ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

GAMBARAN TINGKAT PENGETAHUAN DAN PENANGANAN *DISMENORE* PADA REMAJA PUTRI DI SMA NEGERI 2 KUTA UTARA

Overview of The Level of Knowledge And Treatment of Dysmenorrhea In Adolescent Girls At Sma Negeri 2 Kuta Utara

Ni Luh Neta Surastri Maharani[1], Ni Ketut Citrawati[2]*, Ni Kadek Yuni Lestari[3]
[1,2,3]Program Studi Keperawatan Program Sarjana STIKES Wira Medika Bali)
Email: netasurastri2228@gmail.com (082145033565)[1]
**Corresponding Author*
Tanggal *Submission* : 02 Juni 2025, Tanggal diterima : 28 Juni 2025

Abstrak

Masa remaja merupakan fase penting dalam kehidupan seseorang yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial. Pada remaja putri, pubertas ditandai oleh kematangan organ reproduksi dan kemampuan untuk bereproduksi. Kemampuan ini dapat dilihat dari tanda-tanda pertumbuhan primer, seperti menstruasi pertama atau menarche. Menstruasi yang dirasakan perempuan yang satu dengan yang lain memiliki sifat dan tingkat rasa nyeri berbeda, mulai dari nyeri ringan sampai berat, kondisi ini yang disebut dengan *dismenore.* Penanganan *dismenore* dapat dilakukan dengan menggunakan teknik farmakologi maupun nonfarmakologi. Penelitian ini bertujuan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan penanganan *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri 2 Kuta Utara. Jenis penelitian ini yaitu deskriptif kuantitatif dengan pendekatan *cross sectional*. Teknik sampling yang digunakan adalah *probability sampling* jenis *proportioned stratified random sampling* dan didapatkan jumlah responden sebanyak 231 orang. Hasil penelitian didapatkan sebagian besar tingkat pengetahuan dalam kategori baik sebanyak 152 orang (65,8%), sedangkan untuk penanganan *dismenore* mayoritas responden memiliki penanganan *dismenore* yang baik sebanyak 101 orang (43,7%). Pemahaman mengenai *dismenore* dan metode penanganannya merupakan aspek penting bagi remaja putri. Salah satu strategi untuk meningkatkan pengetahuan mereka adalah melalui edukasi yang bersifat penyuluhan atau pendekatan langsung, seperti mengakses berbagai sumber informasi, berkonsultasi dengan tenaga kesehatan, serta berdiskusi dengan keluarga maupun teman sebaya.
Kata Kunci: *Dismenore*; Remaja putri; Penanganan *Dismenore*

Abstract

Adolescence is an important phase in a person's life which is characterized by physical, emotional, and social changes. In adolescent girls, puberty is characterized by the maturity of the reproductive organs and the ability to reproduce. This ability can be seen from the primary signs of growth, such as the first menstruation or menarche. The menstruation that women feel from one woman to another has different properties and levels of pain, ranging from mild to severe pain, this condition is called dysmenorrhea. Treatment of dysmenorrhea can be done using pharmacological and non-pharmacological techniques. This study aims to find out an overview of the level of knowledge and treatment of dysmenorrhea in adolescent girls at SMA Negeri 2 Kuta Utara. This type of research is quantitative descriptive with a cross sectional approach. The sampling technique used was probability sampling of the proportioned stratified random sampling type and the number of respondents was 231 people. The results of the study showed that most of the knowledge levels in the good category were 152 people (65.8%), while for the treatment of dysmenorrhea, the majority of respondents had good dysmenorrhea treatment as many as 101 people (43.7%). Understanding dysmenorrhea and its treatment methods is an important aspect for young women. One of the strategies to increase their knowledge is through education that is counseling or a direct approach, such as accessing various sources of information, consulting with health workers, and discussing with family and peers.
Keywords: *Dysmenorrhea; Adolescent Women; Dysmenorrhea Treatment*

PENDAHULUAN

Masa remaja merupakan fase penting dalam kehidupan seseorang yang ditandai dengan perubahan fisik, emosional, dan sosial. Remaja ini sebagai masa peralihan dari masa anak-anak

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

ke masa dewasa, istilah ini menunjukkan masa dari awal pubertas sampai tercapainya kematangan seseorang (Nurinayah et al., 2022). Semua remaja akan mengalami masa pubertas atau masa awal matangnya seksual. Pada remaja putri, pubertas ditandai oleh kematangan organ reproduksi dan kemampuan untuk bereproduksi. Kemampuan ini dapat dilihat dari tanda-tanda pertumbuhan primer, seperti menstruasi pertama atau menarche (Nurrafi et al., 2023). Menstruasi yang dirasakan perempuan yang satu dengan yang lain memiliki sifat dan tingkat rasa nyeri berbeda, mulai dari nyeri ringan sampai berat, kondisi ini yang disebut dengan *dismenore* (Sanggola et al., 2024).

