 responden (53,6%) dan setelah dilakukan penyuluhan tentang *dysmenorhea* (Nyeri haid) sebagian kecil yaitu 5 responden (12,2%) dari remaja putri berpengetahuan cukup tentang *dysmenorhea* (Nyeri haid), sebelum dilakukan penyuluhan sebagian kecil berpengetahuan kurang yaitu 4 responden (9,8%) dan sesudah dilakukan penyuluhan tidak satupun yang berpengetahuan kurang (0%).

Dari hasil uji t-test berpasangan terlihat bahwa nilai signifikansi keabsahan sebesar 0,00 atau $<0,05$, artinya ada perbedaan pengetahuan remaja putri kelas VII tentang *dysmenorhea* (Nyeri haid) sebelum dan sesudah mendapatkan penyuluhan tentang *dysmenorhea* (Nyeri haid) di SMP Ma'arif 1 Ponorogo.

Adanya Perbedaan Pengetahuan Sebelum Dan Sesudah Diberi Penyuluhan Tentang *Dysmenorhea* (Nyeri Haid) Pada Remaja Putri Kelas VII SMP Ma'arif 1 Ponorogo dapat memungkinkan karena adanya faktor-faktor yang mempengaruhi tingkat pengetahuan menurut Notoatmodjo (2007, 121) yang pertama faktor Internal seperti usia, intelegensi, pemahaman, sistem nilai dan kepercayaan, dan gaya hidup. Adapun faktor Eksternal seperti pendidikan, dukungan Keluarga atau Soaial, sarana

informasi, sosial, ekonomi, budaya dan latar belakang pendidikan.

Meskipun ada beberapa remaja putri yang berpengetahuan cukup tentang *dysmenorhea* setelah dilakukan penyuluhan, hal ini tidak dapat semata-mata menyalahkan remaja putri yang tetap berpengetahuan cukup karena ada faktor-faktor lain yang mempengaruhi pengetahuan sebagaimana dikemukakan oleh Notoatmodjo diatas, tetapi disini tampak adanya pengaruh yang sangat besar setelah dilakukan penyuluhan dengan demikian pengetahuan dari orang dewasa tentang menstruasi ke remaja putri sangat dibutuhkan dan hal itu tidak boleh diremehkan karena melihat sangat adanya pengaruh terhadap pengetahuan remaja putri.

Menurut penelitian yang dilakukan Nafiroh (2010) di MTs NU Mranggen Kabupaten Demak, terdapat 36 siswi (78,3%) dari 46 responden berpengetahuan kurang tentang *dysmenorrhea*, seperti pengertian, waktu terjadinya, faktor penyebabnya, tanda dan gejala, serta upaya penanganan dari dysmenorrhea.

Hal itu terjadi kemungkinan dari tidak adanya pendidikan kesehatan reproduksi di MTs NU Mranggen Kabupaten Demak. Pengetahuan kesehatan reproduksi hanya didapatkan dari mata pelajaran Biologi, itu pun hanya membahas tentang anatomi hewan, tumbuhan dan susunan anatomi organ reproduksi manusia beserta fungsinya. Tidak membahas permasalahan-permasalahan yang menyertai sistem reproduksi. Dari data tersebut, maka pendidikan atau penyuluhan kesehatan di sekolah tersebut penting dilakukan, terutama masalah kesehatan reproduksi, dan sebagainya.

Hal ini dilakukan karena kemampuan memelihara dan meningkatkan kesehatan harus dikembangkan sedini mungkin, termasuk pada saat masih menjadi murid.

Menurut peneliti dalam memberikan pendidikan kesehatan atau penyuluhan peneliti akan menggunakan metode ceramah dan tanya jawab yaitu suatu cara dalam menerangkan dan menjelaskan suatu ide secara lisan kepada orang sehingga memperoleh informasi tentang kesehatan. Dengan metode tersebut banyak orang yang dapat memperoleh pengetahuan. Hal tersebut di buktikan dari hasil penelitian yang dilakukan, didapatkan hasil pengetahuan sebelum dilakukan penyuluhan yaitu 66,7% dari 36 sampel yang diteliti berpengetahuan kurang 5, sedangkan sesudah penyuluhan pengetahuan remaja putri meningkat menjadi 99,4% masuk dalam kategori pengetahuan baik.

Daftar Pustaka

- Arikunto, S. 2010. *Prosedur Penelitian suatu pendekatan praktik*. Jakarta: Rineka Cipta
- Aulia. 2009. *Kupas Tuntas Menstruasi*. Yogyakarta : Milleston
- Harunriyanto. 2002. *Jtptunimus-gdl-virafatmas-5166-3-bab2.pdf* Diakses pada tanggal 19 februari 2014 pukul 16.30 WIB
- Hermanto, Ning. 2006. *Ibu Sehat dan Cantik dengan Herbal*. Jakarta : PT Elekx media komputindo
- Hidayat, 2010. *Metode Penelitian Kebidanan Teknis Analisa Data*. Jakarta : Salemba medika
- Judha, M. 2012. *Teori Pengukuran Nyeri dan Nyeri Persalinan*. Yogyakarta : Nuha medika
- Manan, El. 2011. *Kamus Pintar Kesehatan Wanita*. Buku biru
- Mansjoer, A. ddk. 1999. *Kapita Selekta Kedokteran*. Jakarta : Media Aeculapius Fakultas kedokteran Universitas Indonesia
- Manuaba, I. 1999. *Ilmu Kebidanan Penyakit Kandungan dan Keluarga Berencana untuk pendidikan bidan*. Jakarta : Buku kedokteran.
- Maulana, M. 2009. *Tanya Jawab Lengkap dan Praktis Seputar Reproduksi, Kehamilan dan Merawat Anak*. Yogyakarta : Tunas publisiny
- Mubarorok, W. dkk, 2009. *Ilmu Kesehatan Masyarakat*. Jakarta : Salemba medika
- Notoatmodjo, Soekidjo. 2003. *Pendidikan dan perilaku kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta
- _____. 2007. *Kesehatan masyarakat ilmu dan seni*. Jakarta : Rineka cipta
- _____. 2010. *Metode penelitian kesehatan*. Jakarta : Rineka cipta
- Nursalam, 2003. *Konsep dan penerapan metodologi*. Jakarta : Salemba medika
- Prawirohardjo, Sarwono, 2007. *Ilmu kandungan*. Jakarta : Yayasan bina pustaka sarwono prawirohardjo
- Sarwono, S. 2010. *Psikologi remaja*. Jakarta : Rajawali pers
- Sugiyono, 2010. *Statistika untuk penelitian*. Bandung : alfabeta
- Verawati, S. 2012. *Merawat dan menjaga kesehatan seksual wanita*. Bandung : Gravindo
- Widiastuti, Y. dkk . 2009. *Kesehatan reproduksi*. Yogyakarta : Fitramaya
- Wiknjosastro, H. 2007. *Ilmu kandungan*. Jakarta : Yayasan bina pustaka sarwono prawiroharjo.