Berdasarkan data WHO (*World Health Organization*) pada tahun 2020, didapatkan bahwa jumlah wanita yang mengalami *dismenore* mencapai 1.769.425 jiwa atau sekitar 90%. Rata-rata 50% perempuan di setiap negara mengalami *dismenore*. Profil Kesehatan Indonesia tahun 2021 mencatat bahwa angka kejadian dismenore di Indonesia sebesar 64,25%. Data dari Dinas Kesehatan Provinsi Bali tahun 2022 menunjukkan bahwa dari 35.171 remaja putri di Kota Denpasar, 81,25% di antaranya mengalami *dismenore*. Sementara itu, di Kabupaten Badung, dari 26.192 remaja putri, 81,9% di antaranya mengalami *dismenore*.

Dismenore primer pada umumnya disebabkan oleh kontraksi otot rahim yang sangat intens, yang berfungsi untuk melepaskan lapisan dinding rahim yang tidak diperlukan lagi. *Dismenore* ini disebabkan oleh zat kimia alami yang diproduksi oleh sel-sel lapisan dinding rahim yang disebut prostaglandin. Prostaglandin akan merangsang otot-otot halus dinding rahim untuk berkontraksi. Biasanya pada hari pertama menstruasi kadar prostaglandin sangat tinggi. Pada hari kedua dan selanjutnya, lapisan dinding rahim akan mulai terlepas, dan kadar prostaglandin akan menurun. Rasa sakit dan nyeri haid pun akan berkurang seiring dengan makin menurunnya kadar prostaglandin (R. Dewi et al., 2023).

Dismenore memiliki dampak yang signifikan pada remaja putri, karena kondisi ini sering kali menyebabkan ketidaknyamanan yang mengganggu aktivitas sehari-hari pada remaja putri, bahkan bisa sampai menghambat kegiatan mereka. *Dismenore* tidak hanya nyeri di perut bagian bawah, tetapi juga dapat menyebabkan gejala lain seperti mual, muntah, nyeri di pinggang, punggung, berkeringat dingin, sakit kepala, bahkan pingsan. Beberapa penderita *dismenore* perlu beristirahat dan meninggalkan aktivitas mereka selama beberapa jam hingga beberapa hari. Tingkat keparahan *dismenore* bervariasi pada setiap orang, mulai dari ringan, sedang, hingga berat (Gunawati & Nisman, 2021). Hasil penelitian yang dilakukan oleh Pangestu & Fatmarizka (2023) menunjukkan bahwa *dismenore* primer memiliki dampak terhadap aktivitas belajar dan prestasi akademik remaja putri. Nyeri yang disebabkan oleh *dismenore* primer dapat menyebabkan gangguan dalam aktivitas belajar, mengurangi konsentrasi, menurunkan motivasi, menyebabkan ketidakhadiran di sekolah, dan mengganggu kinerja akademik, yang pada akhirnya mempengaruhi pencapaian prestasi belajar.

Penanganan dismenore dapat dilakukan dengan menggunakan teknik farmakologi maupun nonfarmakologi. Adzkia & Kartika (2020) Adzkia & Kartika (2020) menyebutkan beberapa cara nonfarmakologis untuk mengatasi dismenorea, seperti kompres dengan air hangat, melakukan posisi knee-chest, melakukan olahraga teratur dan cukup, mandi air hangat, serta mengoleskan balsem atau lotion penghangat pada bagian yang nyeri untuk meredakan nyeri. Teknik relaksasi napas dalam, pengobatan herbal termasuk obat herbal anti nyeri, hipnoterapi, teknik terapi pikiran, serta penyembuhan yang menggunakan metode hipnosis untuk memberikan sugesti atau perintah positif ke pikiran bawah sadar. Penanganan dismenorea secara farmakologis sering kali melibatkan penggunaan obat-obatan yang disebut penghambat prostaglandin atau NSAID (*Non-*

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Steroid Anti-Inflammatory Drugs) yang menghambat sintesis dan fungsi prostaglandin. Obat ini mengandung naproxen dan formulasi ibuprofen yang dijual bebas. (Khotimah & Lintang, 2022).

Penanganan tersebut sangat berhubungan dengan pengetahuan dari seorang individu. Pengetahuan merupakan hasil dari mengetahui yang terjadi setelah seseorang melakukan penginderaan terhadap suatu objek tertentu melalui panca indra manusia yakni, indra penglihatan, indra pendengaran, indra penciuman, indra peraba, dan indra perasa. Pengetahuan tentang *dismenore* sangat berpengaruh pada langkah penanganan pertama *dismenore*. Dalam kesinambungan tersebut, terdapat hubungan antara pengetahuan tentang dismenore dengan cara penanganan pertama *dismenore*. Remaja putri yang mendapatkan informasi yang benar tentang *dismenore* cenderung mampu menerima gejala dan keluhan yang dialami secara positif, sedangkan remaja putri yang kurang pengetahuan tentang dismenore mungkin akan merasa cemas dan mengalami stres berlebihan saat menghadapi gejala dan keluhan yang dialami atau cenderung bersikap negatif (Ariasih et al., 2023).

Berdasarkan hasil penelitian Puspita (2022) yang berjudul "Gambaran Pengetahuan Dan Penanganan *Dismenore* Pada Remaja Putri Di Desa Ngrayung Kecamatan Plumpang Kabupaten Tuban". Hasil penelitian menunjukkan responden remaja putri yang berpengetahuan baik tentang penanganan dismenorea sebanyak 9 orang (11,25%), responden dengan pengetahuan yang cukup sebanyak 31 orang (38,75%), dan dengan pengetahuan yang kurang sebanyak 40 orang (50%). Berdasarkan penelitian "Gambaran Pengetahuan Penanganan Dismenore dengan Kualitas Nyeri pada Siswa SMA Madrasah Ulumul Quran Pagar Air" Azra (2022) didapatkan sebanyak 39 responden (46,7%) yang masuk dalam kategori pengetahuan kurang tentang penanganan *dismenore,* sebanyak 38 responden (45,7%) yang masuk dalam kategori pengetahuan cukup, dan sebanyak 6 responden (7,2%) yang masuk dalam kategori baik.

Untuk mengatasi masalah ini, pemerintah bekerja sama dengan Badan Kependudukan dan Keluarga Berencana Nasional mendirikan Pusat Informasi dan Konseling Remaja (PIK-R) di jenjang SMP, SMA, dan perguruan tinggi untuk memberikan edukasi kepada remaja tentang berbagai topik, termasuk kesehatan reproduksi. Di Indonesia terdapat 18.692 PIK-R dari jumlah tersebut, Provinsi Bali merupakan yang paling sedikit, setelah Sulawesi Barat dan Maluku Utara. Kabupaten Badung juga merupakan salah satu kabupaten dengan jumlah PIK-R paling sedikit; dari 122 SMP, SMA, dan SMK di Kabupaten Badung, hanya 18 yang memiliki PIK-R. Melalui wawancara dengan salah satu staff Dinas Penduduk Keluarga Berencana Pemberdayaan Perempuan dan Perlindungan Anak (DP2KBP3A) Kabupaten Badung, mengatakan pemerintah Kabupaten Badung telah melakukan upaya optimalisasi PIK-R ke berbagai sekolah yang ada di Kabupaten Badung, namun hingga saat ini baru terbentuk 18 PIK-R (BKKBN, 2019). PIK-R yang baru saja didirikan, yaitu PIK-R di SMA Negeri 2 Kuta Utara, belum pernah diberikan pelatihan atau penyuluhan tentang *dismenore*. PIK-R SMA Negeri 2 Kuta Utara merupakan PIK-R terbaru yang baru berdiri dari 175 PIK-R yang telah terdokumentasikan di Provinsi Bali.

Berdasarkan hasil studi pendahuluan yang dilakukan peneliti dengan wawancara tertutup di SMA Negeri 2 Kuta Utara pada tanggal 29 Agustus 2024, menunjukkan, dari 10 remaja putri yang diwawancarai 6 diantaranya hanya beristirahat ketika merasakan nyeri haid, 2 remaja putri melakukan pengobatan nonfarmakologi seperti kompres hangat dan mengkonsumsi jamu kunyit, sementara 2 remaja putri memilih untuk mengkonsumsi obat pereda nyeri. Dari 10 remaja putri hanya 1 orang yang pernah mendapatkan sosialisasi terkait penanganan *dismenore* dan hanya 1 remaja putri yang mencari informasi tentang cara mengobati *dismenore* melalui sosial media.

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Berdasarkan uraian dan fenomena diatas pentingnya tingkat pengetahuan dan penanganan *dismenore* pada remaja putri agar dapat menangani dan melakukan perawatan yang tepat. Adapun tujuan penelitian ini adalah mengetahui gambaran tingkat pengetahuan dan penanganan *dismenore* pada remaja putri di SMA Negeri 2 Kuta Utara".

METODE PENELITIAN

Penelitian ini menggunakan metode kuantitatif dengan pendekatan penelitian deskriptif karena peneliti mendekripsikan dan mengambarkan tingkat pengetahuan dan penanganan *dismesnore* pada remaja putri di SMA Negeri 2 Kuta Utara. Penelitian ini telah mendapatkan persetujuan etik dari STIKES Wira Medika Bali dengan no surat 374/E1.STIKESWIKA/EC/X/2024 tertanggal 12 November 2024. Populasi dalam penelitian ini adalah remaja putri yang berjumlah 542 orang. Pengambilan sampel pada penelitian ini menggunakan *Probability Sampling* dengan teknik *Proportionate Stratified Random Sampling.* Sampel dalam penelitian ini sebanyak sebanyak 231 orang remaja putri yang memenuhi kriteria inklusi. Peneliti menggunakan instrumen tingkat pengetahuan dan penanganan *dismenore* yang sudah teruji validitas dan reliabilitasnya. Remaja putri yang telah menandatangani *informed consent* didampingi dalam pengisian kuasioner instrumen. Pengolahan data dilakukan melalui proses *editing* (penyunting), *coding*, *entry* data dengan bantuan IBM SPSS 27, setelah itu dilakukan tabulasi data. Pada penelitian ini, analisis univariat digunakan untuk mengetahui gambaran tingkat pengetahuan, penanganan *dismenore* pada remaja putri, dan mengambarkan karasteristik responden yang disajikan dalam bentuk tabel

HASIL DAN PEMBAHASAN

Responden penelitian ini terdiri dari 231 remaja putri dengan data karasteristik yang dikumpulkan adalah umur dan sumber informasi

Tabel 1. Distribusi Frekuensi Karakteristik Responden

No	Usia	Frekuensi	Persentase (%)
1	15	62	26,8
2	16	83	35,9
3	17	73	31,6
4	18	13	5,6
Total		**231**	**100**
No	**Sumber Informasi**	**Frekuensi**	**Persentase (%)**
1	Internet	148	64,1
2	Keluarga	37	16,0
3	Sosialisasi	46	19,9
Total		**231**	**100**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 1 didapatkan hasil bahwa mayoritas responden berusia 16 tahun sebanyak 83 siswa (35,9%) yang merupakan fase madya. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Khasanah et al., (2021), yang menunjukkan bahwa sebagian besar responden berumur 15-17 tahun, yang berjumlah jumlah 81 responden (96,4%) merupakah fase madya. Studi ini juga di dukung oleh penelitian Novia Nur Hanifah (2022) yang menyebutkan bahwa tahap usia remaja madya menggunakan diyakini memiliki pengalaman dan pemikiran yang lebih kompleks, remaja sering mengajukan pertanyaan, menganalisis secara lebih menyeluruh dan berpikir tentang bagaimana cara mengembangkan identitas. Semakin bertambah umur seseorang maka akan semakin bijaksana sehingga menambah pengetahuannya.

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Sumber informasi terbanyak yang didapatkan remaja putri adalah melalui internet, yaitu sebanyak 148 siswa (64,1%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aulia & Pinem, (2023) menujukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan informasi melalui media sosial sebanyak 30 responden (44,1%). Notoatmodjo dalam Simamora, (2021) menyampaikan sumber informasi merupakan alat bantu yang akan membantu dalam melaksanakan atau melakukan penyuluhan agar pesan kesehatan dapat di sampaikan. Sumber informasi kesehatan mempunyai peran yang tepat dalam meningkatkan pengetahuan seseorang.

Tabel 2. Tingkat Pengetahuan *Dismenore* Pada Remaja Putri di SMA Negeri 2 Kuta Utara

No	Tingkat Pengetahuan	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	152	65,8
2	Cukup	77	33,3
3	Kurang	2	9
Total		**231**	**100**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 2. didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki tingkat pengetahuan yang baik sebesar 152 siswa (65,8%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Widarti et al., (2024), di mana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa dari 45 responden sebanyak 34 orang (76%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Studi oleh N. Dewi, (2021), juga menunjukkan bahwa dari 171 responden, sebanyak 69 orang (40,4%) memiliki tingkat pengetahuan yang baik. Serupa dengan penelitian Siregar et al. (2024), di mana hasil penelitiannya menunjukkan bahwa sebanyak 6 responden (60%) dari 10 memiliki pengetahuan baik berada pada usia 16 tahun. Temuannya menyampaikan bahwa usia mempengaruhi tingkat pengetahuan seseorang, di mana individu yang lebih tua cenderung memiliki lebih banyak pengalaman dan pengetahuan praktis, sementara individu yang lebih muda mungkin lebih terbuka terhadap informasi baru dan teknologi. Namun, kedalaman pengetahuan juga dipengaruhi oleh faktor lain seperti pendidikan dan akses informasi.

Menurut Notoatmodjo (2017) pengetahuan adalah hasil seseorang mengetahui suatu objek melalui inderanya. Notoadmojo menyampaikan bahwa pengetahuan seseorang dipengaruhi oleh faktor-faktor seperti pendidikan, usia, jenis kelamin, pekerjaan, sumber informasi, lingkungan, serta pengalaman ataupun persepsi individu. Peneliti berpendapat bahwa, mayoritas responden yang memiliki tingkat pengetahuan baik menunjukkan bahwa faktor-faktor seperti usia dan akses terhadap informasi yang relevan memiliki peran yang signifikan dalam membentuk pemahaman mereka. Selain itu, keberagaman dalam sumber informasi dan pengalaman individu juga dapat mempengaruhi kedalaman pengetahuan yang dimiliki.

Faktor lain yang dapat mempengaruhi tingkat pengetahuan adalah akses sumber informasi. Penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Aulia & Pinem, (2023) menujukkan bahwa sebagian besar responden mendapatkan informasi melalui media sosial sebanyak 30 responden (44,1%). Studi oleh Djailani et al. (2023) juga menyampaikan bahwa sumber informasi tentang *dismenore* didapatkan melalui internet sebanyak 4 orang (13,3%) dari internet dan 1 orang (3,4%) dari media baca. Penelitian Aulia & Pinem (2023) menyampaikan bahwa ada pengaruh pendidikan kesehatan berbasis media sosial *Instagram (Social Media Campaign)* tentang *dismenore* terhadap tingkat pengetahuan remaja putri di SMA Negeri 6 Tambun Selatan dengan hasil signifikan $p<0.001$. Berdasarkan teorinya, sumber informasi dari internet, terutama melalui media sosial, berperan signifikan dalam meningkatkan pengetahuan remaja di era digital ini. Media sosial dan ponsel dengan aplikasi yang mendukung dapat

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

membuka komunikasi yang interaktif dan terbuka. Berbeda dengan komunikasi satu arah di masa lalu, media sosial memungkinkan setiap orang berpartisipasi.

Tabel 3. Distribusi Frekuensi Berdasarkan Penanganan *Dismenore*

No	Penanganan *dismenore*	Frekuensi	Persentase (%)
1	Baik	101	43,7
2	Cukup	79	34,2
3	Kurang	61	22,1
Total		**231**	**100**

Berdasarkan hasil penelitian pada tabel 3. didapatkan hasil bahwa mayoritas responden memiliki penanganan *dismenore* yang baik, yaitu sebanyak 101 orang (43,7%). Penelitian ini sejalan dengan penelitian terdahulu yang dilakukan oleh Elsera et al. (2022) yang berjudul "Pengetahuan Penatalaksanaan *Dismenore* Remaja Putri", di mana hasil menunjukkan mayoritas pengetahuan cara mengatasi *dismenorea* responden dalam kategori baik, yaitu sebanyak 77 siswi (78,65%). Studi oleh Fredelika et al.(2020) juga menemukan hal serupa, di mana sebagian besar responden memiliki pengetahuan penanganan nyeri *dismenore* yang baik yaitu sebanyak 116 orang (75,3%) dan memiliki sikap penanganan nyeri *dismenore* dalam kategori baik yaitu sebanyak 110 orang (71,4%). Hizkia et al. (2024) menyampaikan bahwa sebagian besar responden memiliki sikap yang positif terhadap penanganan *dismenore*. Berdasarkan hasil penelitiannya, hal tersebut disebabkan oleh rasa ingin tahu yang besar pada remaja ketika mengalami nyeri haid, sehingga mendorong remaja mencari informasi melalui media yang mudah diakses serta penyuluhan dari orang terdekat atau tenaga kesehatan.

Pada penelitian ini, salah satu faktor yang berperan penting dalam mempengaruhi sikap remaja putri mengenai penanganan *dismenore* adalah pengalaman pribadi. Studi oleh Amelia (2024) menyampaikan bahwa responden yang memiliki pengetahuan baik, yaitu 26 orang (48,1%) dan melakukan penanganan nyeri *dismenore* yang baik, sebanyak 19 (73,1%) responden. Hasil penelitian ini sejalan dengan penelitian yang dilakukan oleh Hizkia (2022), yang menyatakan bahwa terdapat hubungan antara pengetahuan dan sikap terhadap penanganan *dismenore* di SMAN 10 Kendari. Temuan penelitinnya menunjukkan bahwa sebagian besar remaja memiliki sikap positif terhadap penanganan *dismenore*, dengan jumlah 17 orang (22,4%).

Amelia (2024) menyampaikan bahwa, semakin positif sikap maka semakin baik penanganan *dismenore*. Hasil penelitian juga menunjukkan bahwa pengetahuan yang baik dari responden memiliki penanganan cukup dan kurang mengenai *dismenore*, yaitu sebanyak 50 orang (32,9%) dan 36 orang (23,7%). Hizkia (2022) menyampaikan bahwa remaja yang tidak melakukan penanganan *dismenore* sebagian besar menunjukkan sikap negatif terhadap *dismenore*, yaitu sebanyak 36 orang (47,4%). Salah satu faktor yang mungkin memengaruhi hal ini adalah perbedaan dalam akses terhadap informasi yang akurat dan sumber yang dapat dipercaya. Mereka yang memiliki pengetahuan lebih baik kemungkinan mendapatkan informasi dari sumber yang lebih kredibel, seperti tenaga medis atau literatur ilmiah, sementara mereka dengan pengetahuan terbatas bisa jadi hanya mengandalkan informasi yang kurang lengkap. Selain itu, faktor sosial dan budaya juga memengaruhi, di mana dalam beberapa komunitas, topik mengenai menstruasi dan masalah kesehatan reproduksi masih dianggap tabu, sehingga mempengaruhi sikap mereka terhadap penanganan *dismenore* (Darsini et al., 2019).

Santiya et al. (2022) menyampaikan bahwa perilaku yang ditunjukkan oleh responden tidak hanya dipengaruhi oleh pengetahuan, melainkan juga oleh faktor lain seperti pengalaman

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

pribadi, lingkungan, budaya, media massa, pendidikan, dan agama. Teori Lawrence Green juga menyatakan bahwa perilaku manusia dipengaruhi oleh tiga faktor utama, yaitu faktor predisposisi (pengetahuan, sikap, dan nilai), faktor pemungkin (lingkungan dan fasilitas), dan faktor penguat (peraturan dan pengawasan) (Notoatmodjo, 2010). Penelitian terbaru menunjukkan bahwa pengalaman individu memainkan peran penting dalam penanganan *dismenore*. Studi oleh Amelia (2024) menemukan bahwa terdapat hubungan antara tingkat pengetahuan dan sikap terhadap penanganan nyeri *dismenore*, di mana pengalaman pribadi mempengaruhi sikap dan perilaku individu dalam mengatasi nyeri haid. Selain itu, penelitian oleh Hizkia et al. (2024) mengidentifikasi bahwa remaja putri menggunakan berbagai metode penanganan *dismenore* berdasarkan pengalaman mereka, termasuk kompres hangat, akupresur, dan pengobatan herbal kunyit asam.

Media sosial juga menjadi sumber informasi untuk remaja putri mengetahui cara penanganan *dismenore*. Berbagai bentuk media massa seperti radio, televisi, surat kabar, majalah, dan lain-lain memiliki pengaruh terhadap kepercayaan orang (N.Dewi, 2021). Penelitian oleh Aulia & Pinem (2023) menunjukkan bahwa penggunaan aplikasi kesehatan dapat membantu remaja putri dalam memahami lebih dalam mengenai *dismenore* dan cara penanganannya. Aplikasi ini memberikan informasi terverifikasi tentang kesehatan menstruasi, termasuk cara mengurangi nyeri haid, pilihan pengobatan, dan jadwal menstruasi untuk memantau siklus. Pendekatan ini menunjukkan bahwa teknologi efektif dalam menyampaikan informasi kesehatan yang berguna bagi remaja putri. Sementara itu, penelitian yang dilakukan oleh Fitriani (2021) menyebutkan bahwa adanya dukungan dari keluarga dan teman-teman dapat meningkatkan tingkat pengetahuan dan perilaku menangani *dismenore* pada remaja putri.

SIMPULAN DAN SARAN

Simpulan

Mayoritas responden berusia 16 tahun sebanyak 83 siswa (35,9 %) dan mendapatkan sumber informasi dari internet sebanyak 148 siswa (64,1%). Mayoritas responden memiliki pengetahuan yang baik, yaitu 152 orang (65,8%) dan mayoritas responden memiliki penanganan *dismenore* yang baik, yaitu sebanyak 101 orang (43,7%).

Saran

Saran penelitian lebih lanjut adalah melakukan penelitian tindakan untuk meningkatkan pengetahuan dan penanganan dismenore, agar remaja putri dapat mengelola gejala dengan lebih mudah, mandiri, dan efektif.

DAFTAR PUSTAKA

Adzkia, M., & Kartika, I. R. (2020). Hipnoterapi Untuk Menurunkan Nyeri Dismenore : Tinjauan Pustaka. *REAL in Nursing Journal*, *3*(2), 115. https://doi.org/10.32883/rnj.v3i2.416

Amelia, W. S. (2024). Hubungan Tingkat Pengetahuan dan Sikap Terhadap Penanganan Dismenore. *Jurnal 'Aisyiyah Medika*, *Vol.9*(1), 250–257.

Ariasih, K. A. R., Candrawati, S. A. K., & Citrawati, N. K. (2023). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore di SMP Negeri Hindu 2. *Program Studi Keperawatan Program Sarjana Sekolah Tinggi Ilmu Kesehatan Wira Medika Bali Denpasar*.

Aulia, L., & Pinem, L. H. (2023). Pengaruh Pendidikan Kesehatan Berbasis Media Sosial Instagram (Social Media Campaign) Terhadap Peningkatan Pengetahuan Remaja Tentang

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Dismenore di SMA Negeri X. *Muhammadiyah Journal of Midwifery*, *4*(1), 16. https://doi.org/10.24853/myjm.4.1.16-25

Azra, S., Rajuddin, R., & Ismida, F. D. (2022). Gambaran pengetahuan dan penanganan dengan kualitas nyeri pada siswi aliyah Madrasah Ulumul Quran Pagar Air tahun 2021. *Jurnal Kedokteran Syiah Kuala*, *22*(1), 74–80. https://doi.org/10.24815/jks.v22i1.23786

Darsini, Fahrurrozi, & Cahyono, E. A. (2019). Pengetahuan ; Artikel Review. *Jurnal Keperawatan*, *12*(1), 97.

Dewi, N. K. R. (2021). Hubungan Tingkat Pengetahuan Dengan Sikap Remaja Putri Dalam Penanganan Dismenore. In *Institut Teknologi dan Kesehatan Bali*.

Dewi, R., Petasari, W., & Yanniarti, S. (2023). Penatalaksanaan Dismenore Primer pada Remaja dengan Pemberian Jus Wortel dan Air Kelapa Hijau. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, *9*(3), 187–191. https://doi.org/10.22146/jkr.76888

Djailani, Y. A., Nasrianti, Hasnia, & Rosyidi, M. (2023). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Upaya Penanganan Dismenore Di SMP IT Insan Cendekia Doyo Baru Kabupaten Jayapura. *Jurnal Kesehatan*, *11*(1), 140–149.

Elsera, C., Wulan Agustina, N., Sat Titi Hamranani, S., & Nur Aini, A. (2022). Pengetahuan Penatalaksanaan Dismenore Remaja Putri. *INVOLUSI: Jurnal Ilmu Kebidanan*, *12*(2), 48–54. https://doi.org/10.61902/involusi.v12i2.427

Fredelika, L., Oktaviani, N. P. W., & Suniyadewi, N. W. (2020). Perilaku Penanganan Nyeri Dismenore Pada Remaja Di Smp Pgri 5 Denpasar. *Bali Medika Jurnal*, *7*(1), 105–115. https://doi.org/10.36376/bmj.v7i1.105

Gunawati, A., & Nisman, W. A. (2021). Faktor-Faktor yang Berhubungan dengan Tingkat Dismenorea di SMP Negeri di Yogyakarta. *Jurnal Kesehatan Reproduksi*, *8*(1), 8. https://doi.org/10.22146/jkr.56294

Hizkia, I. S. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dalam Menangani Dismenore Di SMA Airlangga Namu Ukur. *Journal of Health Science*, *2*.

Hizkia, I., Siringo, M., Hutapea, S. T., Jl, A., Terompet, B., Selayang, K. M., Medan, K., & Utara, S. (2024). *Gambaran Sikap Penanganan Dismenore pada Remaja Puteri di SMA Swasta St . Petrus Medan*. *4*, 1–11.

Khasanah, Nur, M. T., & Sulastri. (2021). *Hubungan Pengetahuan Dan Sikap Remaja Putri Dengan Perilaku Penanganan Dismenore Primer*. 48.

Khotimah, H., & Lintang, S. S. (2022). Terapi Non-Farmakologi untuk Mengatasi Nyeri Dismenore pada Remaja Non-Pharmacological Therapy to Overcome Dysmenorrhea Pain in Adolescents. *Faletehan Health Journal*, *9*(3), 343–352.

Notoatmodjo. (2010). *Promosi Kesehatan dan Perilaku Kesehatan*. Rineka Cipta.

Notoatmodjo. (2017). *Buku Pengetahuan dan Tingkatan Pengetahuan Penelitian Ilmiah*. Rineka Cipta.

Novia Nur Hanifah. (2022). Gambaran Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Vulva Hygiene di Pondok Pesantren Budi Utomo Surakarta. *SEHATMAS: Jurnal Ilmiah Kesehatan Masyarakat*, *1*(4), 679–686. https://doi.org/10.55123/sehatmas.v1i4.974

Nurinayah, I., Sukmawati, I., Noviati, E., Rahayu, Y., Kusumawaty, J., & Marliany, H. (2022). Pendidikan Kesehatan terhadap Pengetahuan Remaja tentang Dating Violence. *Indogenius*, *1*(2), 72–77. https://doi.org/10.56359/igj.v1i2.61

Nurrafi, W., Wijayanti, W., & Umarianti, T. (2023). Perbandingan Kompres Dingin Dan Kompres Hangat Terhadap Penurunan Nyeri Menstruasi Di Pondok Pesantren Kabupaten

ISSN(P): 2088-2246
ISSN(E): 2684-7345

Ngawi. *Al-Insyirah Midwifery: Jurnal Ilmu Kebidanan (Journal of Midwifery Sciences)*, *12*(1), 91–97. https://doi.org/10.35328/kebidanan.v12i1.2338

Pangestu, R. T., & Fatmarizka, T. (2023). Dampak Dismenorea Primer Terhadap Prestasi Akademik Pada Remaja Putri : Literature Review. *Prosiding University Research Colloquium*, 735–744.

Puspita, D. A. (2022). Gambaran Pengetahuan Dan Penanganan Dismenorea Pada Remaja Putri Di Desa Ngrayung Kecamatan Plumpang Kabupaten Tuban. *Jurnal Keperawatan Widya Gantari Indonesia*, *6*(2), 117. https://doi.org/10.52020/jkwgi.v6i2.3642

Sanggola, E., Darwis, & Yusnaeni. (2024). Hubungan Nyeri Berat Dismenore Dengan Kejadian Stres Pada Mahasiswi S1 Keperawatan Di Stikes Nani Hasanudin. *JIMPK : Jurnal Ilmiah Mahasiswa & Penelitian Keperawatan*, *4*(2), 256–261.

Santiya, D. I., Mahmudah, N., & Putri, I. M. (2022). Hubungan Pengetahuan Dengan Sikap Dalam Mengatasi Dismenore Pada Mahasiswi Prodi S1 Gizi Fakultas Ilmu Kesehatan Universitas 'Aisyiyah Yogyakarta. *Jurnal Sehat Mandiri*, *17*(2), 123–132. https://doi.org/10.33761/jsm.v17i2.767

Simamora, D. L. (2021). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Bahaya Keputihan Di Dusun Serba Guna Desa Karang Rejo Kecamatan Stabat Kabupaten Langkat Tahun 2021. *Jurnal Ilmiah Kebidanan IMELDA*, *7*(2), 76–80.

Siregar, S. I., Handayani, I., & Cahaya, D. P. (2024). Gambaran Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Di Sma Ar-Rahman Kota Medan Tahun 2023. *Jurnal Ilmu Keperawatan* , *4*(1), 86–93.

Widarti, S., Ariningtyas, N., & Zahra, M. N. (2024). *Tingkat Pengetahuan Remaja Putri Tentang Dismenore Pada Siswi Kelas X di SMP N 2 Sewon*. *V*(2).